

Il Gruppo di Incontro: un modello di intervento di gruppo in riabilitazione oncologica al CeRiOn di Firenze

E. GIULI¹, B. PERULLI¹, G. FRANCHI², E. GRECHI³, A. MARUELLI³

RIASSUNTO

Il Gruppo di Incontro per pazienti oncologici, gruppo di sostegno inserito nel più ampio programma di supporto psicologico presso il Centro di Riabilitazione Oncologica, CeRiOn di Villa delle Rose a Firenze, nasce nel 2006. L'approccio di riferimento è quello umanistico: basandosi sui gruppi esperienziali di Yalom ed i gruppi di incontro di Rogers, integra tecniche della Logoterapia di Frankl e vari tipi di facilitazione. Il ruolo del conduttore nel gruppo è quello di contenere le angosce dei partecipanti, evidenziare gli elementi di comunanza nei vissuti riportati e aiutare ad attribuire alle narrazioni un significato specifico ed individuale. Il percorso del gruppo è adattabile alle esigenze e alle specifiche situazioni, in un'ottica di valorizzazione di ogni contributo e della soggettività dei vissuti dei partecipanti.

PAROLE CHIAVE: gruppi di supporto, riabilitazione oncologica, gruppo a mediazione verbale.

Il CeRiOn, Centro di Riabilitazione Oncologica, nasce a Firenze nell'aprile del 2005 a Villa delle Rose con l'obiettivo di offrire un modello integrato di cura al paziente oncologico. È stato aperto grazie alla collaborazione tra Sistema Sanitario Nazionale, attraverso l'Istituto per lo Studio e la Prevenzione Oncologica ISPO, e un'associazione *no profit*, la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, LILT, sezione di Firenze. Questa sinergia e l'approccio multidisciplinare adottato hanno permesso di offrire ai malati di cancro un ampio e personalizzato programma riabilitativo volto alla presa in carico del paziente nella sua interezza: corpo e mente (1). L'*équipe*, in seguito alla compilazione di un questionario diretto a valutare il livello di disagio attra-

SUMMARY

The "Meeting Group" is a specific support group placed in the wider program of psychological support for cancer patients at the CeRiOn, Oncology Rehabilitation Centre, Firenze, Italy. This support group was born in 2006 in line with the principles of humanistic approach of Yalom and Rogers but it's integrated also with the topics of the Logotherapy by Frankl and with different techniques. The facilitator's role in the group is to contain the anxieties of the participants, highlight the common elements into the experiences reported and finally help to give a specific meaning to the individual narratives. The path of the group it's adaptable to the needs and to the specific situations brought into the group, in a view to enhancing the contribution of everyone and the subjective experiences of the participants..

KEY WORDS: support groups, oncology rehabilitation, verbal mediation group.

verso il DT: *Distress Thermometer* validato da Grassi et al. (2) ed il PDI: *Psychological Distress Inventory* di Morasso et al. (3) ed un colloquio di *assessment*, individuerà il percorso terapeutico più adatto sulla base delle caratteristiche della personalità del paziente e della condizione psicologica vissuta in quel momento. Oltre al supporto psicologico individuale, il paziente può partecipare a gruppi espressivi come Arterapia, Musicoterapia, Scrittura Creativa e Teatro, a gruppi ad orientamento corporeo quali Yoga, Rilassamento e al gruppo di *Mindfulness*, infine a gruppi a mediazione verbale, nello specifico il gruppo di Incontro e quello di Logoterapia. Lo studio osservazionale (4) condotto tra il 2007 e il 2010 su 99 pazienti che hanno seguito il programma di riabilitazione psiconcologica, ha mostrato che l'elevato livello di *distress* registrato in una prima fase (PDI=34.7) diminuisce in maniera significativa al termine del percorso (PDI=26.4). In particolare, più del 30% delle persone che accedono al servizio di Psiconcologia frequenta, durante il percorso, il Gruppo di Incontro. Scopo di questo articolo è illustrare il percorso del Gruppo d'Incontro come utile "modello" di intervento in psico-oncologia.

