

IL PROGETTO AXOLOTL: UN NUOVO SETTING INTEGRATO DI GRUPPO
Alice Scognamiglio

Il Progetto Axolotl è un setting semiresidenziale rivolto ad adolescenti e giovani adulti in un contesto di piccolo gruppo, con lo scopo di fornire sostegno psicologico alle difficoltà nello studio, in continuità con ogni percorso psicoterapeutico individuale.

Perché lo studio è al centro del nostro progetto? Consideriamo il successo scolastico un compito evolutivo da affrontare per adolescenti e giovani adulti, spesso accompagnato da varie forme di disagio. Notiamo, infatti, come i rinforzi negativi, le mortificazioni narcisistiche date da numerosi insuccessi dal punto di vista scolastico e formativo siano un ostacolo o comunque rendano faticoso per il giovane affrontare in modo proficuo il proprio processo terapeutico. Ed è per questo che l'obiettivo fondamentale del progetto è quello di integrare le esigenze individuali, che vanno di pari passo con il percorso psicoterapeutico e includono il successo formativo, con le dinamiche gruppali. Inoltre, ci sono altri obiettivi più specifici, come il supporto allo studio in un'ottica di prevenzione della dispersione scolastica oppure offrire sostegno psicoeducativo finalizzato alla crescita di consapevolezza riguardo alle proprie difficoltà, migliorare la propria autostima e senso di autoefficacia e gestire l'ansia da prestazione. Axolotl, inoltre, fornisce la possibilità di sperimentare la socialità in un contesto protetto; questo aspetto è essenziale per affrontare le difficoltà relazionali, aspetto molto diffuso nella clinica attuale. Forniamo, pertanto, un contesto protetto dove sperimentarsi senza i rischi che potrebbero incontrare nel mondo esterno; dove cerchiamo di favorire la loro abilità di stare in un gruppo, relazionarsi in modo adeguato con gli altri, rispettare le regole, il gruppo e lo spazio condiviso. Offriamo, infine, il contenimento degli stati affettivi e la possibilità di gestire potenziali crisi emotive.

Ma perché abbiamo scelto l'axolotl come simbolo di questo progetto? L'axolotl è un anfibio capace di compiere una metamorfosi completa nel caso in cui l'ambiente acquatico, dove solitamente vive, non sia più favorevole per la sua sopravvivenza; l'axolotl, a seguito di tale metamorfosi, diventa in grado di vivere anche sulla terra. Oltre a ciò, è in grado di rigenerare completamente organi e arti. Questo è il nostro auspicio per i ragazzi: che sviluppino una capacità di adattarsi alle situazioni avverse o complesse.

Entriamo, dunque, nell'analisi gruppoanalitica del Progetto Axolotl, che presenterò secondo la triade metodologica ideata da Foulkes di Struttura, Processo e Contenuto.

Partendo dalla Struttura, la analizzeremo secondo tre punti di osservazione: i partecipanti, il tempo e lo spazio.

A livello strutturale, Axolotl è uno *small group*, composto stabilmente da due conduttori e un numero variabile di utenti, da tre a otto. È un gruppo aperto: nuovi membri possono fare il loro ingresso in ogni momento dell'anno.

Prima di ogni nuovo ingresso, però, vi è una fase preliminare composta da vari passaggi. Per prima cosa, l'équipe clinica si riunisce per valutare le motivazioni dell'invio da parte del terapeuta, le esigenze del ragazzo, le caratteristiche e le coordinate diagnostiche del caso, in modo da tentare di prevedere se possa essere compatibile con la struttura del gruppo in quel momento (per es., età, disturbi di personalità, ecc.). Se l'équipe concorda sull'inserimento, può iniziare l'iter d'ingresso. Inizialmente, il futuro partecipante incontra lo psicoterapeuta coordinatore del progetto e la conduttrice referente del gruppo. Successivamente, si propongono uno o più incontri individuali con uno dei conduttori, finalizzato ad approfondire le difficoltà nello studio e a cominciare a instaurare una relazione con il ragazzo, in modo che entri nel gruppo avendo già un legame con almeno uno degli operatori. Vi è, infine, un incontro conoscitivo con l'altro operatore prima dell'ingresso nel gruppo.

Ma come è condotto Axolotl? Rispetto alla variabile "Tempo", il gruppo si incontra tre volte alla settimana, tre ore ogni volta, per un totale di nove ore a settimana. Il setting semiresidenziale promuove la funzione contenitiva (di holding) del progetto.

