CHI SONO

di Mariagrazia Sbragia

PREMESSA

Questo testo non corrisponde ad un "Curriculum Vitae" canonico/tradizionale: in esso, infatti, si trovano non solo le "tappe conquistate con dura prova", ma anche il significato che esse hanno avuto per me a livello affettivo ed ideale; inoltre, esso contiene anche i traguardi "non certificati" che per me, invece, hanno avuto un'importanza pure superiore all'"attestato".

Buona lettura!

….....

Avevo 16 anni quando ho letto per la prima volta "*Psicopatologia della Vita Quotidiana*"[1] di Freud, e da allora l'amore per la Psicologia non mi è mai passato.

Nel **1996** mi iscrivo alla ***Facoltà di Psicologia di Padova***[2] e mi oriento nella vasta scelta dei corsi grazie all'***Accademia della Follia***[3]: arrivo qui spontaneamente perché le definizioni dei libri non mi dicono nulla, e voglio vedere di persona come una persona vede, sente, si muove quando è "matta". Osservo le prove teatrali con alcuni "matti di mestiere" (i pazienti) e "matti per vocazione" (psicologi, volontari, trainer teatrali, ex-matti...), e capisco così che i "pazienti" ricostruiscono la loro dignità di persone attraverso il teatro, riabilitando progressivamente le loro funzioni motorie e relazionali alterate attraverso l'esercizio, giorno-dopo-giorno, della recitazione. E' qui che mi si accende la lampadina sull'importanza del corpo e della capacità di connessione del cervello rispetto all'ambiente. Ritorno all'Università con le idee chiare su che cosa voglio fare.

Nel **2000** scelgo l'indirizzo di ***Psicologia Generale e Sperimentale*** ("Vecchio Ordinamento[4]" non più attivo oggi) dove studio Psicologia Animale, Percezione, Intelligenza Artificiale, Neuropsicologia. Per creare un ponte tra il mondo dell'adulto e quello del bambino, ancora oggi misteriosamente separati nelle organizzazioni e nelle ricerche, associo al percorso scelto, centrato sull'adulto, alcune materie dell'indirizzo evolutivo, e posso così studiare ***Neuropsicologia dello Sviluppo*** (il cervello fetale, neonatale e del bambino), che diventa la mia specialità. La mia tesi sperimentale cercherà di indagare la capacità dei soggetti autistici di riconoscere i volti umani.

Nel **2006** mi dedico ai ***Corsi Post-Lauream***. Faccio esperienza in Diagnostica Neuropsicologica, sia nell'adulto che nel bambino, ma in particolare nel settore dei Disturbi Specifici dell'Apprendimento Dislessia, Disortografia, Disgrafia, Discalculia, Disturbo Specifico di Comprensione del testo, Disturbo Specifico del Linguaggio) ed approfondisco ancora aspetti dello Spettro Autistico come la Sindrome di Rett, la sindrome di Asperger, alcune Sindromi Cromosomiche come la Down, le Paralisi Cerebrali, alcune patologie genetiche e dismetaboliche, il Ritardo Mentale, ma anche disturbi comportamentali sul versante emotivo-relazionale come l'Iperattività, l'Oppositività, il Disturbo Ossessivo-Compulsivo, la Schizofrenia e i Disturbi del Comportamento Alimentare in età precoce ed adulta.

Nel **2008** accedo ai ***Corsi di Specializzazione e professionalizzanti***. Al contempo sviluppo l'interesse per la sfera emotivo-relazionale ed intraprendo percorsi formativi in settori diversi della Psicoterapia. Mi formo in ***Psicoterapia Interpersonale***[5] dove approfondisco meglio i Disturbi Psicopatologici da un punto di vista biologico e psichiatrico e svolgo tirocinio nei reparti dei degenti scoprendo che l'ambiente circostante al malato è fondamentale nella guarigione, così come un buon livello di benessere psicofisico in chi intende curare. In ***Psicoterapia della Gestalt***[6] apprendo la fenomenologia delle emozioni, in particolare l'Empatia, e gli aspetti antropologicamente essenziali alla sopravvivenza umana studiando la storia e la geografia dello Sciamanismo, in particolare gli strumenti secolari utilizzati da alcune comunità, ritenute da noi occidentali "primitive", per crescere a livello spirituale. In ***Psicoterapia Funzionale***[7] ricollego finalmente i due pianeti, quello del "bambino" e quello dell'"adulto", attraverso lo studio del corpo a 360°, sia nell'aspetto biologico che nell'aspetto animico/spirituale.

