

Bion, Foulkes e l'empatia

Malcom Pines

Abstract

Cerco di dimostrare in sostanza come riuscire a far uso delle concezioni sia di Bion che di Foulkes per creare due vettori, che hanno punti di convergenza e che aiutano a scoprire la verità più profonda, che i gruppi così spesso cercano di nascondere a loro stessi. L'empatia, la comprensione, la compassione e la pietà continuano a richiamare la nostra attenzione. Gli esseri umani sono capaci di sperimentare ed agire sulla base di questi sentimenti, siamo anche capaci di annullare questi sentimenti, col risultato di diventare inumani, arroganti, capaci di azioni orribili verso gli altri, che cessiamo di considerare fatti della stessa nostra comune materia. Le esperienze di Bion nella prima guerra mondiale lo immerse nell'orrore della guerra di trincea e non cessò mai di attingere a quest'esperienza nella sua esplorazione dei primitivi processi psichici. Foulkes non subì tale trauma perché era al suo posto come telefonista, al di qua delle linee del fronte. Penso che le differenze nella loro esperienza di guerra siano significative per le loro contrastanti esperienze sugli individui e sui gruppi.

Parole chiave: verità, capacità di amare, empatia, guerra, arroganza

Poiché mi sto preparando a scrivere un articolo sull'empatia per un gruppo che s'interessa alla teoria dell'attaccamento in psicoanalisi, mi chiedevo cosa potevo trovare in Bion e Foulkes, questi due padri fondatori della psicoterapia psicoanalitica di gruppo, su questo argomento, non ho ancora fatto una ricerca completa, sistematica, ma ho alcune importanti conclusioni da comunicare.

Prima, ecco cosa dice Foulkes nel suo articolo " La mia Filosofia nella Psicoterapia" (1974), scritta non molto tempo prima che morisse nel 1976 (io fui presente alla sua morte che avvenne mentre stava facendo un gruppo durante un'estate caldissima quando evidentemente avrebbe dovuto riposare, morì al servizio della sua arte e scienza)," Indubbiamente abbiamo bisogno di avere la capacità (empatia) d'identificarci con i nostri simili. Veniamo coinvolti molto di più di quanto di solito sappiamo, troppo, forse". L'idea di quest'empatia proviene da un certo atteggiamento filosofico, dal vedere le cose, in proporzione, come parte del problema umano nel quale tutti siamo continuamente coinvolti.

Con questa capacità e con maturità riusciamo a mantenere un certo necessario distacco, malgrado qualsiasi empatia; distacco ed empatia non hanno bisogno di opporsi fra loro. Il buon terapeuta dovrebbe allo stesso tempo, essere nella, ed al di sopra della situazione.

Tale atteggiamento renderà più facile vedere sia la tragedia che la commedia, dell'esistenza umana, vedere l'assurdità di certi aspetti.

Esso consente una sensibilità per l'umorismo, se lo abbiamo non stiamo soltanto migliorando noi stessi ma anche la nostra funzione come terapeuti. In questo modo il

nostro lavoro diventa più interessante più soddisfacente e più efficace per i nostri pazienti.

In un brano precedente in quello stesso articolo egli scrive "Il vero terapeuta ha, credo una funzione creativa, è sotto un certo aspetto come un'artista, come uno scienziato come un pedagogista.

Qualche volta ho paragonato questa funzione con quella del poeta, soprattutto nel condurre un gruppo.

Con questo voglio indicare la ricettività del terapeuta a vedere un po' meglio, un po' più profondamente, un po' prima degli altri, quello che i suoi pazienti stanno dicendo veramente, o vogliono o temono; per aiutarli ad esprimerlo e qualche volta, anche se raramente, ad esprimerlo per loro."

C'è molto altro nell'articolo in cui riassume i suoi quaranta anni d'esperienza come psicanalista e analista di gruppo.

Secondo me, alcuni altri brani convergono negli aspetti fondamentali con le concezioni di Bion: "penso che la natura vera della mente stia nel bisogno di ciascun individuo di comunicare e di ricevere, in ogni senso", scrive sul linguaggio, che è in ciascun individuo ciò che nella sua "stessa" mente si sviluppa, ma allo stesso tempo è una proprietà condivisa dal gruppo; l'individuo è costretto, sin dall'inizio ad esprimersi dalla cultura circostante.

Ma anche nell'uso del linguaggio, gli individui comunicano senza saperlo, per mezzo di processi inconsci che sono interconnessi e che pervadono ciascun individuo, "processi transpersonali".

"Proprio come la mente viene condivisa, così viene condiviso ciò che è sociale, non solo esteriormente ma anche interiormente, nella profondità della persona".