A livello invece di struttura degli incontri, abbiamo una prima fase di accoglienza e di osservazione della condizione generale del gruppo, con la condivisione dello stato e delle sensazioni da parte di tutti. Successivamente, si avvia una fase di organizzazione dell'incontro, specialmente del tempo in cui poter supportare ogni partecipante nell'uno a uno, in base alle esigenze individuali e alle urgenze; poi una prima fase di supporto allo studio. A un'ora e mezza dall'inizio, vi è la pausa, che avviene sempre in gruppo; quindi, è un'ulteriore possibilità di sperimentare la socialità, rinforzare il legame tra i partecipanti e osservare le dinamiche del gruppo. Dopo la pausa, vi è una seconda fase di studio, più breve della precedente, per tenere conto del calo fisiologico delle energie e delle risorse cognitive dei partecipanti. Infine, un momento di condivisione riguardo all'andamento dell'incontro e i saluti.

Riguardo allo spazio, invece, la modalità più utilizzata è quella in presenza. Questa è la struttura abituale; il numero di tavoli varia in base al numero dei ragazzi presenti. Noi diamo libertà nella scelta dei posti, ma notiamo una tendenza a scegliere sempre gli stessi, quindi mantenendo una struttura costante, tranne che per la scrivania con i "troni". Questi "troni" sono delle sedie presidenziali, più comode. Il gruppo ha stabilito che chi arriva per primo ha più diritto a scegliere i troni; ha quindi definito un criterio di merito, parte della cultura del gruppo. Durante l'incontro, i conduttori si muovono tra i tavoli, sedendosi accanto a chi necessita il loro supporto.

Questo è il setting abituale, ma Axolotl non si ferma mai! I vari lockdown dovuti alla pandemia ci ha spinti ad adattare il setting in base alle condizioni del momento, introducendo la modalità online. Il cambiamento è stato complesso da gestire all'inizio, ma abbiamo co-costruito nel gruppo nuovi modi per rimanere in contatto e mantenere saldo il contenitore relazionale. Per esempio, abbiamo adattato la struttura degli incontri al setting: davamo maggiore spazio ai momenti di condivisione all'inizio e alla fine dell'incontro, oltre che prima e dopo la pausa. Abbiamo garantito la continuità nel supporto individuale utilizzando le *breakout room*,

dividendoci in gruppi più piccoli. I criteri di suddivisione dei partecipanti erano basati su esigenze di studio, ma anche altre variabili che potessero facilitare la conduzione dei sottogruppi, come la qualità relazionale del rapporto tra i membri e il livello di istruzione (che richiede un tipo diverso di supporto). I conduttori, inoltre, erano sempre in contatto in caso di situazioni critiche, per sopperire alla mancanza di contatto diretto, come in presenza. Il setting online ha delle criticità: mancano i corpi; è complesso focalizzarsi su tutto il gruppo, poiché si sente una tendenza a essere assorbiti dal singolo con cui si sta lavorando; inoltre, le pause non sono condivise. D'altro canto, questo setting fornisce un'espansione della Struttura del gruppo, includendo gli spazi di vita di ognuno, quanto e cosa mostrare di essi, quanto farvi entrare l'Altro.

Attualmente, adottiamo una modalità mista se un partecipante è impossibilitato a presenziare, ad esempio se c'è un caso di positività al Covid o se qualcuno non sta bene o si trova altrove, ma comunque si sente in grado di avere le forze per collegarsi. Per un periodo, un membro del gruppo partecipava sempre online perché soffriva di ritiro sociale. In questa modalità, nella fase iniziale dell'incontro teniamo il computer connesso sulla scrivania principale e i ragazzi tendono a riunirsi tutti di fronte a esso. Successivamente, se è necessario il lavoro individuale con il ragazzo, ci si sposta su uno dei tavoli per non disturbare chi si siede sul trono; se non è necessario, tendiamo a tenere il computer sulla scrivania, con il video acceso da entrambe le parti. Per quanto riguarda il suono, invece, se si lavora con chi è da remoto, cerchiamo di non mettere le cuffie, in modo da poter rimanere sempre partecipi di ciò che accade nel gruppo. La modalità mista, comunque, presenta alcune criticità, come: una minore partecipazione da parte di chi è da remoto; la pausa non condivisa; se uno dei partecipanti in presenza vive una crisi, tenderà a centrarsi maggiormente su se stesso, acuendo la frammentazione del gruppo. D'altra parte, la modalità mista favorisce la continuità relazionale e, di conseguenza, aumenta la forza della coesione di gruppo e la sua funzione contenitiva.

Dopo aver analizzato le caratteristiche strutturali, entriamo ora nel Processo di Axolotl, analizzandone i livelli di comunicazione.

Il livello corrente è il più frequente e riguarda la condivisione di aspetti informativi, novità, aggiornamenti riguardo allo studio e tutte le esperienze che avvengono fuori dal gruppo.

