

L'esperienza che il terapeuta ha del paziente

Erica Bresadola

1° biennio «essere = Werfrage»:

“IL TERAPEUTA HA SOLO SE STESSO COME STRUMENTO DI LAVORO”

2° biennio «feeling/risuonare»:

**“GLI INCONSCI COMUNICANO”,
e i corpi sono la via regia per gli inconsci**

1° BIENNIO

“IL TERAPEUTA HA SOLO SE STESSO COME STRUMENTO DI LAVORO”

per incontrare “ericksonianamente” la persona che il paziente è,
dobbiamo incontrare prima e “veramente”
la persona che noi siamo.

Si lavora su:

1 – (2019/2020) le nostre coordinate spazio/tempo

(chi sono io qui e adesso?)

2 - (2020/2021) le nostre motivazioni

(perché sono qui? = chi è il paziente per me?)

2° BIENNIO

**“GLI INCONSCI COMUNICANO”,
e i corpi sono la via regia per gli inconsci**

sensazioni fisiche, emozioni, affetti, sentimenti, immagini, pensieri, ...
vissuti dal terapeuta nell'incontro con il paziente.

Si lavora sui nostri strumenti/limiti/risorse per:

**1 – (2020/2021) «co-costruire» la relazione terapeutica
(cosa provo io, qui e ora, in questa relazione/processo?)**

**2 – (2021/2022) «sentire» il paziente
(cosa provo io, qui e ora, con questo paziente?)**

L'esperienza che il terapeuta ha del paziente

Erica Bresadola

1° anno:

1° anno:

2018/2019 (2° e 1°anno):
«chi è il paziente per me?»

2019/2020 (1° e 2°anno):
«chi sono io qui e ora?»

2020/2021 (2° e 1°anno):
«chi è il paziente per me?»

2020/2021 (3° e 4°anno):
«gli inconsci comunicano
attraverso i corpi:
co-costruzione della
relazione terapeutica»

2021/2022 (3° e 4°anno):
«osservare e sentire il corpo del paziente»

RAPPORT ERICKSONIANO

1. “radicarlo” teoricamente:

Alexander, Buber, Rogers, Borgna, Fossage, Searles, D.Stern, Helferich

2. “radicarlo” empiricamente:

- nelle **neuroscienze** (Shore, BCPSG, Damasio, Gallese, Ammaniti)
- nell’**Infant research** (Tronick e BCPSG)
- nelle **scienze cognitive** (Fischer, Case, Edelman, ...)

3. Maturare una lettura critica:

- di transfert e controtransfert
(Racher, Greenberg, Mitchel, Fossage, BCPSG, Helferich, Stern)
- della stessa lettura critica (Eagle)

Relazione terapeutica

Assunti di base (teorico-concettuali):

1. **BUBER**: *“L’uomo si fa IO nel TU”*: principio dialogico dell’esistenza e dello sviluppo dell’uomo (1922)
2. **ALEXANDER**: *la psicoterapia = “esperienza emozionale correttiva”* (1946)
3. **ROGERS**: *le 6 condizioni relative al terapeuta e alla relazione* (1970)
4. **BORGNA**: *“ogni forma di conoscenza è inesorabilmente implicata e immersa in una circularità ermeneutica che trascina con sé la soggettività del paziente e la soggettività del terapeuta.”* (2000)
5. **FOSSAGE**: *«Esperienza che il terapeuta ha del paziente»* (1995)
6. **SEARLES**: *«impulso psicoterapeutico innato»* (1972)
7. **STERN**: *intersoggettività = sistema motivazionale fondamentale ontologicamente e neurologicamente fondato* (2005)
8. **HELFERICH**: *«Il controtransfert precede il transfert»* (2008)

Relazione terapeutica

Ricerche empiriche:

1. **Neuroscienze:**

Shore: «comunicazioni affettive tra cervelli destri»

Damasio:

il senso primario del sé è motorio e affettivo «mente incarnata»

Gallese: *neurobiologia interpersonale*

Ammaniti: «simulazione incarnata»

2. **BCPSG:** «comunicazione implicita ed esplicita»

3. **Infant research:** *still face e regolazione emotiva*

Tronick: *Teoria dei sistemi dinamici applicata a livello micro-temporale e MRM = modello di regolazione reciproca*

Stern: *momento presente = unità di elaborazione fondamentale nella co-creazione dell'intersoggettività.*

Passaggi chiave

1. Dalla psicologia mono-personale a quella **bi-personale**
2. Dalla lettura pulsionale e conflittuale della natura umana alla lettura **motivazionale**
3. **Intersoggettività** = motivazione primaria ontologicamente e neurologicamente fondata
4. **Memoria implicita** = co-costruita attraverso micro-interazioni diadiche, create congiuntamente da madre e bambino, che danno forma al cervello e determinano l'evoluzione emotiva, sociale, rappresentazionale del bambino
5. **Impulso psicoterapeutico innato**
6. **Il controtransfert precede il transfert**

