



# Associazione Studi e Ricerca Demetra

Formazione e prevenzione a sostegno della famiglia  
Via Vallazze, 91 - 20131 Milano (MI) P. IVA: 13403140158  
tel.: 02/268.28.711 – cell.: 338/38.36.398 – fax: 039/92.77.070  
www.astrid.mi.it

## 5° CONVEGNO

### “RELAZIONE D’AIUTO E DIMENSIONE CORPOREA”

Sabato 13 Maggio 2006

Aula Magna della Fondazione San Carlo  
via San Cristoforo 3  
MILANO

**Dott.ssa Carmen Greco**, Presidente A.ST.R.I.D..  
Presentazione del tema del convegno.

**Maria Casiraghi**, psicologa, operatrice Shiatsu, assistente sociale, socia A.ST.R.I.D. e **Giovanni Ponzoni**, psicologo, assistente di comunità infantili: “Il corpo parla: ascoltiamo”.

**Dott.ssa Simona Carlevarini**, socia A.ST.R.I.D. ed **Elena Scesa**, responsabile A.I.M.I.:  
“L’importanza del contatto fisico: il massaggio infantile”.

**Dott.ssa Elena Rovagnati**, socia A.ST.R.I.D. e **Massimiliano Lanzani**; **dott. Matteo Villa** e **Mariella Bertolio**, coop. A77: “La famiglia dell’operatore sociale: riflessioni sulla dimensione”.

#### “PERCORSI DI RICERCA”

- **dott. Gian Carlo Calligari**, pediatra ospedale Fatebenefratelli, Erba (CO);
- **dott.ssa Donata Frangipane**, psicoterapeuta;
- **Anna D’amato**, insegnante yoga e formatrice;
- **dott. Raffaele Greco**, psicologo del lavoro, e **prof.ssa Elisa Nicolini**, docente I.S.E.F., soci collaboratori A.ST.R.I.D..

## INDICE

<b>RELAZIONE D' AIUTO E DIMENSIONE CORPOREA</b>	<b>Pag.</b>
1. Presentazione del tema del convegno	3
2. Il corpo parla: ascoltiamo	6
3. L'importanza del contatto fisico: il massaggio infantile	9
4. La famiglia dell'operatore sociale: riflessioni sulla dimensione	12
<b>PERCORSI DI RICERCA</b>	
5. Il caso di Laura	17
6. L'esperienza del corpo nello yoga e nella formazione	20
7. Uno psicologo, un medico e un avvocato: tre personaggi in cerca di...	22

# 1. PRESENTAZIONE DEL TEMA DEL CONVEGNO

## “Relazione d’aiuto e dimensione corporea”

dott.ssa **Carmen Greco**, Presidente A.ST.RI.D., psicologa, psicopedagogista, psicoterapeuta.

Con questo quinto convegno, l’ A.ST.RI.D. desidera confrontarsi sulla relazione d’aiuto, integrando la dimensione corporea.

Il corpo da sempre è stato oggetto d’interesse all’interno delle varie discipline. Il corpo può essere visto, vissuto, usato come macchina, automa, meccanismo. Spesso si parla del corpo in questi termini nel discorso delle varie discipline scientifiche, dalla medicina alla fisica, dalla psicologia all’antropologia. Anche nell’arte, nella letteratura e nel linguaggio pubblicitario il corpo macchina è ormai una delle rappresentazioni più diffuse, nelle sue diverse forme (cyborg, robot, androide...).

La metafora dell’uomo macchina si è imposta non solo nella scienza, nella ricerca tecnologica. Nell’arte è evidente il ruolo di questa rappresentazione soprattutto nelle avanguardie storiche: il *Futurismo*, il *Dadaismo*, la *Bauhaus*.

Oggi assistiamo a una ripresa del mito della macchina così come era stato concepito dalle avanguardie del ’900: nell’ arte pittorica, nella cartellonistica pubblicitaria, nei fumetti, nei videoclip, nella danza, nel teatro, nel cinema.

Ad esempio, la sperimentazione teatrale dopo gli anni ’70 si è volontariamente aperta alle suggestioni dei media, al ritmo urbano ed al suo paesaggio artificiale, al fine di ottenere *“la traduzione scenica di tutta una ritualità contemporanea fatta di comportamenti collettivi massificati, di gestualità compiute secondo schemi ripetitivi e automatismi psichici che uccidono ogni concetto di personalità”* (Grande, 1985).

Ma se si impone una differente prospettiva alla dicotomia naturale/artificiale, allora va ripensata anche la centralità del corpo umano in quanto esperienza che si costituisce nell’interazione con il reale e nella relazione con gli altri.

