

## *L'emergere dell'esperienza somatica nel campo fenomenologico\**



Questo numero di *Quaderni di Gestalt* è dedicato all'esperienza corporea, quella che il fenomenologo Edmund Husserl chiamava il "Punto-Zero" dell'esperienza, sua origine e orientamento fondamentale (Husserl, 1999, p. 183).

Per la psicoterapia della Gestalt l'esperienza è un processo unitario, regolato dalla dinamica figura/sfondo, che si sviluppa in una determinata sequenza di contatto. Soltanto nel caso di disturbi dell'autoregolazione, di perdita della spontaneità, ha senso riferirci a strutture parziali dell'esperienza (che in Perls *et al.*, 1997, sono indicate come le tre funzioni del sé). I nostri fondatori hanno respinto la concezione dualistica cartesiana che distingue la mente pensante dal corpo sensoriale (e che ha tanto influenzato la cultura occidentale), in favore di un concetto integrato dell'esperienza.

Allora, la prima domanda che ci poniamo è se ha senso parlare di "esperienza corporea", come se potesse esistere un'esperienza non-corporea.

La psicoterapia della Gestalt è un approccio fenomenologico, interessato all'esperienza per come si presenta e si evolve. L'esperienza corporea è parte integrante di questo mondo fenomenico in processo (Husserl, 1999, p. 163; Kennedy, 2005), sperimentato da ognuno di noi, nella sua interezza e immediatezza, nel farsi del contatto con l'ambiente. Ne abbiamo consapevolezza quando il nostro "cuore sobbalza", quando "guardiamo un arcobaleno nel cielo" (William Wordsworth), oppure quando in una seduta di psicoterapia accade un *insight*, che viene fortemente "sentito e riconosciuto" in un'unità di pensiero, sensazione e azione: l'"esperienza aha!".

\* Desidero ringraziare i miei amici e colleghi Dan Bloom e Frank Stëmmler, con cui ho condiviso l'esperienza di curare un numero della nostra rivista internazionale *Studies in Gestalt Therapy. Dialogical Bridges* sul tema dell'esperienza somatica e delle sue disfunzioni. Questo numero risente ancora della ricchezza del nostro dialogo come co-direttori di quella rivista.

*Quaderni di Gestalt, XXVI, n. 1/2013*

Le Neuroscienze hanno offerto un'evidenza scientifica importante del ruolo integrato del sentire corporeo nelle relazioni umane. La scoperta dei neuroni specchio (Di Pellegrino, Fadiga, Fogassi, Gallese, Rizzolatti, 1992; Gallese, Fadiga, Fogassi, Rizzolatti, 1996; Rizzolatti, Fadiga, Gallese, Fogassi, 1996) è la prova che i nostri corpi sono fatti per capirsi l'uno con l'altro ad un livello neurologico incarnato, e anche esperienziale. L'empatia è un'esperienza, indivisibile in parti mentali e somatiche (Stëmmler, 2007). Tutti questi studi sostengono il pensiero di Marleau-Ponty e la sua riflessione sulla fenomenologia della percezione, che è innanzitutto corporea.

Questo numero si rivolge dunque all'esperienza corporea come parte cruciale del sé-in-contatto e focalizza il ruolo della psicoterapia nel sostegno da dare nei casi di desensibilizzazione dell'esperienza corporea o di retroflessione dell'eccitazione per il contatto, quando una parte delle funzioni del sé è tagliata fuori dalla consapevolezza, e crea una perdita della spontaneità nel processo di autoregolazione. I disturbi dell'esperienza corporea sono per la psicoterapia della Gestalt sempre disturbi del contatto, che perde fluidità e diventa fisso e rigido.

Gli articoli che seguono illustreranno questo tema in vari modi. Essi, presi come un tutto, colgono la ricchezza del contributo della psicoterapia della Gestalt contemporanea al mondo della psicoterapia e delle scienze umane.

Nella sezione "Dialoghi", i tre massimi esponenti internazionali dell'approccio gestaltico corporeo – Michael Clemmens, Ruella Frank e James Kepner – dialogano su aspetti sia teorici che clinici del tema, *Esperienze somatiche e disfunzioni emergenti: un dialogo*, sollecitati dalle domande della sottoscritta, di Dan Bloom e di Frank Stëmmler, direttori della rivista internazionale da cui il dialogo è tratto.

Nella stessa sezione, *Il lavoro corporeo in psicoterapia della Gestalt: confronto tra modelli*: tre direttori di scuole italiane di Gestalt, Stefano Crispino, Antonio Ferrara e Mariano Pizzimenti, rappresentanti di approcci diversi, rispondono alle domande di Salvatore Libranti sull'uso dell'esperienza corporea nel loro modello.

Apri la sezione "Relazioni" un mio articolo dal titolo *Il corpo come "veicolo" del nostro essere nel mondo. L'esperienza corporea in psicoterapia della Gestalt*, che vuole essere un contributo didattico per lo studio dell'esperienza corporea nel nostro approccio.

James Kepner, l'autore del libro *Body Process*, segue con un contributo dal titolo *Verso un approccio più profondamente incarnato in psicoterapia della Gestalt*, appositamente rivisto per questa edizione italiana dall'autore, dopo la pubblicazione in inglese nel 2008.