¹ Psicologa Tirocinante CeRiOn LILT, Firenze

² Psicologa Psicoterapeuta, Responsabile Servizio Psiconcologia CeRiOn LILT, Firenze

³ Psicologa Psicoterapeuta CeRiOn LILT, Firenze

Indirizzo per la corrispondenza: Dott.ssa Giovanna Franchi, Centro di Riabilitazione Oncologica, Villa delle Rose, Via Cosimo il Vecchio 2, 50139 Firenze - E-mail: g.franchi7@gmail.com

Il Gruppo d'Incontro

Il Gruppo di Incontro per pazienti oncologici nasce nel 2006 in linea con i principi base dell'approccio umanistico: riprende in parte l'impostazione dei gruppi esperienziali di Yalom (5) ed in parte quella dei gruppi di incontro di Rogers (6), integrandole con tematiche della Logoterapia di Frankl (7).

L'obiettivo principale è condurre ogni partecipante ad una maggiore accettazione di sé sul piano emotivo, intellettuale e fisico e questo è facilitato dal confronto con gli altri e dai *feedback* che si instaurano tra i vari partecipanti: l'empatia, l'ascolto attivo non giudicante, la condivisione di esperienze quali l'incontro/scontro con la malattia, la sofferenza ed il dolore sono i presupposti teorici di base su cui si fonda il Gruppo di Incontro (8). È molto importante poter creare uno spazio all'interno del quale non solo lavorare sulla sofferenza causata dalla malattia, ma anche predisporre ad accogliere emozioni "sconvenienti" quali rabbia, frustrazione, aggressività, solitamente represses.

Il gruppo si struttura come un percorso nel quale ogni incontro è collegato al precedente ma allo stesso tempo mantiene un carattere a se stante; si toccano tematiche specifiche e distinte, utilizzando come ausilio diversi materiali stimolo (disegni, vignette, immagini, lettura di testi). È un gruppo chiuso, strutturato in dieci incontri, a cadenza settimanale, della durata di un'ora e mezza ciascuno, più un incontro di *follow-up* ad un mese di distanza.

Il ruolo del facilitatore nel gruppo è quello di contenere le angosce dei partecipanti, evidenziare gli elementi di comunanza nei vissuti riportati ed aiutare ad attribuire alle narrazioni un significato specifico ed individuale.

Percorso del gruppo

Nel primo incontro, "*Prima e dopo: come ci cambia la malattia*", il tema proposto è l'incontro/scontro con la malattia. Si riflette sull'impatto emotivo del passaggio dal "mondo dei sani" al "mondo dei malati" e sulle emozioni correlate ad esso.

I partecipanti vengono invitati a piegare un foglio a metà e scrivere sulle due parti le parole: "*Prima*" e "*Dopo*" per poi descrivere le emozioni legate all'esperienza di malattia usando simboli, immagini, parole, in piena libertà di espressione. Come Anfossi (9) sottolinea, è molto importante e catartico permettere di rievocare la fatica fisica e psicologica correlata alle terapie, il cambiamento fisico ed il vissuto

di non riconoscimento in seguito all'intervento chirurgico. È una fase in cui si può lavorare sui dubbi lasciati aperti, sul sentimento di alienazione legato al trattamento ospedaliero o al rapporto con i medici. Quello che emerge dai disegni è la rappresentazione di sé inizialmente caratterizzata da aspetti quali la proporzione, la simmetria, il rigore, l'ordine, legati allo stereotipo di un ideale; nelle immagini successive dominano invece il caos, il disordine, ma anche la creatività e il colore.

Durante il secondo incontro, "*Cuore ferito e cuore nutrito*", la riflessione viene allargata alle relazioni interpersonali (9): il cancro destruttura completamente non solo la vita della persona che entra in contatto con la diagnosi, ma anche quella delle persone che le stanno vicino.

