

www.fisiokinesiterapia.biz

Il Vissuto Corporeo

Nonostante sia ormai riconosciuta
l'infondatezza del dualismo mente/corpo,
l'uomo è per la *scienza* ancora un essere diviso
che continua ad essere detto con più nomi:

anima ≠ corpo

spirito ≠ corpo

psiche ≠ corpo

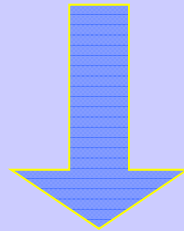
Platone

«...perché nell'atto in cui uno ci si fa sopra per riconoscerlo, diventerebbe altro e diverso, sicché non sarebbe più conosciuto qual è e come sta.

Ora nessuna conoscenza può mai conoscere una cosa, conoscendo che non sta in nessun modo ...»

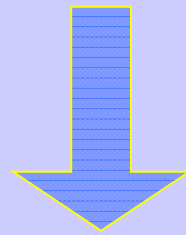
(Fedone, XLIV, 440 A)

Il pensiero *scientifico*, fin dalla sua nascita con Galileo e Cartesio, ha approfondito la disgiunzione platonica



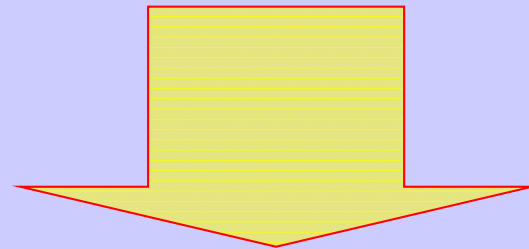
Il corpo è considerato una “*macchina a sistema chiuso*”

Il pensiero *psicanalitico* risente della separazione platonica postulando un apparato psichico distinto dal corpo



Il corpo somatizza i conflitti inconsci della psiche

Attenzione: esiste il rischio che per essere oggettivi nel voler studiare la persona la si spersonalizzi!



Il corpo non può essere considerato come semplice *oggetto*. Anzi si può considerare come identità di una persona.

A proposito di identità

«Presupposto basilare, anche nella storia del pensiero, è che della persona non è possibile dare delle definizioni. Tuttavia, la “indefinibilità” non significa soltanto la “misteriosità” del soggetto da definire, la sua “complessità”, ma significa soprattutto che la persona non può mai divenire oggetto neppure per il pensiero, poiché la persona non può mai essere un “neutro”.»

Prof. E. Baccharini

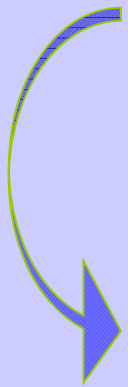
Dimensione dell'identità

«Se noi, a partire da questa riflessione sulla nostra identità, riusciamo a cogliere la possibilità che dentro questa identità si trovi l'uscita da sé non come possibilità aleatoria, ma come necessità che l'uomo si apra, che la persona si apra all'altra, allora saremo sulla strada giusta»

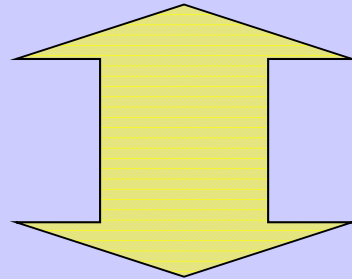
Prof. E. Baccharini

Considerando il *modello antropologico*, il corpo assume grande interesse e più di ogni altra cosa si presta a simboleggiare le strutture di una società.

- Il corpo è il primo luogo in cui e con cui viene scritta la storia di ogni uomo e le storie fra gli uomini.
- Le psicopatologie possono essere considerate come patologie della relazione, cioè basate su una comunicazione distorta tra individuo ed ambiente.