L'articolo scritto da Pietro A. Cavaleri, *Reich e Perls. Un confronto*

*sempre attuale*, spiega con la vivacità e la capacità di cogliere nessi profondi tipica dell'autore lo sviluppo del concetto di lavoro sul corpo, dal padre delle terapie corporee al fondatore della psicoterapia della Gestalt.

Infine, Anna Fabbrini, ci fa dono di un suo lavoro sull'esperienza corporea negli adolescenti, *Segni e sogni del corpo adolescente*, con l'umanità, la profonda erudizione e l'esperienza clinica che la contraddistinguono.

Nella sezione "La Gestalt in Azione" Roberta La Rosa, allieva didatta dell'Istituto, ci racconta la storia clinica di due pazienti con problematiche sessuali. *La femminilità come emergere del sé al confine di contatto* è una testimonianza clinica dell'approccio fenomenologico relazionale applicato alla sessuologia.

Nella sezione "Modelli", Teresa Borino presenta la sua applicazione del Training Autogeno di Schultz all'epistemologia gestaltica, *Il Training Autogeno in psicoterapia della Gestalt. Rilassamento, consapevolezza, vitalità*, dimostrando le connessioni teoriche che quell'approccio ha con la psicoterapia della Gestalt e i risvolti clinici positivi del suo uso nel *setting* del nostro modello.

Segue un articolo inedito dei colleghi russi Oleg Nemirinskiy e Oksana Shevchenko sull'*utilizzo della voce* nel *setting* di cura dei *disturbi psicosomatici*, che ci fornisce un valido strumento clinico per la cura di questi disturbi.

Nella rubrica "Identità e storia: Testi e pensieri dallo sfondo", Bernd Bocian ci presenta alcune *Annotazioni storiche sul tema terapia della Gestalt e corpo*, per introdurre l'*intervista di Susan Gregory*, dell'Istituto di New York, a *Elsa Gringer*, fondatrice di un modello che ha influenzato in modo determinante la clinica corporea sia di Laura che di Fritz Perls. Bocian sottolinea il distacco di Perls da un atteggiamento analitico sul corpo, presente anche in Reich, a favore di un atteggiamento fenomenologico: l'esperienza corporea è quella che è, non è il luogo di conversioni di dinamiche, è un'esperienza originaria e olistica.

Nella sezione "Congressi", Valeria Rubino ci racconta il convegno con il prof. Vittorio Gallese, svoltosi a Siracusa nel giugno 2013, dal titolo *Società e traumi infantili. Ricerca e psicoterapia della Gestalt*, tradizionale appuntamento dell'Istituto di Gestalt HCC Italy in occasione delle rappresentazioni classiche presso il Teatro Greco. Al convegno sono anche intervenuti molti ricercatori e studiosi sul tema.

Nella sezione "Recensioni", Barbara Crescimanno ci parla del libro di Salerno e Giuliano *La violenza indicibile. L'aggressività femminile nelle relazioni interpersonali*; mentre Isabella Porrovecchio recensisce il libro di Ferruccio Cartacci *Movimento e gioco al nido. Proposte di interazioni sensibili con bambini da 0 a 3 anni*.

Il numero chiude con il mio *addio a Barbara Lynch*, una collega statunitense che ricordo con viva stima e affetto e con l'addio di Paolo Greco e Roberta Melis, Francesco Rametta e Roberto Minotti alla collega *Maria Menditto*, direttrice della Federazione Italiana Gestalt di Roma, morta prematuramente a febbraio scorso. Gli autori ricordano l'esempio di coraggio magistrale che Marilena ci ha lasciato, nel continuare a vivere pienamente pur attraversando, ogni giorno, la sofferenza e il dolore.

Siracusa, Giugno 2013  
Margherita Spagnuolo Lobb

## BIBLIOGRAFIA

- Di Pellegrino G., Fadiga L., Fogassi L., Gallese V., Rizzolatti G. (1992). Understanding motor events: A neurophysiological study. *Experimental Brain Research*, 91, 1: 176-180.
- Gallese V., Fadiga L., Fogassi L., Rizzolatti G. (1996). Action recognition in the premotor cortex. *Brain*, 119, 2: 593-609.
- Husserl E. (1999) (a cura di Welton D.). *The essential Husserl*. Bloomington & Indianapolis, IN: Indiana University Press.
- Kennedy D. (2005). The lived body. *British Gestalt Journal*, 14, 2: 109-117.
- Perls F., Hefferline R., Goodman P. (1951). *Gestalt therapy: Excitement and growth in the human personality*. New York: Julian Press.
- Rizzolatti G., Fadiga L., Gallese V., Fogassi L. (1996). Premotor cortex and the recognition of motor actions. *Cognitive Brain Research*, 3, 2: 131-141.
- Spagnuolo Lobb M. (2011). *Il now-for-next in psicoterapia. La psicoterapia della Gestaltraccontata nella società post-moderna*. Milano: FrancoAngeli.
- Stëmmler F.M. (2007). On macaque monkeys, players, and clairvoyants: Some new ideas for a gestalt therapeutic concept of empathy. *Studies in Gestalt Therapy: Dialogical Bridges*, 1, 2: 43-63.