1-Rogers: le 6 condizioni

TERAPEUTA

CONGRUENZA

EMPATIA

ACCETTAZIONE
POSITIVA
INCONDIZIONATA

RELAZIONE

CLIENTE in stato di INCONGRUENZA
VULNERABILITA'

CLIENTE e TERAPEUTA
in relazione

COMUNICAZIONE di
COMPrensione EMPATICA
e di ACCETTAZIONE POSITIVA
INCONDIZIONATA

2-Lowen: Bioenergetica



3-The Boston Change Process Study Group (BCPSG)

Fondato nel 1994

- dagli **analisti**:
Morgan, Nahum, Sander, Harrison (fino al 2002),
STERN (fenomenologo);
- dai ricercatori dell'**età evolutiva**:
Lyons-Ruth, **TRONICK** (fino al 2002);
- dalla **psichiatra infantile** Bruschweiler-Stern,
che insieme a Tronick ha portato nel gruppo le concezioni del
pediatra **B. Brazelton**.

Relazione

intersoggettività=sistema motivazionale fondamentale

«siamo nati per connetterci»

«Siamo nati per connetterci»

Relazione di attaccamento:

connessione emotiva di corpi

comunicazione affettiva di cervelli destri

Rapport = relazione terapeutica

Sintonizzazione emotiva e fisica

«comunicazione affettiva di cervelli destri»

«ri-genitorializzazione *correttiva*»

«ri-genitorializzazione *correttiva*»

Regolazione psicobiologica dello stato emotivo:

1. sintonizzazione, co-costruzione inter-corporeità
2. «utilizzazione» tracce mnestiche emisfero destro

(teoria dei sistemi dinamici + selezione gruppi neuronali)

Infant research + Neuroscienze + Teorie dell'attaccamento + Fenomenologia:

- La mente è intrinsecamente incorporata, emerge dall'attività senso-motoria: “**incarnata**”, “**incorporata**”, (Damasio: “il Sé viene alla mente”);
 - intrecciata, co-creata dall'**ambiente** fisico circostante;
 - Costruita, co-creata nell'**interazione con la mente degli altri**.
- La mente è intrinsecamente aperta all'intersoggettività (sistema motivazionale primario)

TRONICK (2008) : Still face

Registrazione parallela (analizzata al secondo)
dei volti di madre e bambino (da 2 settimane di vita):

- 2 min.: interazione libera
- 2 min.: madre con volto immobile e inespressivo
- 2 min.: interazione libera

TRONICK: risultati Still face

La capacità del bambino

- di regolare le proprie emozioni
- e tornare in rapporto con la madre

dipende dal tipo

di **disponibilità** e di **regolazione emotiva**

esplicitata dalla **madre** dalla sua nascita, e da lui interiorizzata.

TRONICK: Still face e studi longitudinali

Still Face applicato a 4 mesi

è un predittore efficace

degli stili d'attaccamento

(sicuro-insicuro/evitante/ambivalente/disorganizzato)

rilevabile con la Strange Situation a 12 mesi

TRONICK

MRM = modello di regolazione reciproca

- Da scambi affettivi positivi e sincronia reciproca (Stern 1985):
= solo 40% madre e 15% bambino;
- A **processi** dinamici di **sintonizzazione/rottura/riparazione**
(1 ogni 3/5 sec. a 6 mesi)

TRONICK

MRM = modello di regolazione reciproca

Il neonato e la madre apprendono
gli elementi dei rispettivi stati di coscienza.

Utilizzano la MAPPATURA RECIPROCA
degli elementi dello stato di coscienza
di ciascuno dei partecipanti
in entrambi i cervelli.

INTERSOGGETTIVITA' o COSCIENZA DIADICA

Tronick:

ogni individuo in una relazione,
che sia madre-bambino o paziente-terapeuta,
è un sistema **autoregolato** che crea uno stato di coscienza
che per espandersi necessita di
incontrare lo stato di coscienza dell'altro.

Questa prospettiva sposta il centro
della vita psichica dall'emisfero sinistro, logico e verbale,
alle funzioni non verbali e non consapevoli
dell'**emisfero destro**
dove rivestono una funzione primaria
i **processi su base corporea.**

Espansione diadica dello stato di coscienza

Quando la **collaborazione** tra i due **cervelli**
avviene con **successo**
ciascuno **aumenta** la propria **coerenza** e **complessità**.
Entrambi sperimentano
un'**espansione** del proprio **stato** di **coscienza**:
il confine di ciascuno si **allarga**
per **incorporare** gli elementi di **coscienza** dell'**altro**
in una forma nuova e più coerente.