Salute mentale



Individuo



Ambiente

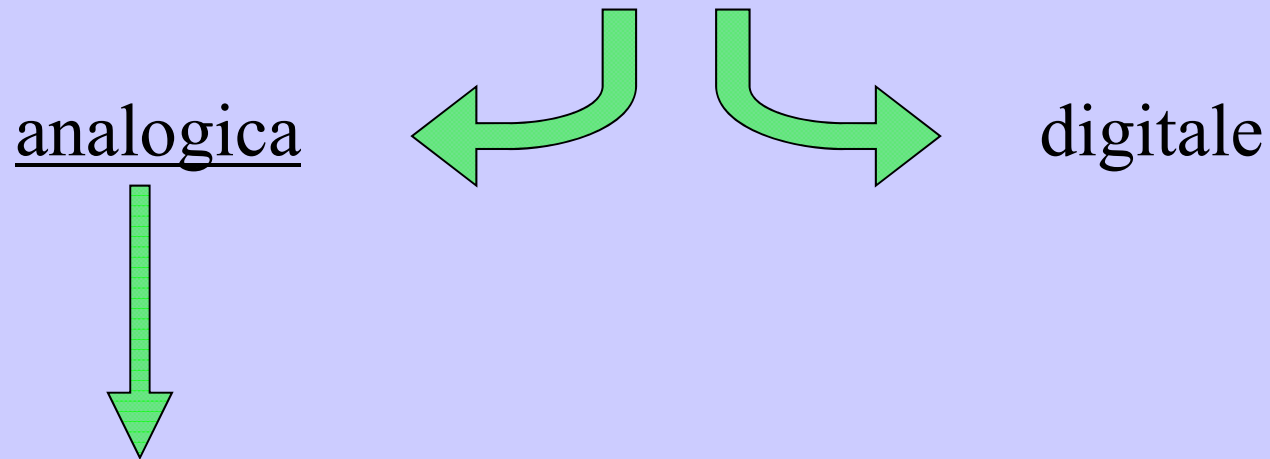
Comunicazione umana \neq parola

Le relazioni ed il modo di comunicare fra individui possono essere rappresentati dalla metafora del *labirinto*



Il bambino patologico è il viaggiatore che non riesce a scoprire le regole del labirinto e compie continuamente i medesimi andirivieni.

Comunicazione



Il complesso non verbale all'interno dell'atto comunicativo assume la funzione di "istruzione", cioè dice come decodificare, classificare, utilizzare l'informazione trasmessa verbalmente.

Messaggio

emissione
fonica

aspetto linguistico:

- informazioni sulle cose
- informazioni sulla relazione
- prosodia (intonazione, accento)
- paraliguaggio (timbro, respirazione, interiezioni)

produzione
corporea

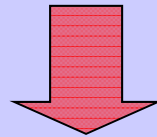
manifestazioni toniche,
tattili, posturali, olfattive,
cinetiche, mimiche,
gestuali: informazioni sulla
relazione

Il linguaggio corporeo

1. La componente corporea del messaggio indica il
CONTENUTO DELLE NOSTRE EMOZIONI
2. Mentre cerchiamo di decodificare un messaggio,
AUTOMATICAMENTE, mettiamo in atto una
RISPOSTA CORPOREA
3. Nel bambino appena nato:
CORPO = COMUNICAZIONE COL MONDO

Nel bambino

- L'uso della tonicità, delle posture, del movimento, del gioco, dello spazio, del tempo, degli oggetti sarà la modalità di espressione del mondo emozionale interno nella prima infanzia.
- La via psicomotoria costituisce quindi la via privilegiata attraverso cui il bambino esprime, riceve ed elabora tutta la propria emozionalità.



Psicomotricità

≠

Fisioterapia

Attenzione

Poiché il linguaggio corporeo è per lo più inconscio ed involontario, il rischio è che si instauri un “corto circuito” tra ciò che si vuole esprimere verbalmente e ciò che si esprime col corpo.