Chiaramente abbiamo bisogno di uno studio approfondito dei concetti fondamentali di Foulkes e di Bion.

Se tutto va bene alcuni di questi potranno essere approfonditi nel libro che sto per pubblicare con Robert Lipgar di Chicago, intitolato "Building on Bion (Costruire su Bion)".

Uno dei contributi su Foulkes e Bion sarà del mio amico e collega Dennis Brown, che ha contribuito, con un suo interessante articolo su questo argomento, ad un mio precedente volume.

Per quanto riguarda Bion non ci sono voci nell'indice per l'empatia (identificazione), così ho esteso la mia ricerca, ed ho incluso *comprensione* e *compassione*, che sono concetti diversi.

Parlerò di questo argomento in seguito, ora ho trovato due contributi molto interessanti, entrambi inclusi in "Cogitations" (Karnac, 1992).

L'11 Febbraio 1960 scrive sulla Compassione e la Verità.

La Compassione e la Verità sono entrambi sentimenti dell'uomo.

La Compassione è un sentimento che l'uomo ha bisogno di esprimere. E' un impulso che sperimenterà nei suoi sentimenti per gli altri.

La Compassione è similmente qualcosa che ha bisogno di sentire negli atteggiamenti degli altri verso di lui.

La Verità é qualcosa che l'uomo ha bisogno di esprimere; é qualcosa che ha bisogno di cercare e di trovare; é essenziale per la realizzazione della sua curiosità. La Verità é qualcosa che ha bisogno di sentire negli atteggiamenti degli altri verso di lui.

La verità e la compassione sono anche qualità che appartengono alla relazione che l'uomo stabilisce con le persone e le cose.

Un uomo può sentire che gli manca la capacità d'amare.

Un uomo può mancare della capacità d'amare.

Similmente, può sentire che gli manca la capacità della verità, sia di sentirla, sia di cercarla, sia di trovarla, sia di comunicarla, sia di desiderarla.

Infatti gli può mancare tale capacità.

La mancanza può essere primaria o secondaria, e può diminuire la verità o l'amore, o entrambi.

La mancanza primaria è innata e non si può rimediare, tuttavia alcune delle conseguenze possono essere modificate analiticamente.

La mancanza secondaria può essere dovuta alla paura o all'odio o all'invidia o all'amore. Perfino l'amore può inibire l'amore.

Applicando la 8 e la 10 al mito di Edipo si può vedere che: la morte della Sfinge è una conseguenza di tale mancanza, poiché la domanda posta non intendeva cavar fuori la verità e la considerazione per la stessa (auto-empatia) non poteva esistere ed erigere una barriera contro l'autodistruzione. Si può dire che Tiresia mancasse di compassione meno di quanto mancasse di rispetto per la verità. Edipo mancava di compassione per se stesso più di quanto mancasse di rispetto per la verità.

Mi commuovo quando leggo questo brano per la contrapposizione fra verità e compassione. Sebbene sembri che né Foulkes né Bion abbiano letto molto degli scritti di ciascuno, credo che Foulkes non avrebbe avuto alcun problema nell'accettare questa tesi. Tra l'altro sebbene sappiamo che Foulkes aveva letto "Esperienze nei gruppi", Sutherland, al quale mi riferirò tra breve, scrive nel capitolo del mio libro precedente, che non sentì mai Bion parlare di Foulkes in sua presenza. In un altro brano di "Cogitations" vi è un paragrafo intitolato "Interesse per la verità e la vita" (p. 247): "Con *interesse* intendo qualcuno che ha sentimenti innati di riguardo per l'oggetto, di comprensione verso di esso, di apprezzamento per esso. La persona, che ha interesse per la verità, o per la vita è costretta a un rapporto positivo non soltanto passivo con entrambe. L'interesse per la vita non vuol dire soltanto un desiderio di non uccidere, sebbene certo significhi ciò. Significa anche interesse per un oggetto precisamente perché quell'oggetto ha la qualità di essere vivo, significa essere curiosi delle qualità, che costituiscono quello che conosciamo come vita e di avere il desiderio di capirle.

Infine, l'interesse per la vita significa che una persona deve avere rispetto per se stessa, per le sue qualità come oggetto vivo.

Mancanza d'interesse vuol dire mancanza di rispetto per se stesso e, ancora di più per gli altri, che è proporzionalmente di grande importanza per l'analisi".

Questi brani in cui Bion scrive sull'interesse, la compassione, e la comprensione possono essere collegati all'empatia.

Passiamo ora all'empatia.