Ciò significa anche cercare di superare il concetto di un corpo anestetizzato, di un corpo cioè che ha chiuso il canale del sentire per proteggersi dal dolore e dalla sofferenza.

A tal proposito mi viene da pensare a tante situazioni che ho incontrato durante il mio lavoro di psicoterapeuta: carcerati autolesionisti che, pur tagliandosi la pelle con coltelli, non sentivano alcun dolore; giovani ragazze che non sentivano più il bisogno di nutrire il loro corpo che era arrivato a pesare poco più di quaranta chili; ragazzini adottati che si strappavano i capelli per segnalare la loro disperazione; donne abusate dai familiari che avevano dimenticato il dolore del corpo e dell’anima; tossicodipendenti e alcoolisti che hanno riempito il loro corpo di nutrimento tossico, alimentando una *“cupio dissolvi”* disperata.

Ma cosa hanno in comune tutte queste situazioni? La presenza di un corpo torturato, martoriato, usato come ultima spiaggia per reificare emozioni non dette, per esprimere il desiderio di vita proprio attraverso l’angoscia di morte.

Il corpo diventa allora una possibilità estrema per chiedere aiuto e per legittimarsi in maniera parossistica un bisogno di accudimento, dunque di relazione.

D’altra parte, a meno che non si lavori tramite la rete internet, l’evidenza del corpo nel setting terapeutico è lapalissiana, e tuttavia la psicanalisi prima e varie altre psicologie e psicoterapie poi, l’hanno collocata sullo sfondo per lunghi decenni.

Come se la psiche, e di conseguenza la comunicazione e l’elaborazione dei fatti psichici, non abitassero nel corpo, bensì in qualche luogo più alto, meno materico, meno contingente e prosaico.

Eppure il corpo c’è, inevitabilmente, ed allora pensare al corpo come all’interlocutore privilegiato del dialogo nel qui ed ora può essere un passaggio obbligato per psicoterapie, in particolare nel nostro tempo e nostra area culturale, che ci allontanano sempre più dalle esperienze corporee dirette

(si pensi alle varie agenzie educative come la scuola), ovvero al contrario ci conducono verso un uso oggettivato del nostro corpo.

E' stato Husserl, negli anni trenta, a risolvere teoricamente il dualismo cartesiano, definendo fenomenologicamente la differenza tra un corpo quale è quello oggettivato dalla scienza, che costituisce l'oggetto appunto dell'anatomia e della fisiologia, e "il mio corpo", come io lo sperimento personalmente dal di dentro, carico di vissuti, di emozioni, di significati, di contraddizioni, di simboli.

Allora è proprio questo mio corpo il potenziale vivo attraverso cui io sono nel mondo, e posso essere soggetto di esperienza.

Il mio corpo è anche attraverso cui il mondo esterno esiste e si rappresenta a me individuo. Io allora sono il mio corpo, perché con esso e attraverso esso esisto e mi relaziono al mondo.

Ed è attraverso l'abbraccio, cioè attraverso un contatto corporeo che si sperimenta tangibilmente la relazione con l'altro. E' nell'abbraccio che si riattivano emozioni che a volte sembrano essere come anestetizzate: si scioglie così il blocco emotivo per rivivere quell'antico gesto rituale che la madre compie nei confronti del neonato appena nasce.

Nella pratica terapeutica congiunta, noi *Volpiani* utilizziamo l'abbraccio durante il setting, cioè facciamo abbracciare le coppie (nel caso della seduta di coppia) o il figlio con il genitore omologo (il padre con il figlio maschio e la madre con la figlia femmina, nel caso di sedute figlio - genitore omologo).

Premetto che lo specifico della terapia che fa riferimento al Dott. Vittorio Volpi (1935-1998) risiede nella valorizzazione del rapporto figlio - genitore omologo, quale garanzia necessaria per lo strutturarsi e/o la conferma dell'identità psicosessuale. Tale valorizzazione avviene anche attraverso l'abbraccio corporeo.

Alla presenza del genitore omologo può emergere il fatto che dietro l'anestesia o la rabbia c'è tanta sensibilità ferita (cioè l'interferenza intesa come ferita nel legame d'amore figlio - genitore); c'è tanta tenerezza inibita, senso di gratitudine; bisogno d'aiuto.

Con il genitore nel setting si è più scoperti e, in un certo senso, ci si sente più fragili (mentre in realtà si sperimenta la propria forza interiore). Scoprire la propria fragilità spaventa. Scoprire che attraversare il senso della propria fragilità è possibile con un contenimento anche corporeo, rassicura. Nell'abbraccio con il genitore si può attraversare il dolore di un corpo ferito, per arrivare a risanare le ferite dell'animo. Il processo di guarigione coinvolge allora la dimensione olistica dell'uomo: mente, corpo e spirito.

