

TEMA: la comunicazione nei gruppi: cosa ci diciamo nelle nostre riunioni è davvero quello che serve, sia a chi lo dice che agli altri? E ce lo diciamo nel modo giusto? Se no, cosa si dovrebbe comunicare invece, e come?

Per rispondere al quesito alla base del tema di questa discussione abbiamo cercato di ricordare cosa è successo durante gli innumerevoli gruppi a cui la maggior parte di noi ha partecipato. Ci sono venuti alla mente diversi casi e sono quindi sorti dei dubbi su come questi diversi casi sono stati affrontati, sugli esiti, sui successi e sugli insuccessi.

L'analisi di questa casistica è stata condensata in un certo numero di domande, a cui abbiamo poi cercato di dare delle risposte durante dei momenti di discussione comune. L'esito è elencato qui di seguito.

Vogliamo sottolineare che diverse domande sono in sostanza la stessa domanda, affrontata però cercando di mettere in evidenza una particolare sfaccettatura del problema. Da questo consegue che spesso la risposta sia la stessa, ma anche in questo caso con una diversa gradazione o punto di vista.

Dalla lista delle domande abbiamo eliminato la maggior parte di quelle che tendevano a mettere in luce se nel gruppo esistesse una figura con compiti particolari e di maggior rilievo, facendo ovviamente riferimento alla figura del facilitatore. Questo perché le risposte sono state praticamente unanimi: il comportamento e gli esiti di un gruppo sono responsabilità di tutto il gruppo, e non di un suo membro, qualsiasi ruolo egli abbia.

Eccovi ora la lista delle domande e le relative risposte. Vogliate perdonare il dettaglio, che magari alcuni di voi considereranno eccessivo.

1) I tempi a disposizione dei genitori dovrebbero essere fissi, stabiliti in modo da lasciare ad ognuno un intervallo uguale per parlare, oppure dovrebbero essere variabili, calibrati in funzione delle esigenze particolari del momento?

Se qualche genitore tende a monopolizzare la riunione, magari avendo accumulato tanti eventi in seguito a prolungate assenze, come si dovrebbe comportare il gruppo? Nel caso si ritenga opportuno limitarlo, chi è che si deve assumere l'onere di farlo?

A seconda delle situazioni, dei momenti particolari, dello stato puntuale della propria vicenda con il/i figli i genitori hanno bisogno di parlare di più o di meno. Nei momenti critici, quando la sofferenza è più acuta, è importante poter esprimere tutto il proprio stato d'animo e poter ricevere il conforto, il consiglio e, quando opportuno, perché no, la critica del gruppo. Questo può richiedere tempi molto lunghi e monopolizzare effettivamente buona parte della durata della riunione. Il gruppo ha la sensibilità per riconoscere questa situazione ed adeguarvisi, vorrà dire che coloro che hanno una condizione tranquilla, o meno critica, si esprimeranno in una riunione successiva.

Allo stesso tempo il gruppo ha anche gli strumenti per riconoscere chi, per così dire, "ci marcia" e, anche se con disagio, mettere in atto quelle strategie "morbide" per limitare i monopolizzatori abituali, seppur ve ne siano. Il cambiamento dell'atmosfera, che da accogliente si trasforma prima in fredda e poi in insofferente può essere sufficiente a bloccare e mettere a disagio chi considera il gruppo solo come un comodo uditorio su cui vomitare tutta la propria

sofferenza e scappar via, e non un mezzo per affrontare una situazione allo scopo di modificarla attraverso il cambiamento personale.

Noi riteniamo che questa opera di regolazione debba essere, ed effettivamente sia, operata da tutto il gruppo nel suo insieme e non vi sia una figura specifica deputata a fungere da regolatore e disciplinatore

2) Se un genitore continua a mantenere un atteggiamento che gli altri ritengono auto lesivo e/o inadeguato alla sua situazione, è opportuno mettere in evidenza questo fatto? È corretto che il gruppo o parte di questo insistano, magari perché soffrono a sentire che quel genitore è bistrattato o ingannato? Se questo è inopportuno chi è che deve riportare la tranquillità?

Non è raro che si verifichino casi in cui un genitore non riesca ad affrontare la propria situazione e non sia in grado di intraprendere quei cambiamenti del proprio comportamento atti a recuperare il rapporto coi figli e modificare la loro situazione.