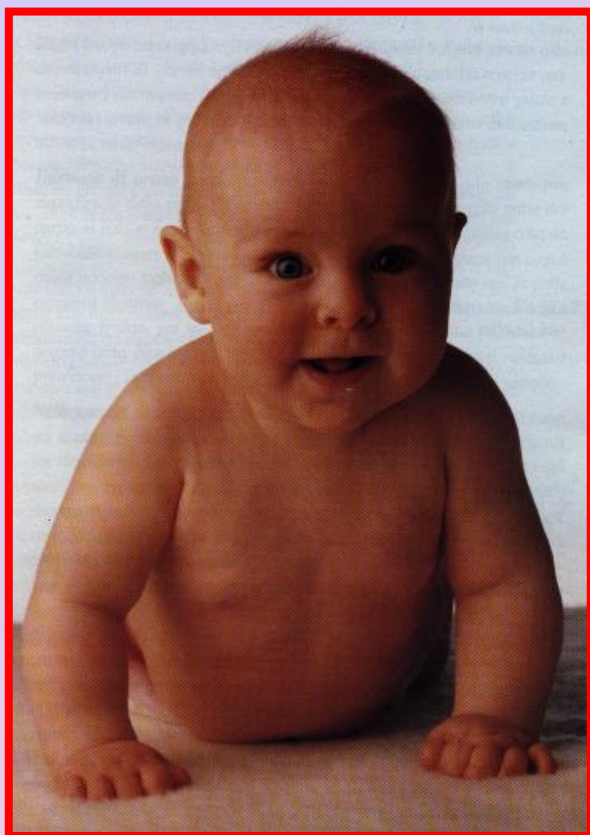
In questi casi più il bambino è **PICCOLO** o in **DIFFICOLTA'**, tanto più facilmente scarterà il messaggio verbale per cogliere unicamente quello corporeo.

L'alfabeto del linguaggio corporeo

Nel linguaggio corporeo ci sono vari elementi, varie categorie, che ne costituiscono “l'alfabeto”:

- Il tono muscolare
- La postura
- Il movimento
- Lo spazio
- Il tempo
- Gli oggetti
- La voce
- Lo sguardo e la mimica

*Il corpo ed il suo vissuto
nel bambino*

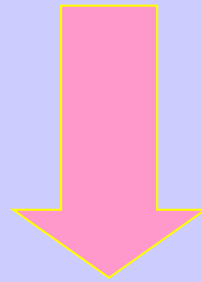


La gravidanza e la nascita

- Il corpo rappresenta il primo e fondamentale confine.
 - Attraverso il contatto col corpo materno il bambino comincia a percepire sensazioni: il feto durante le varie fasi della *gravidanza* percepisce in modo sempre più consapevole ciò che succede nel corpo della madre e fuori di lei (reazioni alla musica, alla voce della madre, del padre, dei fratellini).
- La *nascita* rappresenta, per i corpi e le menti di madre e bambino ed indirettamente del padre, un'esperienza fortissima: il feto non sa cosa significhi essere una persona “separata”, così come non conosce la fame, il freddo, la mancanza di sostanza o l'essere solo.




Il parto

Con il parto il neonato viene catapultato all'esterno, in un mondo sconosciuto che ha solo in parte udito fino a quel momento.



Il contatto ritrovato dei corpi della madre e del bambino è fondamentale: attaccare precocemente il neonato al seno, permette alla madre di tenere il bimbo appena nato sul proprio corpo, permette il riconoscersi fisicamente ed emotivamente, favorisce l'attaccamento.

La costruzione della mente attraverso il corpo

1. All'interno del grembo materno le pareti dell'utero sostengono il feto circondandolo da ogni lato. Ora che si trova all'esterno ha bisogno di sentire il proprio corpo delimitato e definito dal contatto con l'altra persona.
2. Dall'esperienza di essere tenuto in braccio dalla madre, di sentirsi offrire il seno o il biberon, di incontrare i suoi occhi ed il suo viso, il bambino inizia la scoperta del corpo della madre e del proprio corpo come separati.
3. Si costruisce gradualmente la percezione di Sé come identità, corpo e poi individuo separato dall'altro Sé (madre, padre, mondo esterno).

La dimensione fisica non basta

Il sostegno fisico può e deve diventare sostegno mentale.