Scambi comunicativi a livello transferale, invece, possono essere osservati sia nell'intero gruppo sia nell'uno a uno. Noi conduttori spesso assumiamo il ruolo di "genitori", mentre gli altri membri del gruppo, quello di "fratelli", che sono talvolta amati, molto spesso odiati, tante volte invidiati. A volte ci viene richiesto di essere difesi da loro, soprattutto dai "fratelli maggiori" e dalle loro prese in giro, poiché a volte si relazionano in modo disregolato. Si riattivano, pertanto, nel gruppo dinamiche caratteristiche della famiglia primaria. Un altro esempio: un partecipante che solitamente ha difficoltà a gestire la triangolazione con i genitori mostra lo stesso schema con noi conduttori e, pertanto, tende a privilegiare lo scambio uno a uno con il singolo.

È possibile, a volte, osservare delle divisioni all'interno del gruppo e questo fa sì che si perda un'idea di gruppo come una totalità: in questi casi, agisce la scissione e, pertanto, il gruppo si trova a un livello di comunicazione di tipo proiettivo. Capita, dunque, che talvolta si formino dei

sottogruppi chiusi, non in comunicazione tra loro; oppure altre volte un singolo membro si isola e si scinde dal gruppo.

Il valore aggiunto di Axolotl è quello di arrivare a un livello di comunicazione corporeo. Utilizziamo, infatti, un modello integrato, che include il costrutto di *Somatic Competence*: la capacità di osservare ed entrare in contatto con ciò che il corpo comunica, cercando di rendere tali sensazioni consapevoli ed esplicite, al fine di poter utilizzare queste informazioni per migliorare l'adattamento all'ambiente e alla relazione con gli altri.

Secondo il modello *Somatic Competence*, l'attenzione principale è lo stato complessivo del paziente nel qui e ora, con particolare attenzione allo stato del corpo. Soprattutto quando c'è un oggetto, come lo studio, che va a mediare la relazione con i pazienti, è indispensabile cercare di capire se ci sono le condizioni necessarie per iniziare l'attività ed eventualmente portarla avanti, se lo stare sul compito sia possibile. L'osservazione del corpo è il punto di inizio: un corpo disregolato non permette di stare sul compito o nel gruppo in modo adeguato. Quando il corpo è in uno stato di iper o ipoattivazione o di freezing, tutte le energie e risorse del sistema mente-corpo sono concentrate sui bisogni primari. Livelli più complessi, come quello relazionale o intrapsichico, risultano momentaneamente spenti, non considerati né considerabili. In tali circostanze, quindi, lavoriamo per equilibrare questi stati, cercare di regolare il livello di *arousal*. Lo scopo è quello di recuperare un'omeostasi e un senso di comfort. Esempi di stati disregolati possono essere l'esaurimento, l'ansia, il panico o la tristezza. Se i partecipanti entrano nel gruppo in queste condizioni, li accogliamo, cercando di sintonizzarci con il loro stato, partendo da ciò che sentono nel corpo, poiché, come accennato in precedenza, i livelli di elaborazione *top-down* non sono accessibili e parlare di ciò che sta avvenendo dentro di loro non è spesso possibile. Pertanto, forniamo un contenimento, favorendo una regolazione basata sulla relazione.

A livello, invece, di Contenuto, possiamo osservare come la matrice del gruppo si sia modificata nel tempo (attualmente sono più di tre anni di storia del gruppo), passando da una Matrice di base a una Matrice Dinamica. Il gruppo ha gradualmente sviluppato una Coesione, iniziando a pensarsi come un'unità. Un elemento fondamentale di questo cambio è il fatto che i ragazzi non vedano il gruppo come un luogo solo per studiare, ma come un luogo dove poter sempre trovare supporto e migliorare il proprio stato interiore. I membri del gruppo spesso vengono agli incontri proprio perché la loro condizione è molto critica, sia su un fronte psicologico sia corporeo.

La cultura del gruppo è un altro aspetto. Oltre ai sopraccitati "troni", la pietra miliare del gruppo è il concetto dello sforzo comune: ognuno compie uno sforzo personale nel partecipare, nel dare continuità all'esperienza e allo studio, anche quando non vogliono o sentono di non avere la forza per farlo. Il riconoscimento dello sforzo include anche la continuità nel processo terapeutico e nel rispettare gli altri e i loro bisogni. Questo concetto è collegabile a uno dei fattori terapeutici del gruppo teorizzati da Yalom, ossia l'Universalità, che riguarda il fatto di non essere e non sentirsi soli nel vivere le proprie difficoltà, ma essere in un gruppo.