Sperimentare l'autenticità del terapeuta aiuta il paziente a sviluppare e rischiare la propria

Conoscenza meta-procedurale

1 - “come lavoriamo insieme” =

“ripariamo così le mancate corrispondenze”

2 – “come mi/ti sento nella relazione”

Il bambino “porta” nelle relazioni successive:

- il processo di regolazione reciproca
- il suo modo di sentire il Sé e l’altro nella relazione
- la trasmissione transgenerazionale degli stili di attaccamento
- l’eredità epigenetica transgenerazionale

Matrice intersoggettiva della relazione terapeutica Inconscio bi-personale

Sia terapeuta che paziente, parimenti,
portano nella relazione terapeutica
la propria memoria implicita, procedurale:

- 1 – come lavoriamo insieme = processo di
regolazione reciproca
- 2 – come mi/ti sento nella relazione

Matrice intersoggettiva della relazione terapeutica inconscio bi-personale

L'incontro intersoggettivo
che avviene nel momento presente
riguarda due menti «incorporate»,
che interagiscono
fisicamente e mentalmente

(D.Stern, 2005, pag.121)

Matrice intersoggettiva della relazione terapeutica inconscio bi-personale

In tale processo (co-costruito e incessante)
le aree articolate in maniera consapevole
saranno solo una piccola porzione
della totalità delle procedure implicite
del paziente e del terapeuta
che stanno operando nella relazione.

Poiché nella relazione col paziente,

il **campo intersoggettivo** è l'incontro, la comunicazione
(implicita, inconscia, involontaria, non verbale,)

tra le **nostre due memorie implicite**,

è fondamentale essere il più consapevoli possibili

di ciò che noi viviamo

e quindi comunichiamo inevitabilmente
(in modo implicito, involontario, inconscio).

Conoscenza relazionale implicita o procedurale costituita da:

- **“Momento presente”**
Elemento fondante di ogni esperienza relazionale
oggettivamente: “cronos”, 1/10 (media 3/4) secondi,
soggettivamente: “kairos”, **tripartito (passato, presente, futuro)**
- **“Momenti ora” (“Kairos”)**
“momento presente” di “verità”, “illuminato” sul piano soggettivo, affettivo
e relazionale: soglia di una possibilità emergente nella relazione implicita
- **“Momento di incontro” (viaggio affettivo condiviso)**
“momento ora” colto e compreso da entrambi, che contribuiscono
attivamente a modificare/espandere lo stato diadico.
- **“Spazio aperto”**
dopo i “momenti di incontro”, la variazione dell’ambiente intersoggettivo
richiede ad entrambi riorganizzazione e possibilmente creatività.

psicoterapia: “esperienza emotiva micro-correttiva”

Stern: Momento presente

- **unità di elaborazione fondamentale nella co-creazione dell'intersoggettività.**
- Elemento costitutivo basilare delle esperienze psichiche soggettive (2012, p.37)
- Unità psicologica che implica una certa consapevolezza (2012, p.22)
- Contenuto fenomenico di un frammento di coscienza e consapevolezza (2012, p.101)
- Evento continuo e unitario che «riempie» il momento presente (2012, p.43)
- Il solo momento di autentica realtà soggettiva, di esperienza fenomenica (2012, p.3)
- Attraversa la scena lentamente, richiedendo diversi secondi per dispiegarsi (2012, p.4)
- Materia che sostanzia, a un livello basilare, le nostre storie di vita quotidiana (2012, p.11)
- Arcipelago di isole di coscienza ... che costituiscono la realtà primaria dell'esperienza (2012, p.18)

Stern: Momento presente

1. Deve esserci una qualche forma di consapevolezza
2. Non è il resoconto verbale di un'esperienza
3. Consiste in tutto ciò che è consapevole mentre il momento viene vissuto
4. È di breve durata
5. Assolve una funzione psicologica
6. È un evento olistico
7. È un fenomeno temporale dinamico
8. Nel suo svolgersi è in parte imprevedibile:
“piccola finestra sul divenire e sulle possibilità”
9. Implica un certo senso di sé
10. Il Sé che ne fa esperienza assume una certa posizione rispetto al momento presente
11. Non tutti i momenti presenti sono della stessa importanza

Momento presente

Si dispiega
«dall'orizzonte del passato del presente
a quello del futuro del presente»
(Stern, 2005, pag. 164)

«questo **TRIALOGO** tra passato, presente e futuro
procede senza sosta, attimo per attimo,
nella vita, nell'arte e in psicoterapia»
(Stern, 2005, pag. 26)

“Triologo” nel presente

- **Presente agisce sul passato:**
 - seleziona, assembla, organizza i frammenti del passato,
 - modifica il processo di selezione,
 - ogni nuovo presente riscrive le tracce neurali precedenti;
- **Passato agisce sul presente:**
 - passato silenzioso come frattale,
 - passato “vivo”:
“espansione”, progressioni relazionali,
rappresentazione multitemporale;
- **Futuro
è il risultato della rigenerazione reciproca di
presente e passato**

Il passato

configura il momento presente attraverso le limitazioni delle **conoscenze relazionali implicite** di entrambi i partner.