Il filosofo norvegese Vetlesen (Percezione, Empatia e Giudizio. Università Statale della Pensilvania, 1994) scrive: "L'empatia è ancorata ad una facoltà umana collocata nel profondo della sua natura, quella che costringe il soggetto a sviluppare interesse per gli altri (interesse verso gli altri). Per ciò l'empatia è una facoltà limitata concernente gli altri; la dove si riscontra l'autocompassione o l'amore per se stessi, non vi è alcuna autoempatia. (James Grotstein non sarebbe stato d'accordo con questo, come ha scritto sull'identificazione, e in questo sono d'accordo con lui). Vetlesen continua "nell'empatia c'è sempre un tu, mai soltanto un me. L'empatia dispone, in verità aiuta a produrre e sostenere una relazione, il fra o "zwischen", che coinvolge soggetti collegati tra loro, il suo locus è l'interpersonale (Il rapporto con gli altri), distinto dall'intrapersonale (rapporto con se stesso). E' in virtù di questa facoltà che io posso porre me stesso al posto dell'altro, per mezzo di un sentimento di essere di e con lui.

L'empatia non solo fa scattare l'abilità di osservare, richiede anche l'abilità di ascoltare. Sia l'osservare che l'ascoltare significano fare attenzione. Sono caratteristiche di quello che si potrebbe chiamare in genere sollecitudine. La percezione richiede sempre l'attenzione. L'attenzione è resa possibile dalla ricettività, dalla capacità di vedersi indirizzato da qualche avvenimento accaduto.

Nello scrivere sull'interpellare (modo in cui ci si rivolge agli altri) o essere interpellati (modo in cui gli altri si rivolgono a noi), ricordo, l'accento posto dal filosofo russo Bakhtin sulla comunicazione per mezzo del discorso che si rivolge all'altro o attraverso il quale ci si rivolge a noi.

In un certo senso il discorso viene rivestito con l'attenzione, la percezione e le parole dell'altro.

Ho cercato nell'opera di James Grotstein "Oserò turbare l'universo?" qualche riferimento all'empatia. Finora qualcosa l'ho trovato soltanto nello stesso capitolo di Grotstein e in quello di Frances Tustin "Questo è quello che Grotstein dice". (pag.33): "Bion sottolineò l'importanza del sé, del bisogno del sé di avere un legame relazionale empatico con sé stesso, e crede che debba esserci anche un oggetto il cui contenimento empatico del sé è di vitale importanza per il benessere del bambino. Bion fu quindi il primo Kleniano a dare uno sdoganamento metapsicologico all'importanza di una realtà esterna indipendente, non empatica che non contiene (non-containing).

Io non dimenticherò mai un'interpretazione, che mi diede una volta nel corso della mia analisi, che iniziava in qualche modo come segue:«Lei è la persona più importante che lei probabilmente incontrerà mai; per questa ragione non è di poca importanza che lei si trovi bene con questa persona importante». Così qui Grotstein sta equiparando il contenimento e l'empatia, questo è un argomento interessante da esplorare.

A questo riguardo, il contenimento non è passivo, ma attivo, reagisce coi sensi e nel

modo più appropriato ai bisogni del neonato: questa è sia empatia che comprensione, l'azione di essere con l'altro.

Torniamo ora a Tustin, che frequentemente usa il termine empatia per descrivere gli stati precoci della mente, gli stati patologici come sono presenti nell'autismo. Tustin afferma che Bion ha aumentato la sua comprensione della prima infanzia attirando la sua attenzione sulla capacità della madre di una riflessione empatica per la quale usa un termine adeguato: "rêverie". Attraverso la rêverie il bambino appena nato viene protetto entro ciò che potrebbe essere definito "il grembo" della mente della madre, proprio come prima della sua nascita fisica veniva protetto entro il grembo nel suo corpo.

Tustin usa il concetto di "Flowing over", traboccamento, per indicare il processo attraverso il quale l'illusione di "unità primitiva" è mantenuta.

Tustin distingue fra la "softness" (dolcezza) dell'unità primordiale e la "hardness" (durezza) della "twoness" (dualità) se lo stato dell'unità primordiale è stato sperimentato troppo presto, con asprezza, all'improvviso.

Tustin evoca il processo empatico quando descrive ciò che chiama "ecstasy". L'estasi ha origine da stati di intensa emozione che sono oltre la capacità del bambino di sopportarli e processarli da solo.

"Se la madre non può stare insieme al bambino in questi intensi momenti di emozione e non sembra riuscire a sopportare l'"overflow", il traboccamento ed elaborarlo con l'empatia e la comprensione, il bambino sperimenta un senso precoce di "twoness" che sembra portare al disastro. Allora il bambino si sente fuori posto, è solo e tenta di ristabilire patologicamente il senso di "oneness" (unità).