Un ultimo punto riguarda la memoria: la storia del gruppo, che si va a stratificare in ogni incontro.

Come interagiscono questi tre aspetti di base, Struttura, Processo e Contenuto?

Osserviamo dei fenomeni interessanti quando informiamo i partecipanti al gruppo dei nuovi ingressi. Solitamente ciò avviene con circa una settimana di anticipo, per poter gradualmente interiorizzare questo allargamento, oltre che poterne parlare nel gruppo e nella seduta individuale al fine di affrontare le proprie preoccupazioni e anticipazioni al riguardo. Spesso, in questa fase, si osservano dei cambiamenti nel Processo e nel Contenuto. In una situazione recente, abbiamo osservato che al momento dell'annuncio del nuovo ingresso, il gruppo ha reagito con stupore e silenzio, anche perché da alcuni mesi la struttura era rimasta stabile. Negli incontri successivi, si osservano vari fenomeni di aggiustamento. In primis, una maggiore coesione tra i partecipanti: parlano di più tra loro, vi è maggiore fluidità nella comunicazione; prima, invece, erano presenti più scambi dei singoli ragazzi con noi operatori e pochi scambi di gruppo. Inoltre, migliora il clima emotivo: sembra vi sia un alleggerimento delle problematiche individuali e maggiore "allegria". Infine, emergono più facilmente ricordi legati alla storia e alla cultura del gruppo. Potremmo ipotizzare, dunque, che l'arrivo dell'estraneo spinga il gruppo ad aumentare la sua coesione per sopravvivere alla "novità spaventosa"; al contempo, il gruppo finge che stia andando tutto bene al suo interno.

Una peculiarità di Axolotl è quella di non essere un gruppo isolato, bensì di essere situato al centro di una rete, costituita da vari elementi sempre collegati. La rete è costituita dai conduttori del gruppo, gli psicoterapeuti individuali, i tutor psicologici ed eventualmente psichiatri o neuropsichiatri.

Tali professionisti lavorano in sinergia, con l'obiettivo di formare una mente comune, lavorando su tre aspetti. Primariamente, seguire un modello comune: tutti i professionisti condividono gli stessi principi terapeutici; il codice psicodinamico è alla base del lavoro di tutta l'équipe. Successivamente, la continua circolazione delle informazioni all'interno della rete: i professionisti sono in continuo aggiornamento su quanto accade ai singoli ragazzi e al gruppo. La rete, dunque, si mantiene costantemente viva e questo avviene su due livelli: quello più ampio, dell'intera rete, che è costantemente informata di eventi non comuni, come crisi o nuovi passaggi. A livello del gruppo, dopo ogni incontro, i conduttori si confrontano su quanto accaduto durante il pomeriggio, al fine di creare una mente unica e integrata. Questo permette, inoltre, di confrontare i vissuti emotivi e controtransferali di ognuno, di ragionare sull'esperienza, provando a dare senso a quanto accaduto, inserendolo in una storia, la storia del singolo individuo e del gruppo. Il terzo punto, infine, è la supervisione settimanale, cui partecipano gli operatori e in cui, a cadenza variabile in base alle esigenze dei singoli casi, vengono invitati gli psicoterapeuti individuali e i tutor dei ragazzi.

Questa rete è essenziale anche perché i partecipanti ad Axolotl esprimono e depositano parti di Sé differenziate nei diversi setting; la creazione di una mente comune che unisce tutti questi contenitori diversi favorisce l'integrazione del Sé del paziente.

Per concludere, perché Axolotl si può definire come un nuovo setting integrato di gruppo? Perché ha una stratificazione di complessità su diversi livelli. Può essere, infatti, definito come un gruppo di attività, in quanto l'attività di studio si trova al centro e va a strutturare e organizzare anche la scansione degli incontri. In realtà lo studio è semplicemente pretestuale, ha un ruolo secondario, perché fornisce uno strumento per entrare in contatto con il disagio psicologico dei ragazzi e lavorare con una prospettiva terapeutica. Questo livello integra i punti

centrali dei processi psicoterapeutici individuali con i fattori terapeutici del gruppo, come la Coesione, l'Universalità, il senso di appartenenza. Il modello gruppoanalitico, inoltre, dà strumenti per analizzare le dinamiche gruppali in tutti i suoi aspetti e per considerare il gruppo come un'unità. Infine, il modello *Somatic Competence* permette di includere all'interno di tutto questo anche il corpo.

Pertanto, Axolotl promuove un processo terapeutico basato sull'integrazione di questi livelli: lavoro sullo studio, sul compito; osservazione e analisi ed elaborazione di dinamiche sia a livello individuale e relazionale che di gruppo; e infine un'attenzione al corpo.