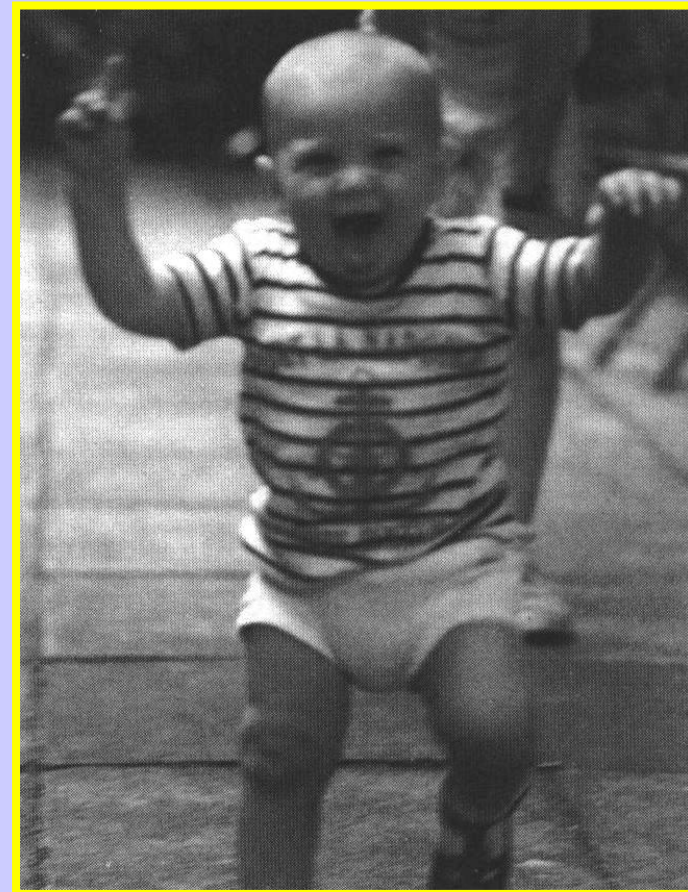
Winnicott: nelle prime settimane di vita la madre si trova in uno stato mentale definito “*preoccupazione materna primaria*”. La sua mente cioè è rivolta costantemente al neonato: egli infatti ha bisogno che si pensi a lui. La madre dovrà pensare *in vece* sua fino a quando sarà in grado di farlo da solo.

• Un neonato che piange trasmette la sua sofferenza *confusa* ed ha bisogno di qualcuno che accolga e comprenda il suo messaggio.

→ Il pianto di un bambino richiede che l’adulto sia emotivamente e mentalmente preparato a comprenderne il significato.

Corpo & Mente

Nel neonato mente e corpo sono strettamente uniti: l'eliminazione di un disagio o di un dolore fisico, significa immediatamente sollievo psichico per il bambino. (Quindi anche la pulizia del suo corpo, il cambio, il bagno hanno un'importanza fondamentale).

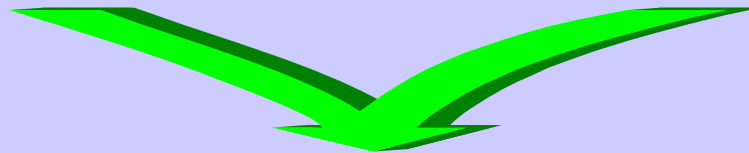


I primi mesi

Nel complesso sono come un viaggio esplorativo ed eccitante, per il neonato ed i genitori:

1. il bambino impara a scoprire il mondo esterno: le voci, gli sguardi, le sensazioni tattili, gli odori ...

2. comincia a scoprire se stesso, il proprio corpo con i propri bisogni ed il proprio mondo interiore



Infine scopre il modo in cui questo suo mondo interno entra in contatto con il mondo esterno.....

Il movimento del corpo diventa uno strumento di comunicazione importantissimo.

Come si forma nel bambino l'immagine del corpo?

Nel periodo intrauterino il corpo del bambino viene vissuto come un *non definito, non delineato*, perché immerso nel liquido amniotico e nei primi mesi di vita risulta ancora un corpo unico con chi lo nutre.

I confini di questo corpo sono tenuti insieme dalla funzione della nutrizione.

La *funzione di nutrizione* organizza il primo spazio del bambino e ne condiziona i movimenti, infatti capo, bocca e mani si dirigono verso il capezzolo



- Le funzioni proprie del bambino ed il loro assecondarsi, organizzano non solo lo spazio, ma anche il tempo vissuto ed organizzato secondo i *cicli*:

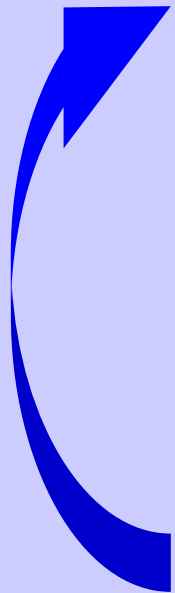
- *tensione e pianto*: esprimono l'angoscia di una perdita, di una mancanza e che richiamano i portatori di cura per il bambino;



