

Mariagrazia Sbragia

Che cos'è la Psicoterapia Funzionale
Guida per i non addetti

PARTE PRIMA

SintroEdit



www.centrosintropia.it

In questa dispensa troverai

- *Le peculiarità della Psicoterapia Funzionale*
- *La Salute ed il Benessere in Psicoterapia Funzionale (cenni storici)*



A differenza di altri approcci, la Psicoterapia Funzionale considera tutti gli aspetti costituzionali della persona, dai pensieri alle emozioni, dalla fisiologia ai movimenti e ai gesti. Questi aspetti costituzionali, sebbene possano esser studiati separatamente, nella realtà della vita quotidiana, sono intimamente interconnessi, tanto che è difficile dire

dove lo sviluppo dell'uno finisce ed inizia quello dell'altro. Tali piani di competenze si separano o si amalgamano sotto la spinta dell'esperienza, seguendo una guida interna, il Sé della persona, ovvero il nucleo organizzativo che traccia la direzione dello sviluppo di tali rappresentazioni.

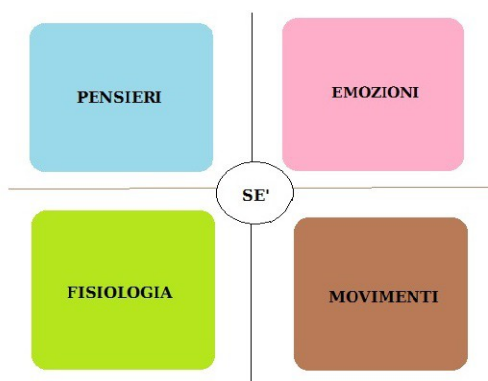


Illustrazione 1: Piani del Sé

Si parla di “complessità” proprio per indicare la natura intrecciata delle Funzioni Psicocorporee dislocate su diversi livelli di maturazione e a gradi differenti (perché all'interno di noi stessi, non tutte le capacità sono sviluppate allo stesso modo e livello: in alcune competenze siamo più abili, in altre meno).

Grazie a questa visione teorica, l'“integrazione” di cui si parla in luogo della Psicoterapia Funzionale non può essere casuale, ma il frutto di un'attenta documentazione scientifica sui vari piani di funzionamento e su tutti quegli aspetti che fanno parte della crescita di un individuo. Infatti la Psicoterapia Funzionale è uno dei pochi approcci che lavora a stretto contatto con la Medicina in tutti i suoi innumerevoli settori (in



Illustrazione 2: Interdisciplinarietà

particolare la Neonatologia, la Pediatria, la Ginecologia, ma anche la Gerontologia, ed ambiti di ricerca moderni come la PNEI-psiconeuroendocrinoimmunologia, e la Medicina Funzionale), e la Linguistica, la Filosofia, la Letteratura, la Pedagogia... in definitiva tutti quei settori

di conoscenza utili a comprendere la complessità della Natura umana.

La Psicoterapia Funzionale è un approccio innovativo che basa la sua clinica non solo sullo studio della patologia ma soprattutto sullo studio del Benessere e della Prevenzione. È incredibile come nella tradizione psicologica il Benessere sia stato un ambito di studio pressoché misconosciuto e bistrattato, mentre in Psicoterapia Funzionale il terapeuta va per fasi seguendo il ritmo evolutivo unico ed irripetibile del paziente, e controllando non solo le sue aree disfunzionali ma soprattutto tenendo conto delle sue aree sane, anche se esigue, di funzionamento dove poter appoggiare il proprio operato e riattivare il Sé complessivo della persona.

La Salute ed il Benessere in Psicoterapia Funzionale

Per la Psicoterapia Funzionale, il Sé dell'organismo è già presente alla nascita (si parla di “integrazione originaria”), se

non prima, in una forma che rispecchia il livello di maturazione neurobiologica generale dell'individuo. Il bambino si muove nel mondo con l'unico scopo di apprendere e comprendere, in modo da adattarsi sempre meglio all'ambiente e raggiungere i propri obiettivi di soddisfazione personale.

I Bisogni naturali che l'organismo esprime con il suo essere ed il suo agire concernono sempre il nutrimento, il bisogno di amare ed essere amati, espandersi, progettare, essere curiosi e manipolare gli oggetti, percepire sé stessi



Illustrazione 3: Bisogni sani dell'essere umano
e sentire il proprio corpo, sentire calore umano, esprimersi... Quando ad esempio il bambino si fissa su un oggetto per procurarsi una certa esperienza, ad esempio di calore, e non accetta altri

oggetti facendo bizze o capricci esagerati, siamo già di fronte ad una forte limitazione della sua capacità di trovare il calore in diverse forme, ovvero il suo Sé, la sua intelligenza, è a rischio di uno sviluppo negativo, non conforme alla Natura di quell'individuo.

Le esperienze che ogni essere vivente attua per imparare ed organizzare il proprio Sé sono infinite nella vita, ma alcune sono basilari e da esse dipendono la chiusura o l'apertura del nostro Sé in determinate Funzioni, a determinati livelli di Funzionamento. Possiamo dire che le Esperienze di Base del Sé sono i mattoni attraverso cui la persona costruisce la propria vita.

Studiare il Benessere non è così semplice come sembra e costituisce un settore di studio che, in realtà, amplia pure la conoscenza sulla psicopatologia. Infatti, l'immagine di un “problema” psicologico cambia totalmente se relazionato al contesto “sano” in cui si è andato formando nel tempo. Per questo motivo ogni psicopatologia ha un carattere personale e specifico la cui “risoluzione”

mette in gioco proprio l'attivazione del “sano e funzionale” che c'è ancora in una persona. Questo nucleo verde e vivo esiste sempre in ogni essere vivente in generale.

Il precursore storico di questa nuova impostazione è stato Wilhelm Reich negli anni '40 del XX secolo, il quale chiamava



*Illustrazione 4:
Eva Reich*

l'area sana della persona “*energia vitale*”: questa teoria ricevette molte critiche dalla società dei suoi tempi, dura opposizione dalle istituzioni, fino alla carcerazione in isolamento dove morì per un malore.

La figlia Eva, ha sviluppato un massaggio infantile conosciuto in tutto il mondo (il “massaggio a farfalla” sul neonato) e ripreso da diversi approcci

psicoterapeutici, che testimonia quanto importante sia il contatto dolce nella manipolazione del bambino nelle prime fasi di vita. Nella Scuola



*Illustrazione 5:
Paola Bovo*

Funzionale di Napoli, Paola Bovo ha ampliato a livello clinico e dotato di ricerche l'ambito perinatale portando un prezioso contributo di conoscenza ed applicazioni nell'ambito gestazionale e neonatale, formulando perfino una scala di valutazione "neonato buono", terminologia usata in Psicoterapia Funzionale, per indicare la presenza di disfunzioni precoci così come aree sane ed attive nel neonato, individuabili, misurabili e valutabili al fine di cambiarle se in via di alterazione.

Il Benessere, quindi, in Psicoterapia Funzionale è l'oggetto principale di studio e la Psicopatologia è filtrata sotto l'ottica di studio dello Stress, quella condizione psicofisica causa di alterazione e separazione delle diverse funzioni psichiche.