Questo porta a stati di confusione con l'oggetto materno. Lavorando con i bambini psicotici Tustin cerca di descrivere primordiali profondità e primordiali terrori come parte di tutte le esperienze infantili attraverso le quali nasciamo psicologicamente con l'essere "portati", questo equivale ad essere trasportati dalla rêverie materna e dalla comprensione.

Ho posto la domanda sull'atteggiamento di Bion verso l'empatia al mio co-curatore Robert Lipgar.

La sua opinione era che Bion fosse interessato all'individuazione, adattamento alla realtà (lavorando al suo interno conoscendo e imparando o sapendo cosa poteva avvicinarsi alla verità e alla Realtà) e non era molto attratto dall'empatia. Il suo interesse risiedeva nello studio di come pensiamo e di come apprendiamo, come "conosciamo".

E ora cosa è la comprensione? L'ambito della comprensione può essere più grande di quello dell'amore per gli altri; si basa sull'empatia che può essere diretta alle persone che non sono uniche per noi, non solo quelle a cui siamo più affezionate, ma anche a quelle a cui non vogliamo bene. La comprensione è facilitata dalla facoltà base di collegarsi agli altri che è l'empatia.

La comprensione si rivolge ad un insieme di persone più ampio del cerchio ristretto della famiglia e degli amici. La principale sfida alla comprensione è l'indifferenza, che è stata descritta come l'opposto dell'affetto.

La comprensione è una caratteristica essenziale degli animali sociali, come il genere umano, e sta ottenendo molta attenzione nella psicologia evolutiva, come viene esemplificato dallo studio di gruppi di scimpanzé di Franz De Waal, uno dei più importanti primatologi del mondo, che scrive: "è difficile immaginare la moralità umana senza le seguenti tendenze e capacità trovate anche in altre specie." Trattati connessi con la comprensione:

La comprensione si mette in luce quando gli animali si prendono cura o danno sollievo agli individui spossati o in pericolo che non siano i propri figli. Questa è chiamata "condotta di soccorso". Se noi, o gli animali, siamo influenzati indirettamente dai sentimenti e dalla situazione di qualcun altro, noi siamo comprensivi e questa condotta viene dimostrata nel rapporto individualizzato, nell'affetto e nell'amicizia di molti mammiferi ed uccelli.

Gli animali sono legati da relazioni emotive, mostrano contagio emotivo, sono coinvolti dalle emozioni degli altri e questo porta ad una condotta altruista e responsabile, all'"altruismo cognitivo", condotta nell'interesse degli altri. Malgrado la sua fragilità e selettività la capacità di prendersi cura degli altri è il principio del nostro sistema morale che funziona per proteggere e alimentare la capacità di dedicarsi a qualcuno.

Gli altri elementi biologici essenziali per la vita sociale dei primati e per noi stessi sono:

- l'interiorizzazione delle regole sociali;
- la reciprocità;
- la capacità di andare d'accordo.

La capacità di preoccuparsi per gli altri si manifesta attraverso la comprensione empatica e le azioni altruistiche.

Sia Bion che Foulkes considerano il processo della psicoterapia come modi per aiutare le persone a scoprire la verità su loro stesse.

Quando prendiamo in considerazione la situazione di gruppo di Bion, la caratteristica principale è che la scoperta delle difese regressive e primitive, gli assunti di base, liberano la capacità dell'individuo di giungere (lavorare) verso altri livelli di comprensione, comprensione nel momento della verità.

Il compito del terapeuta finisce quando quest'ultimo stabilisce questa capacità. L'amico e collega di Bion per molti anni, J.D. Sutherland, scrisse che Bion era una persona estremamente altruista ma che non era comprensivo o empatico verso lo sforzo della persona che vuole mantenere un senso di sicurezza del sé, messo in pericolo dall'esposizione alla situazione del gruppo. Sutherland non fa paragoni diretti fra gli approcci di Bion e Foulkes ma ciò che scrive è: "Foulkes era convinto che dovevano essere usate nella terapia le interazioni di tutto il gruppo, e credo che Bion, se avesse fatto più lavoro terapeutico di gruppo, avrebbe accettato quella posizione, sebbene avrebbe insistito su ciò che si poteva fare con più rigore e più profondità, più attenzione per le relazioni primitive (pag. 83).

Con l'espressione "interazione di tutto il gruppo" credo che Suthlerland si riferisse al "mirroring" (rispecchiamento), alla risonanza ed agli altri fattori che Foulkes descriveva come specifici del gruppo.