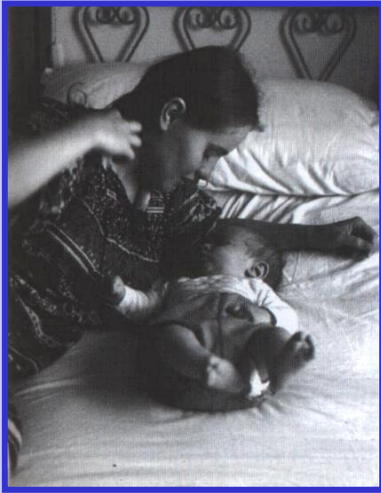
- *soddisfazione*: esprime il piacere di atti di riempimento, di conoscenza della madre, di amore;



- *distensione e sonno*: esprime una situazione di appagamento, di benessere, di equilibrio perfetto, ma che, protraendosi nel tempo, riporta alla condizione iniziale di tensione e pianto.



- Tutti i cicli umani, in verità, non si ripetono in modo invariato, sempre uguale a sé stesso, se non in patologia.



- La “nutrice” interviene spontaneamente in questo ciclo temporale portando delle varianti: gioca con il bambino appena si attenua la tensione dopo il pasto, lo coccola, interagisce con lui con gesti rituali, ma anche diversi di volta in volta

- Il momento della *soddisfazione* si prolunga così, sia per l’adulto che per il bambino, trasformandosi via via in un momento di *relazione*, di *piacere*, di *apprendimento*.



- La bocca e l'apparato nutritivo sono gli organi più sviluppati nel neonato. Oltre alla *nutrizione* sono anche quelli che consentono di esplorare e *conoscere* l'ambiente e di esprimere il piacere massimo
- Dal 2° - 3° mese in avanti pur rimanendo la bocca un forte polo d'attrazione, divengono più importanti la *vista* e l'*udito*:
 - * si sviluppa il controllo del capo;
 - * la funzione oculare matura permettendo di fissare un oggetto, metterlo a fuoco, mantenerlo agganciato nei suoi vari spostamenti nell'ambiente, analizzare gli stimoli a distanze sempre maggiori

- Dal 3° mese in avanti, iniziando la “vita di relazione”, il bambino si proietta verso lo spazio esterno ed inizia ad utilizzare i propri arti superiori (che nel procedere dello sviluppo avranno sempre più valore di *polo d'attrazione* ed in modo particolare lo sarà la mano).

- Il corpo e lo spazio all'inizio di questo periodo entrano in un rapporto più complesso per lo svilupparsi della dimensione psicologica e per il moltiplicarsi dei poli d'attrazione.

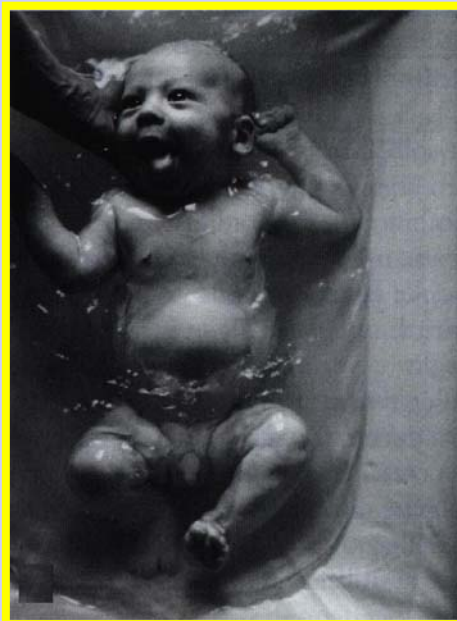
- Proseguendo nello sviluppo ogni bambino risponderà in modo soggettivo ed individuale ai propri bisogni, mettendo in atto segnali di vario genere.

Ciò che definiamo *schema corporeo* varia con lo sviluppo del bambino e con le sue conoscenze.

Nella strutturazione dello schema corporeo ci potranno essere profonde differenze individuali sia di carattere genetico (chi sfrutta più un canale percettivo rispetto ad un altro), che legate a condizioni patologiche (per esempio gli ipovedenti svilupperanno maggiormente il canale uditivo per esplorare l'ambiente, i sordi quello visivo, etc.).