Come materiale stimolo si consegnano ai partecipanti alcuni cuori di carta nei quali vengono invitati a scrivere da un lato la frase che più li ha aiutati durante la malattia e dall'altro quella che più ha fatto male, che ha ferito e fatto soffrire. Dalla condivisione emerge una sofferenza, spesso negata, rispetto ad atteggiamenti di curiosità, compassione, pena, o di falsa partecipazione da parte degli altri. In particolare per molte persone la frase che ferisce maggiormente e provoca rabbia è: "*Dai non sei la prima, vedrai che ce la farai!*". Altre volte invece sono descritti atteggiamenti che hanno ferito: "*Mancanza di tatto durante una visita in cui mi dovevano essere spiegate le procedure di ricostruzione*". Spesso le persone più vicine ai pazienti, come i figli, sanno essere fonte di coraggio e sostegno: "*Ciao mamma, torna presto ti aspettiamo!*", "*Il dolore, la nausea passano e si riparte. Non sei sola ad affrontare una simile situazione. Ce la puoi fare*". Diversamente le parole pronunciate dal medico oncologo, a volte, possono essere rassicuranti tanto da rimanere un bel ricordo di quel difficile e doloroso periodo. Il riconoscimento e la condivisione della rabbia in un contesto protetto può comportare una sorta di trasformazione individuale e gruppale che spesso viene coronata dall'accettazione di quest'emozione come giusta e sperimentabile nella vita.

Gli stimoli usati negli incontri successivi vengono scelti sulla base delle caratteristiche dei partecipanti e della fase di lavoro del gruppo. Diamo di seguito un esempio di percorso.

Il terzo incontro è dedicato al *Photographic language*. Tale approccio riprende i fondamenti di base della tecnica del *Photolangage*, nata nel 1965 da un gruppo di psicologi lionesi. Come illustrato da Baptist et al. (10) e da Vacheret (11) l'uso dell'immagine fotografica stimola la fantasia, fa affiorare sentimenti

e memorie, favorisce l'espressione e la comprensione di particolari eventi di vita. Il lavoro con le immagini è utilizzato ampiamente con persone in situazioni di crisi per stimolare l'accesso ad esperienze traumatiche presenti nel subconscio, così da farle riemergere in maniera consapevole. La tecnica proposta a Villa delle Rose prevede alcune modifiche rispetto al *Photolangage*: ogni seduta inizia con la proposta di individuare e disporre in ordine gerarchico, tre immagini che vengano sentite come rappresentative di sé tra un centinaio di foto che sono disposte sopra un tavolo. Successivamente si chiede loro di scrivere le sensazioni provate rispetto ad ogni foto: cosa vedono, le emozioni evocate, i ricordi, e le associazioni. Le tematiche emerse vengono condivise, dando spazio al momento di scambio, al sostegno emotivo, all'ascolto attivo e partecipante.

Il quarto incontro, *"Il posto sicuro"*, prevede un esercizio di visualizzazione guidata nel quale si invitano i partecipanti a rilassarsi e ad immaginare ciò che per loro rappresenta il "posto sicuro". Può essere un posto realmente esistito, oppure un luogo immaginario. Si lavora sulla condivisione di ciò che si è visualizzato e sulle emozioni sperimentate; spesso tale esperienza restituisce ai partecipanti la riscoperta di un senso di protezione e di risorse interne di cui non erano consapevoli: *"Il posto sicuro è dentro di voi, potete tornarci in qualunque momento"* suggerisce il terapeuta. La tecnica, affrontando il tema della valorizzazione delle risorse interne, può variare nella sua collocazione a inizio, metà o fine incontro, a seconda delle caratteristiche proprie del gruppo stesso e del suo andamento; spesso tuttavia segue all'attività del *photolangage* proprio per completare il lavoro di immaginazione.