Il gruppo non può lasciare cadere la cosa e accettare di diventare solo un momento di consolazione per il genitore.

Certo anche questo è importante e magari è opportuno che gli altri genitori mantengano il contatto anche al di fuori della riunione settimanale, fornendo il conforto e il supporto, dove e come possibile, anche durante la settimana.

Ma se si limitasse a questo, il gruppo avrebbe fallito il proprio scopo.

Abbiamo sempre sostenuto che solo modificando il comportamento dei genitori si può ottenere, nel tempo, il cambiamento del comportamento dei figli e che è inutile tentare di modificare l'agire del figlio mantenendo inalterato il proprio. Infatti un genitore arriva al gruppo dopo avere tentato a lungo questa strada, ma se questo non ha portato risultato prima, per quale motivo dovrebbe portarne con la frequentazione del gruppo? Il gruppo non è un dispensatore di trucchi o ricette di sicuro successo!

Pertanto non si può lasciar correre.

Ma è altrettanto vero che bisogna avere la sensibilità di rispettare i tempi di ognuno e apprezzare e dimostrare l'apprezzamento anche per i più piccoli cambiamenti. Ognuno di noi è diverso dagli altri, abbiamo diverse sensibilità e risoluzioni e anche i nostri figli sono diversi, i tempi che si sono rivelati brevi in un caso possono essere molto più lunghi in altri.

Inoltre pensiamo che sia importante avere molto tatto, e soprattutto raccontare di noi e delle nostre esperienze in situazioni che riteniamo simili, piuttosto che fornire consigli espliciti sul come dovrebbe comportarsi l'altro.

3) Chi ha il compito di sopire gli eventuali scontri che possono sorgere all'interno del gruppo?

In un gruppo si rappresentano situazioni di estrema sofferenza, non è pensabile che l'atmosfera sia sempre tranquilla. Sotto l'urto della tensione si possono verificare scontri e momenti di accesa discussione. Noi riteniamo che questo sia normale, inevitabile e accettabile, purchè la situazione non degeneri. Ma deve essere il gruppo stesso ad autolimitarsi e deve essere l'azione collettiva a evitare che le situazioni travalichino.

4) È accettabile che un membro del gruppo si limiti a fare la cronaca della settimana o del periodo che è intercorso dall'ultima presenza, senza approfondire il suo stato d'animo?

Riteniamo che l'efficacia del gruppo possa dare i suoi effetti solo con il coinvolgimento emotivo dei partecipanti. Come si può pretendere che un genitore modifichi il modo con cui affronta le situazioni se non si riesce a capire cosa pensa e soprattutto cosa prova quando certi tipi di situazioni si verificano? La "radiocronaca" degli avvenimenti non è sicuramente sufficiente!

Nei casi in cui un genitore si limiti a raccontare gli avvenimenti, il gruppo deve cercare di portarlo a esprimere quali sono stati i propri sentimenti nel corso dei vari accadimenti. Questo si può ottenere attraverso domande mirate, essendo consapevoli che magari, all'inizio, non si riceveranno risposte sincere, o almeno del tutto sincere, ma poi, col procedere della conoscenza e l'instaurarsi di un rapporto di fiducia, il confronto si farà più rilassato e le emozioni e i sentimenti verranno a galla.

5) Quando si fa una critica al comportamento di un altro genitore in un particolare evento, facendogli notare che può avere fatto degli errori o non avere avuto abbastanza coraggio, o avere fatto delle parzialità nei confronti degli altri figli, quanto è opportuno insistere? Se ci si accorge che la cosa dà fastidio o irrita quel genitore ci si deve fermare o comunque bisogna continuare perché è meglio illustrare fino in fondo la nostra tesi ad evitare eventuali equivoci? (talvolta è stato detto che il medico pietoso fa marcire la piaga)

Si è fatto notare che è importantissima la forma che assumono i nostri interventi: tutti noi che partecipiamo ai gruppi siamo pieni di dubbi già su noi stessi e sui nostri comportamenti, figuriamoci se possiamo diventare affermativi e impositivi nei confronti dei comportamenti degli altri!

Ciononostante si viene al gruppo per ottenere un risultato, non per un incontro mondano, quindi i comportamenti inefficaci, le timidezze, le incostanze, le minacce a vuoto, l'eccessiva rigidità o cedevolezza, la parzialità, devono essere fatte notare, con tatto, pazienza e rispettando i tempi dell'interlocutore, ma non possono essere fatte passare senza affrontarle.