CONTENIMENTO E BENESSERE



Evoluzione
della conoscenza *corporea*
e
della conoscenza di *sé*

Sotto il nome di *schema posturale*, di *schema corporeo*, di *immagine di sé*, di *somatopsiche*, di *immagine dell'Io corporeo*, di *somatognosi*, sono comprese nozioni spesso considerate equivalenti dagli autori.

Di fatto ciascuna definizione ha caratteristiche proprie, sia per i limiti che le definiscono che per la concezione di base che implicano.

Così nella nozione di *schema corporeo* non sappiamo mai se si tratta di uno *schema funzionale* oppure se essa si applica alla maniera con cui noi sentiamo il nostro corpo o il nostro spazio corporeo, o se essa si riferisca ai meccanismi fisiologici che ci danno il sentimento corrispondente alla struttura reale del corpo.

- Il concetto di corpo, essendo molto complesso, comprende sia l'aspetto fisico che quello psichico. Merleau-Ponty affermava, fin dal 1945, che “il corpo vissuto” è “il corpo che è al mondo”.
 - Si potrebbe, per esempio, cercare di distinguere ciò che è *immagine corporea* e *vissuto corporeo* anziché usare sempre il termine “schema corporeo”.

Bonnier (1905)

Fu il primo, alla fine dell'800, ad utilizzare l'espressione “Schema corporeo”. Con esso indicava la rappresentazione topografica e spaziale del corpo, che ne permette l'orientamento rispetto all'ambiente esterno.

Head (1920)

Considera lo schema corporeo (“modello del corpo”) una struttura precosciente che si fonde sulla comparazione ed integrazione, a livello corticale, delle passate esperienze sensoriali, soprattutto posturali, oltre che tattili e visive, con le sensazioni attuali.

Schilder (1950)

Con “Immagine corporea” intende il quadro mentale che facciamo del nostro corpo, cioè il modo in cui il corpo appare a noi stessi.

Federn (1953)

Distingue lo “schema corporeo”, che considera conoscenza mentale continua del proprio corpo, dall’”immagine corporea”, rappresentazione mutevole presente nella mente, dall’”Io corporeo”, consapevolezza continua del proprio corpo, attraverso i mutamenti.

E' importante analizzare separatamente le varie dimensioni, ma è altrettanto importante ricondurle ad una unità che è il corpo mosso, sentito, percepito dal bambino, che gli può dare sensazioni piacevoli o dolorose, eccitanti o deludenti, intense o lievi.

Essere consapevole di avere un corpo, significa avere trasferito tutti i dati percettivi ad un livello più astratto e più interiore.

Generalità sulle diverse teorie

Le diverse teorie che prendono il corpo come punto di riferimento non si rivolgono necessariamente ad una stessa entità corporea, né a fenomeni equivalenti, ma rispondono a modi distinti di concepire il funzionamento dello spirito.

Le teorie neurologiche

Sia il sentire che l'agire del corpo sono intimamente legati alle afferenze ed efferenze o ad un circolo affero-efferenziale che dà al corpo la sua unità e gli permette di crearsi un modello. A seconda delle teorie è messa in rilievo ora la propriocettività, ora il sistema sensoriale (visivo in particolare), ora la motilità.

Questo modo di concepire porta alla valorizzazione dei sistemi anatomo-fisiologici ed accorda a regioni del cervello nettamente localizzate il valore di centro di integrazione.

Le teorie fenomenologiche

Per Merleau-Ponty ciò che chiamiamo “schema corporeo” è un *sistema di equivalenza*, cioè non è solo un’esperienza del proprio corpo nel mondo ma dà un *senso* motorio al segno verbale.

Per i fenomenologi il corpo oggetto ed il corpo-me sono due percezioni parziali dello stesso fenomeno.

Il corpo è lo strumento generale della comprensione, l’agente ed anche il soggetto della percezione.

Le teorie psicanalitiche

La nozione di corpo va quasi sempre di pari passo con quella di sviluppo dell'Io.

La maggioranza degli psicanalisti, in generale, accordano poca importanza al corpo.

Troppo spesso si tende ad ammettere che i sentimenti dell'Io si compongono di due sentimenti distinti: il sentimento dell'Io psichico ed il sentimento dell'Io corporeo.

