

Il gruppo di incontro psicoterapeutico nasce prevalentemente in ambito psichiatrico e successivamente analitico, orientato al miglioramento psichico di gruppi omogenei di pazienti. In un secondo momento esso acquisisce una sua strutturazione e diversificazione con autori come Siegfried Heinrich Foulkes, Alexander Wolf, e molti altri, per passare poi con Wilfred Bion, da un *analisi in gruppo* ad un *analisi di gruppo*, enfatizzando così non solo la capacità dell'individuo di rispondere alla terapia in gruppo, ma anche l'interesse per il gruppo e le sue dinamiche, fino all'analisi degli aspetti propriamente sociologici. Levi Moreno con le sue Ricerche Sociometriche e Kurt Lewin con la sua Teoria del Campo e Teoria dei Gruppi daranno un fondamentale contributo non solo alla psicologia dei gruppi ma anche alla psicologia sociale (Lo Iacono e Milazzo, 2007). Kurt Lewin ideò negli anni '40 i T-Group, ovvero "sensitivity training group", gruppi di addestramento alla sensibilizzazione delle dinamiche di gruppo. La sua idea nasce proprio dall'osservazione del fatto che le persone sono più capaci di apprendere qualcosa su di sé e di cambiare, se l'esperienza di questa consapevolezza è fatta in gruppo e quindi condivisa, così come condividere la propria sofferenza è di per sé terapeutico perché si ha la sensazione di non essere soli. Inoltre il gruppo offre una naturale possibilità di resilienza avendo "la capacità di fornire le energie sufficienti per andare avanti nel processo di crescita" (Pacitto, 2007). Lewin definisce il gruppo, in una prospettiva gestaltica quindi la dove ogni fenomeno non è analizzabile semplicemente come somma delle sue parti, ma come una "totalità dinamica basata sull'interdipendenza invece che sulla somiglianza." Quindi ciò che costituisce l'essenza di un gruppo non è la somiglianza o la dissomiglianza riscontrabile tra i suoi membri, bensì la loro interdipendenza. Non a caso l'etimologia della

parola gruppo è stata da alcuni linguisti ricondotta ad espressioni come “*grop*” e “*kruppa*” che significavano “*nodo*”, “*massa arrotolata*”. Il gruppo è quindi “ un centro di forze, un nodo di tensioni e movimento, i membri di un gruppo sono in reazione tra loro e un mutamento di una parte comporta uno squilibrio della totalità e la ricerca di un riequilibrio” (Lo Iacono e Milazzo, 2007). Dopo Lewin saranno Bill Shutz, Fritz Perls e Carl Rogers a mettere le radici di quello che oggi chiamiamo Gruppo di incontro umanistico. Se inizialmente l’intento dei gruppi terapia era quello di “*guarire*” classi più o meno omogenee di pazienti, o di risolvere problemi di un gruppo, definito tale per concordanza di compiti e obiettivi, successivamente si è

sperimentata, come abbiamo visto, la capacità del gruppo di favorire in generale una “*crescita personale* ”. Per questo i primi i gruppi di incontro si svilupparono negli USA negli anni ’60 e venivano chiamati “*Centri di crescita*”. Il più grande di questi fu l’ Esalen Institute fondato in California da Michel Murphy e Richard Price. Qui convergevano autori che i già citati Shutz, Perls e Rogers, che svilupparono una tipologia di gruppo di incontro in cui sul focus fosse sulla conoscenza di se e l’ apertura agli altri per mezzo del gruppo. I gruppi di incontro si differenziavano dai gruppi terapeutici fino ad allora conosciuti sia per obiettivi, modalità e partecipanti. Innanzitutto i partecipanti non erano gruppi omogenei di pazienti, dunque il lavoro era incentrato su un disturbo psicopatologico o una difficoltà comune, ma sull’ incontro di diverse esistenze e quindi diverse difficoltà. L’obiettivo era quello di ristabilire un contatto incensurato con se stessi, aumentare la consapevolezza delle proprie difficoltà, incontrare l’ altro senza sovrastrutture sociali o culturali,

esprimere in modo creativo la propria umana potenzialità, ristrutturare le proprie credenze, apportare cambiamenti significativi alla propria esistenza. Il gruppo di incontro nasce nel contesto culturale degli anni '60 anni in cui iniziava quella che poi sarebbe stata definita una "*crisi di identità*", un'epoca di individualismo senza appigli, del superamento dei tabù ma allo stesso tempo della sofferenza dell'insuccesso, del fallimento. Anche il "*mal di esistere*" entrava nelle stanze degli psicoterapeuti, emergeva il bisogno di una ricerca di se stessi, di un'autorealizzazione, di una riconversione con l'altro. I gruppi di incontro ebbero rapida diffusione perché soddisfacevano probabilmente il bisogno di relazioni umane spontanee ed autentiche, della non censura, della liberazione dalle etichette, del bisogno di incontrarsi con l'altro senza paura di mostrare le umane sofferenze. La conduzione del gruppo di incontro era spontanea e propositiva. Il conduttore non è un "*capo*" che decide cosa è giusto o sbagliato, che etichetta o interpreta, ma è colui che propone esperienze in grado di mettere la persona in contatto con se stessa e con gli altri e di trovare risposte attraverso una rivelazione interiore. Carl Rogers fu uno dei maggiori esponenti di questa nuova modalità di lavoro, il suo metodo si differenzia dagli altri per la non-direttività: la sua conduzione dei gruppi è caratterizzata dalla mancanza di un ruolo totalizzante del conduttore che al contrario deve essere spontaneo e genuino in modo da creare un clima favorevole e di fiducia. Secondo Rogers nel gruppo, come nella terapia individuale, l'ingrediente fondamentale del rapporto terapeutico è il senso di appartenenza e la fiducia incondizionata, il conduttore ha quindi il ruolo di accettare positivamente ed incondizionatamente tutto ciò che il gruppo porta e non indica nessuna strada da perseguire: è il gruppo che all'interno di questo clima rende possibile l'individuazione della propria ed unica

strada. Adesso le tipologie, le modalità, le caratteristiche, gli obiettivi dei gruppi di incontro si sono notevolmente sviluppati e differenziati (De Marchi et al., 2006; Lo Iacono, 2020; Pacitto, 2007).