Nell'estate del **2009** nasce ***SINTROPìA, Centro di Neuropsicoterapia Funzionale***[8], servizi e progetti culturali nell'obiettivo di divulgare la Psicologia, la Psicoterapia e i principi scientifici del Benessere Psicofisico nell'ottica di una cittadinanza attiva. Qui svolgo Riabilitazione Neuropsicologica in Età Evolutiva, Genitorialità Funzionale, Psicoterapia, Corsi Formativi per diversi enti ed attivo collaborazioni professionali con singoli professionisti o centri professionali, nella condivisione di obiettivi etici comuni.

1 https://it.wikipedia.org/wiki/Psicopatologia_della_vita_quotidiana

2 https://www.dpg.unipd.it/

3 https://www.accademiadellafollia-claudiomisculin.it/

4 https://www.psicologia.unipd.it/sites/psicologia.unipd.it/files/1_informazioni_generali_e_appendice.pdf

5 https://www.psicoterapiainterpersonale.it/storia-della-ipt-initalia

6 https://it.wikipedia.org/wiki/Terapia_della_Gestalt#La_personalit%C3%A0_secondo_Perls

7 https://it.wikipedia.org/wiki/Psicologia_funzionale#Psicoterapia_funzionale)

8 www.centrosintropia.it

L'anno **2016** per me rappresenta l'**ANNO ZERO**: infatti conduco ***ricerche sulla tossicità psicocorporea degli inquinanti ambientali*** di terra, aria, acqua e le loro trasformazioni per surriscaldamento climatico ed apprendo che il territorio oggetto delle mie ricerche è soggetto ad un forte inquinamento: le mie osservazioni trovano conferma nelle ricerche scientifiche anche locali, ben dettagliate, alle quali non seguono iniziative istituzionali di protezione. I cittadini non vengono informati sui rischi e i pericoli delle sostanze con cui vengono in contatto quotidianamente.

Nel **2020**, a causa del periodo pandemico, ***Sintropìa diventa on-line***. Grazie al *Master sulla Valorizzazione delle Diverse Abilità* seguito on-line, studio altre modalità di lavoro non contemplate precedentemente e, insieme ad altri partecipanti del corso, approfondisco il tema cruciale del momento, il ***Caregiving***. Apprendo così che in Italia il concetto e le pratiche connesse alla Cura e all'Assistenza, sono sconosciute, che non esiste una consapevolezza del proprio ruolo in qualità di caregivers e che, quindi, il rischio di burn-out nei caregivers italiani è molto, molto alto.

Tra il **2021 – 2022** risiedo spesso in ambienti naturali e qui, circondata dal verde, studio ***l'Empatia naturalmente espressa dagli animali selvatici*** con cui mi trovo in contatto, preziose sentinelle dei disequilibri che l'uomo causa con le proprie attività produttive inquinanti. Affascinata dal potere della Natura, insieme all'esperienza per me nuova dell'***orto***, conseguo anche vari corsi on-line molto interessanti sulla ***Floriterapia*** *(europea ed australiana),* sulla ***Comunicazione Animale,*** sul ***Coaching***, sviluppando il ***Progetto Natura*** per riavvicinare l'essere umano al contatto con la terra, con gli animali, con la propria natura, con l'imprevedibilità del Cosmo. Nel campo della Spiritualità, scopro per caso la misticatedesca ***Ildegarda di Bingen***, che ricollego all'***Enneagramma***, creando un sistema di crescita spirituale più legato al corpo ed alla terra.

Nel **2023** post-pandemico, riprendo la mia vecchia passione per il ***disegno a mano libera e digitale***, e realizzo un calendario dal titolo "***Con Te, il mio Bambino Interiore***", che contiene frasi motivazionali, in italiano ed in inglese, per ritrovare la propria voglia di vivere più fanciullesca Riprendo anche la mia antica passione per le ***lingue e le culture straniere***, in particolare l'America Latina e l'Asia, nell'ottica di creare scambi professionali interetnici.

Dal 2024 ad oggi, sono anche psicoterapeuta di ***UnoBravo***[9].

Nel 2026 ***Sintropìa si rinnova*** totalmente con una revisione della pagina web sia nei contenuti che nel gestionale, per offrire servizi online del tutto nuovi ed emergenti tradotti in 4 lingue.

9 Unobravo.it