6) Quanto è opportuno evitare di far notare che qualcuno sta portando avanti un comportamento secondo noi inadeguato, perché abbiamo visto che egli è comunque refrattario a modificare il proprio agire?

È una sottospecie della domanda precedente. Proprio perché il gruppo ha senso solo se ottiene, o comunque fa il possibile per ottenere un risultato, non si può accettare passivamente che un genitore non accetti di mettersi in discussione e non intenda cambiare il proprio comportamento. Il gruppo non può e non deve imporre niente a nessuno, ma ha il dovere di segnalare le cose che ritiene inappropriate senza desistere.

È ovvio che anche in questo caso è questione di tempi e di modi, il gruppo dovrebbe essere così saggio da modulare le proprie critiche e insistenze a seconda dei casi particolari, e spesso lo è. Non si può comunque negare che questa è proprio una situazione che può fare nascere degli scontri e magari degli abbandoni.

7) Quanto è opportuno evitare di segnalare a un genitore che il figlio potrebbe avere dei comportamenti più pericolosi di quelli che lui nota, perché si ha paura che la cosa lo possa far

soffrire troppo? Oppure perché notiamo in lui la volontà di rifiutare?

Crediamo che sia ormai evidente che secondo noi il gruppo verrebbe meno alla sua funzione se non cercasse di mettere tale genitore almeno nell'avviso.

Ed è inutile ripetere che si tratta sempre di tempi e modi: una volta potrà essere opportuno lasciar correre, un'altra sollevare il rilievo.

Quello che succede è che nei racconti di questi genitori si presentano degli indizi che mettono in allarme chi ha vissuto esperienze simili. Allora quei genitori che abbiano ravvisato il pericolo, dovrebbero raccontare la propria vicenda.

Facendo sempre riferimento a sé stessi si potrà raccontare come dagli indizi, e magari passando prima attraverso una fase di incredulità, si sia col tempo arrivati a rendersi conto che il figlio faceva uso abitudinario o saltuario di una sostanza pericolosa.

8) Quando ci accorgiamo che un genitore evita di parlare di alcune sfaccettature della propria vicenda, è opportuno farglielo notare, oppure rispettare la sua ritrosia ad affrontare quel lato dell'argomento? E se glielo facciamo notare e ci accorgiamo che lui non vuole affrontarlo, è opportuno lasciar cadere o insistere, magari in un'altra occasione o con altre modalità, perché sospettiamo che lì si annidi uno dei problemi dei suoi rapporti col/coi figli o con altri?

Quando un genitore è ritroso ad affrontare certe sfaccettature, può esserlo sia per pudore, sia perché non è pronto a prenderle in considerazione nemmeno nel suo intimo.

Non si può e non si deve forzarlo. È sempre questione di tempi e di modi.

Quasi sempre l'ascoltare le vicende degli altri che si narrano con sincerità, anche nei loro sentimenti più intimi, può stabilire quel rapporto di fiducia che superi gli eventuali pudori.

Ascoltare le angosce, i dubbi e le paure degli altri in situazioni che grossolanamente sono analoghe alle nostre può aiutare a superare le barriere interne che si formano per evitarci l'eccessiva sofferenza che una piena consapevolezza ci potrebbe provocare. In definitiva è opportuno attrarre, più che forzare le confidenze.

9) Quanto siamo convinti che quello che è successo a noi e le soluzioni che abbiamo trovato siano applicabili universalmente? È vero che tutti i casi sono singoli, perché diversi sono gli attori e le situazioni, ma esiste un fondo comune che sono le debolezze dell'essere umano e per rispondere a queste c'è un numero molto limitato (4 o 5) di regole comportamentali dettate ormai dall'esperienza. E non sembra che al momento ne siano state scoperte di nuove, anche perché il mondo cambia vorticosamente ma l'essere umano è molto più lento a modificarsi.

Il comportamento deve essere chiaro, non ambiguo, deve essere comprensibile dal figlio che deve sapere con certezza quale sarà la tua risposta in seguito ad una sua azione.

Per questo si può dire che nella loro diversità tutti i casi sono analoghi, perché stesse sono le debolezze e stessi sono i comportamenti che hanno avuto successo. Con il racconto della propria esperienza si illustrano proprio queste regole comportamentali applicate nel proprio caso specifico. I dettagli possono variare, ma il fondo rimane identico.