E' attraverso tali processi che le persone giungono a riconoscere più profondamente la verità su esse stesse, per mezzo del loro lavoro con gli altri, con l'essere visti, e vedendosi negati, scissi in parti non volute dal sé in altri; accettando la visione di altri sugli aspetti semi nascosti del sé che emergono nelle interazioni all'interno della situazione del gruppo.

Il cheating (inganno) viene di solito velocemente scoperto. Vediamo attraverso le difese degli altri in un modo che non riusciamo a vedere entro noi stessi. Questo ha un impatto diretto sul narcisismo difensivo, l'arroganza di cui Bion ha scritto. La terapia di gruppo è in molti modi un'esperienza umiliante, riconoscere di quanta materia comune siamo fatti, che abbiamo in comune con gli altri, materiale terreno essenziale. Bion ha scritto sull'importanza di acquisire "il senso comune" ciò è tutti i sensi che agiscono insieme per creare un senso di unità e d'integrazione dell'io. La capacità di scoprire l'inganno è un dato biologico. La cooperazione nei gruppi dai primati in su necessita della capacità di scoprire l'inganno altrimenti l'inganno otterrebbe un'ingiusto vantaggio dal lavoro degli altri. Questa forma di rivelazione è più intuitiva che empatica; l'intuizione porta a un'immediata conoscenza della realtà di una situazione, mentre l'empatia è un processo molto meno immediato. Kohut ha messo in evidenza che l'immersione empatica prolungata nell'esperienza degli altri è il principale strumento della comprensione psicanalitica, ecco perché il processo analitico è così lungo.

Se l'intuizione fosse stata tutto ciò di cui avevamo bisogno per capire l'altra persona e per tradurre la comprensione in azione, la terapia avrebbe potuto essere istantanea.

Appena i membri del gruppo cominciano a riconoscere le similitudini veritiere e le differenze fra se stessi e gli altri, possono cominciare ad apprezzare la complessità della personalità per vedere ciò che è simile e ciò che è diverso nelle altre persone. Questo inevitabilmente si oppone alle difese primitive della scissione e della proiezione che inducono a percepire le altre persone come completamente simili a noi stessi o completamente diverse.

Questo avviene particolarmente nei conflitti inter-gruppali, tra i gruppi, quando questi si riuniscono per creare una comune identità che dia loro un senso di forza e equità che inevitabilmente porta l'altro gruppo ad essere considerato pericolosamente diverso e una minaccia alla sicurezza.

Questa è una potente forza nei conflitti etnici, politici e religiosi, ma quando le persone riescono a riconoscere somiglianze e differenze all'interno dello stesso gruppo e crollano gli stereotipi di quello che vedono in altri gruppi, allora il progresso può essere raggiunto riducendo i conflitti all'interno del gruppo.

Sia Bion che Foulkes avrebbero voluto che la loro opera li portasse in quella direzione.

Nell'ambito delle tensioni internazionali lo psicanalista Vamik Valkan ha fatto un lavoro molto interessante per la riduzione delle tensioni etniche attraverso programmi

di gruppo che coinvolgono i disputanti come Greci e Turchi Ciprioti, Israeliani ed Arabi, Russi ed Estoni.

Il mio amico e collega Patrick de Mare ha aperto la via per l'uso di gruppi mediani che permettono alle persone di progredire verso un senso più completo della cittadinanza ed un superamento dei giudizi primitivi.

Bibliografia

Bion, W.R. (1992), *Cogitations*. Karnac, pp125/6.

Foulkes, S.H. (1990), *My philosophy in psychotherapy*. In *Collected Papers*. London, Karnac, p280.

Grotstein, J.S. (1981), [ed] *Dare I Disturb The Universe?* Beverly Hills, Caesura Press, 1981, p33.

Vetleson, A.J. (1994), *Perception Empathy and judgement*. Pennsylvania, State Press, 1994.

Tustin F. Psychological birth and psychological catastrophe. In Grotstein.

Malcolm Pines, psicoanalista e gruppoanalista, membro fondatore dell'Istituto di Gruppo-Analisi di Londra. Psichiatra Formatore e Consulente presso il Cassel Hospital; il St. George's Hospital; il Maudsley Hospital; la Tavistock Clinic, (Londra). Ex Presidente dell'Associazione Internazionale di Psicoterapia di Gruppo; della Società Gruppoanalitica; della Sezione di Psichiatria della Royal Society of Medicine. Editore della rivista Gruppo-Analisi. Autore di numerose pubblicazioni.

E-mail: malcpines@btinternet.com

Traduzione dall'inglese a cura di Francesca Vasta