Nel quinto incontro, *"Il gioco della vita"*, i partecipanti sono invitati a "giocare" utilizzando la tavola proposta da Demetrio (12). La passione avvertita per il proprio passato si trasforma in passione per la vita ulteriore: narrando si afferma la propria identità personale, composta da tutti i ricordi degli eventi passati. Tale "ricostruzione e narrazione" consente un incremento nella stima di sé, oltre al senso di riconoscimento e conferma ricevuto dagli altri. Nel gioco le caselle recano alcune tematiche rilevanti per la vita di ognuno: *"Il ricordo più antico"*, *"Voci"*, *"Sconfitte"*, *"Maestro di vita"*. Ogni partecipante, viene invitato ad esprimere pensieri, ricordi ed emozioni sotto forma di libere associazioni, in relazione al tema suggerito dalla casella. L'esperienza permette anche ai partecipanti più silenziosi o introversi di prendere parte al gruppo, si facilita il contatto e la condivisione di emozioni significative, in un contesto di accoglienza empatica.

Il sesto incontro, *"Guidare ed essere guidati"*, verte sul tema della fiducia: fiducia verso se stessi, gli altri ed il gruppo. L'esercizio si svolge a coppie: a turno ciascuno dei partecipanti guiderà il proprio partner che si lascerà "portare" ad occhi chiusi e viceversa.

È un'esperienza intensa, ciascuno contatta le emozioni e le sensazioni provate nel guidare e nell'essere guidato. La condivisione spesso conduce a riflessioni più profonde, intime, personali collegate a veri e propri *script* adottati nella vita quotidiana. Emergono bisogni di libertà, indipendenza, autonomia dalla famiglia o dal lavoro così come bisogni di sostegno, supporto, "dipendenza".

Nel settimo incontro, *"L'ombra: le parti di me che sono in luce e quelle che sono in ombra"*, il materiale stimolo utilizzato è la sagoma umana suddivisa in due parti: la parte "in luce" (bianca) e la parte "in ombra" (nera), con riferimento al "fratello oscuro" di Jung (13).

I partecipanti sono invitati a riflettere sugli aspetti del proprio carattere che ritengono più espressi e allo stesso tempo su quelli più difficili da condividere, per capire perché restino in "ombra". Gli aspetti negati o trascurati non sono necessariamente negativi, ma possono, al contrario, costituire delle qualità o risorse per la persona.

L'ottavo incontro si concentra sulla lettura di un brano: *"Neo-nati alla sofferenza"* del libro di Paolo Monformoso (14). La lettura si ispira alla Logoterapia di Frankl (15) come modello terapeutico volto ad aiutare la persona a ricercare un senso nella propria esistenza. Monformoso, invita i "neo-nati" a riflettere sull'esperienza di malattia e sull'importanza di non sentirsi soli nel nuovo mondo di sofferenza, a chiedere aiuto e farsi accompagnare in questo percorso. Sono pagine che racchiudono domande scomode: *"Vuoi davvero essere guarito? Perché vuoi essere guarito? Per chi hai bisogno di esserlo?"*. Le esperienze particolarmente dolorose, secondo l'Autore, sono la condizione privilegiata per riportare alla coscienza ciò che è essenziale e quindi ritrovare il senso ed il significato della propria esistenza riscoprendo un nuovo e rinnovato motivo per cui vivere.

Il nono incontro è un po' il *bilancio* del lavoro fatto insieme: si rielaborano i contenuti emersi nell'incontro precedente e si dedica spazio ai pensieri liberi dei partecipanti: quali cambiamenti sono avvenuti e quali obiettivi ci sono all'orizzonte. Spesso la malattia non rappresenta una rottura necessariamente negativa rispetto alla vita precedente: si apprende l'importanza della cura di sé, del concedersi spazi di libertà e di autonomia, del poter scegliere e di autorealizzarsi.