I saperi impliciti includono aspettative:

- del passato **individuale** (e transgenerazionale) di entrambi,
- della loro storia **congiunta** di incontri.

Essere nel presente CON il proprio passato!

Il Futuro

**risultato della rigenerazione reciproca
di presente e passato**

Perché le esperienze passate
possano trasformarsi,
devono essere riscritte o sostituite
da una nuova esperienza
che ne ricalchi
la struttura e le dinamiche temporali.

Momento presente

- Dal trialogo tra passato, presente e futuro (individuale)
- All'ESA-logo tra passato presente e futuro (nella coppia terapeuta/paziente)

«lo nel qui e ora»

Esperienza a coppie (22 min)

- Rimanendo al proprio posto, ciascuno individualmente si centra su di sé = 1 min.
- Mettersi in coppie in piedi
- A e B in piedi uno di fronte all'altro si guardano negli occhi = 2 min.
- A e B in piedi uno di fronte restano con gli occhi chiusi = 2 min.
- A e B in piedi uno di fronte all'altro si guardano di nuovo negli occhi = 2 min.
- annotare sensazioni, emozioni, affetti, immagini, pensieri, ricordi, ... differenziando accuratamente i tre/quattro diversi momenti:
«cosa è cambiato nei tre momenti?»
(verso/di se stesso e di/verso l'altro) = 5 min.
- condivisione in coppia: 5 min. ciascuno = 10 min.

Lo **sguardo** e l'espressione degli **occhi** (“lo specchio dell'anima”):

- **umore**,
- **energia**: in termini di
 - quantità, qualità e dei suoi cambiamenti repentini),
 - orientamento (verso l'interno o verso l'esterno),
- **apertura** o **chiusura** rispetto all'interno e all'esterno,
- capacità/disponibilità al **contatto** e al tipo di contatto (supplichevole, esigente, penetrante, controllante, dominante, sfidante, seduttivo, desideroso, erotico, ecc.)
- **sintonicità** o **distonicità** rispetto al resto del corpo e/o ai contenuti verbali portati.

Solo se

- Solo se ho narrato e rinarrato la mia storia, lasciandomi aperto ad attribuirle in ogni momento esistenziale sensi e significati diversi, posso essere così ben radicato e solido da **potermi muovere verso e con l'altro**. “Ogni persona è un'isola in se stessa [...] e può gettare dei ponti verso le altre isole solamente se vuole ed è in grado di essere se stessa.” (Rogers, 1970)
- Solo se sono davvero consapevole di me, del mio momento esistenziale, del mio equilibrio, posso “correre il rischio” di **incontrare l'altro** così come riesco a coglierlo io attraverso di me.
- Quindi solo se ho lavorato con me stesso, al punto da sentirmi nel mio corpo, nel mio respiro, nella mia postura, se conosco e riconosco le mie **emozioni** e il loro **riflesso corporeo**, posso riconoscere cosa muove dentro di me l'altro da me.
- Solo se sono riuscito a conoscere, riconoscere e stare nelle mie **ferite** e nel mio **dolore**, posso accogliere, risuonare con, e riconoscere il dolore altrui, distinto dal mio proprio perché conosciuto.
- Solo se sono riuscito a conoscere, riconoscere e stare nelle mie **mancanze**, nel mio straziante “sentimento di **incompletezza**” (Maley, 2008), riesco a trasformarlo in uno spazio **vuoto** da accogliere e vivere, insieme al paziente, senza cadere nell'ansia e nelle trappole del “fare”.
- Solo se ho fiducia in me e nella mia disponibilità di **lasciarmi cambiare** dall'altro, posso incontrare l'altro senza difendermi, senza usare categorie diagnostiche e modelli di uomo come etichette “ansiolitiche” e distanzianti. Anzi, posso usare tutto il mio indispensabile bagaglio teorico come strumento per incontrare l'altro, senza limitarlo, ma valorizzandolo nel nostro incontro (interumano/interpersonalità/intersoggettività/terzium).
- Solo se