Cosa possiamo trovare di sconvolgente nell'abbraccio con il genitore? Sensazioni fisiche, fantasie, pensieri, immagini, violenza, erotismo, seduzione che possono bloccare, disorientare, impedire di sentire. Se tutto ciò però viene elaborato, si fa chiara la possibilità di fare ritorno da dove si è partiti: da sé stessi per tornare a sé stessi, avendo attraversato, con il proprio genitore, il territorio altro da sé.

L'esperienza di una pratica terapeutica con la presenza del genitore omologo del paziente, significa metaforicamente correre una gara di corsa supportati da un allenatore che costantemente ci segue per raggiungere la meta. Tuttavia l'allenatore non si sostituisce, ma sostiene l'atleta il quale corre in prima persona la gara. Il giudice di gara si può paragonare al terapeuta che dà le disposizioni sulle modalità della corsa. A volte durante la corsa si possono trovare degli ostacoli (interferenze) che se superati aumentano le prestazioni dell'atleta.

Nel setting è presente anche il terapeuta proprio come nella corsa è presente il giudice di gara.

Proprio in quanto il corpo è il nostro peculiare modo visibile e tangibile di essere nel mondo, e quindi è il modo di definire la struttura della nostra esistenza rispetto al mondo stesso, allora anche il corpo del terapeuta sarà implicato.

Ovvero è implicato di fatto, necessariamente e inevitabilmente: come il paziente il terapeuta ha una postura, come il paziente il terapeuta respira, produce microgesti, mimica facciale, sguardi, odori, voce, ha una sua identità sessuale, è giovane o vecchio, elegante o trasandato, in pace o in tensione, mobile o irrigidito...

E allora, come terapeuti, di tutta questa ricchezza di percezioni, vissuti, sensazioni, possiamo farne strumento di autosservazione e di comunicazione consapevole e intenzionalizzata.

L'obiettivo generale del lavoro col corpo, per ciò che riguarda il terapeuta rispetto al suo proprio stesso corpo, è quello di passare dalla risonanza, dalla capacità - naturale o allenata che sia - di percepire attraverso la propria corporeità l'eco di ciò che sta avvenendo nella relazione col paziente, all'uso consapevole e intenzionale della risonanza stessa, connettendo al proprio interno il livello dell'esperienza corporea, con gli altri livelli dell'esperienza.

Un primo passaggio, importantissimo e mai eliminabile, è un passaggio di ascolto.

Ascoltare visivamente, cioè guardare il corpo del paziente e accogliere ciò che vediamo, senza interpretarlo, ma osservandolo fenomenologicamente.

Ascoltare propriocettivamente, cioè nella veste di terapeuti, metterci in ascolto della nostra risonanza corporea: che cosa avviene nel nostro respiro, alla nostra mandibola, alle mani, quando guardiamo il corpo dell'altro? Come cambia la nostra posizione sulle poltrone mentre l'altra persona fa, dice, esprime sta zitta...

Il corpo del terapeuta registra ciò che proviene dal paziente e necessita pertanto di recuperare il proprio benessere una volta uscito dallo spazio professionale. Si pone quindi la questione di come tutelare il corpo del terapeuta.

A volte gli strumenti tradizionali come il protocollo, la supervisione, l'analisi personale, non bastano a garantire un recupero pieno. Occorre fare qualcosa anche a livello corporeo. Ecco perché anche noi utilizziamo l'abbraccio con il nostro genitore omologo e attiviamo esercizi e pratiche che riguardano la dimensione corporea.

Tra le pratiche di recupero fisico mi viene da citare la corsa poiché la utilizzo da anni come strumento per lo smaltimento dei rifiuti tossici, accumulati durante il mio lavoro.

Jung esitava a considerare i suoi pazienti malati e un giorno smise di farli stendere sul divano. "Non voglio più mettere i malati a letto" diceva. Li portava in barca e li invitava a correre con lui in campagna. Ricordo che anche Vittorio Volpi, durante i primi anni del mio tirocinio mi incaricava di far correre i pazienti psicotici. Da lì mi resi conto che la prima a trarne beneficio ero proprio io.

Dunque capii che il benessere di un professionista passa anche attraverso il corpo poiché la persona è una realtà integrata e non divisa. Il disagio è divisione, il benessere è integrazione tra le parti, possibilità di relazione.

**Chi fosse interessato all'acquisto della dispensa completa, potrà inoltrare la richiesta a [info@astrid.mi.it](mailto:info@astrid.mi.it)**