Il decimo ed ultimo incontro, da Sunderland (16) definito “*Voi nei gruppi*”, considera come materiale stimolo alcune vignette raffiguranti diverse situazioni e dinamiche di gruppo. L’obiettivo è riflettere sul ruolo che la persona tende ad assumere nel gruppo in specifici contesti (capro espiatorio, escluso, al centro dell’attenzione, ecc.). Si invitano quindi i partecipanti a scegliere due figure: una rappresenta il “*Come mi sento io nel gruppo in questo momento*” e l’altra “*Come mi sentivo all’inizio nel gruppo*”. Sempre durante questo incontro si assegna un compito da svolgere a casa: “*Il mio giardino*”, le cui riflessioni verranno condivise durante l’incontro di *follow-up*, ad un mese circa di distanza; tale lavoro è introdotto per permettere ai partecipanti di far “sedimentare” l’esperienza e le emozioni vissute e prevede di “immaginare di essere come un giardino” dove poter far crescere e coltivare diverse parti di sé: la parte fisica, emozionale, creativa, spirituale. Si parte da domande del tipo: “*Quale parte di te necessita di più cure? Perché pensi di aver trascurato questa parte?*” per poi creare un vero e proprio programma in grado di migliorare queste sezioni “maltrattate” e porre attenzione alle motivazioni o ai limiti che impediscono di metterlo in pratica.

Conclusioni

Il Gruppo di Incontro si configura come un percorso

Bibliografia

1. Franchi G, Massa R, Beraldi D, Maruelli A, Grechi E, Bulli F, Bonacchi A, Katz M, Muraca MG, Miccinesi G. La riabilitazione psico-oncologica in un’ottica multidisciplinare. Il Ce.Ri.On. di Firenze. *Giornale Italiano di Psico-oncologia*. 2011;13(1):41-47.
2. Grassi L, Magri V, Sabato S, Rossi E (for the Italian Society of Psycho-Oncology): Screening for distress in cancer patients: the Italian Society of Psycho-Oncology multicenter study on the Distress Thermometer. *Psych-Oncol*. 2010;19(Suppl 2):68-69.
3. Morasso G, Costantini M, Baracco G, Borreani C, Capelli M. Assessing psychological distress in cancer patients: validation of a self-administered questionnaire. *Oncology*. 1996;53:295-302.
4. Franchi G, Bulli F, Muraca MG, Maruelli A, Grechi E, Miccinesi G. Impact of a psycho-oncological rehabilitation intervention on psychological distress: the experience of CeRiOn (Oncological Rehabilitation Centre) Florence 2007-2010. *Support Care Cancer*. 2013;21(9):2381-6.
5. Yalom I. Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo. Bollati Boringhieri, Torino, 1970.
6. Rogers CR. I gruppi d’incontro. Casa Editrice Astrolabio-Ubal dini Editore, Roma, 1976.
7. Frankl V. Logoterapia e analisi esistenziale, a cura di E. Fizzotti, Morcelliana, Brescia, 2005.
8. Marrone A. Incontrare per incontrarsi. I fattori facilitanti la crescita e il cambiamento dei gruppi d’incontro. *ACP - Rivista di studi Rogersiani*, 2001;5-34.
9. Anfossi M. La femminilità ferita e ritrovata. Gruppi esperienziali per donne operate al seno. *Informazione psicologia psicoterapia e psichiatria*. 2002;46:38-51.
10. Baptist A, Belisle C, Péchenart JM, Vacheret C. *Photolangage, a method to communicate in group by the photograph*. Editions of Organization, Paris, 1991.
11. Vacheret C. Il Photolangage: un metodo gruppale a veduta terapeutica o formativa. *Funzione Gamma, rivista telematica scientifica dell’Università “Sapienza” di Roma*, 2004;426:3-13.
12. Demetrio D. Il gioco della vita. Kit autobiografico. Trenta proposte per il piacere di raccontarsi, Guerini e Associati, Milano, 1999.
13. Jung CG. *Gli archetipi dell’inconscio collettivo*, trad. di Elena Schanzer e Antonio Vitolo. Bollati Boringhieri, Torino, 1977.
14. Monformoso PG. *Tra il dire e il fare c’è di mezzo... l’amare. Riflessioni sull’arte e la clinica del prendersi cura*. Edizioni APM, Carpi, 2006.
15. Frankl VE. *Logoterapia. Medicina dell’anima*, a cura di E. Fizzotti. Gribaudo, Milano, 2016.
16. Sunderland M. *Disegnare le emozioni. Espressione grafica e conoscenza di sé*. Centro Studi Erickson, Trento, 2006.