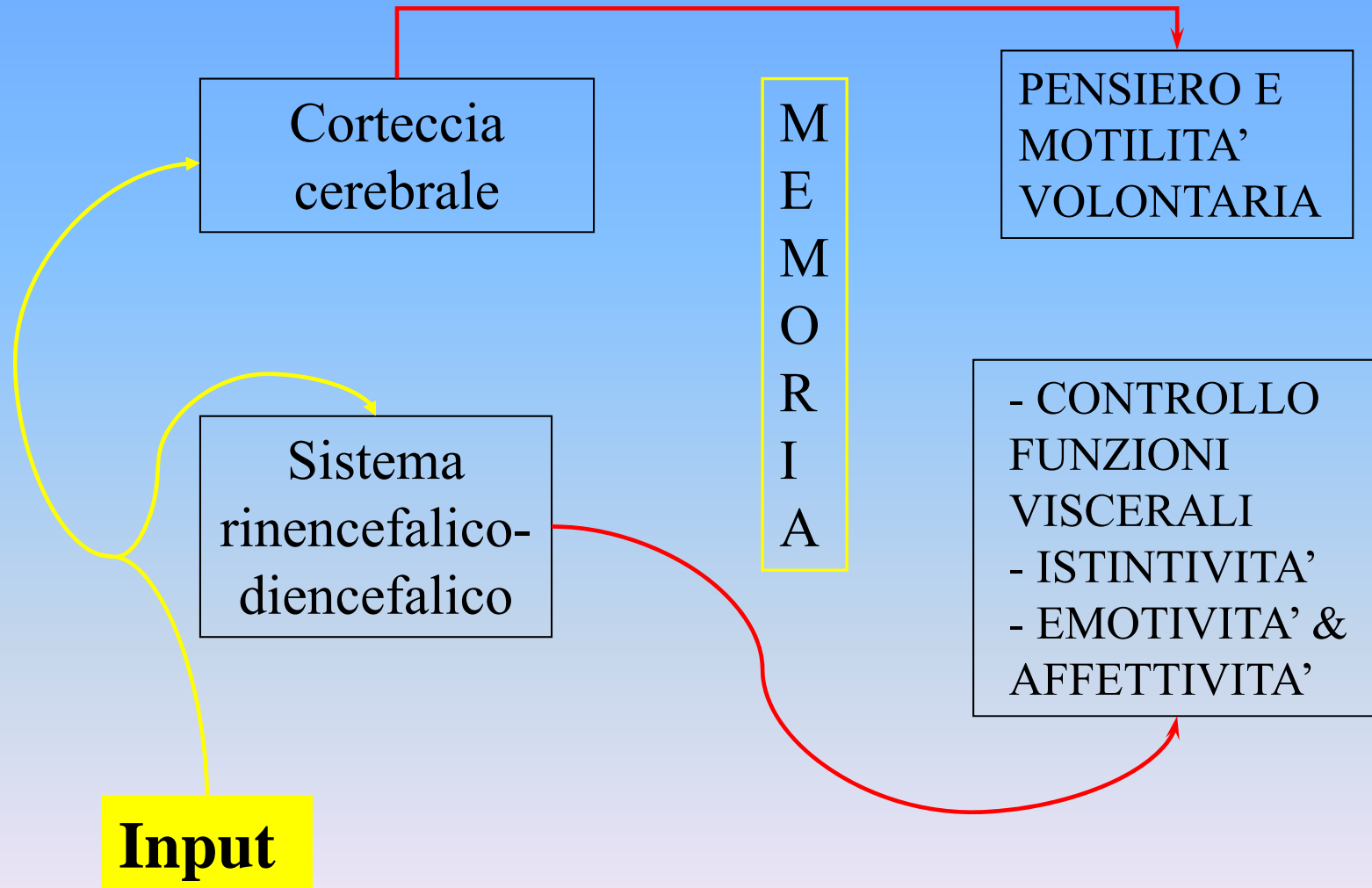
Questo modo di concepire il corpo e lo psichismo come due tipi di esperienze separate, se può essere riferito all'adulto, ben più difficilmente è riferibile al bambino per il quale, nelle esperienze primarie non esiste alcuna dicotomia tra corpo e psiche.

IL CORPO E LE SUE ESPERIENZE

- Il corpo è una entità fisica
- Il corpo svolge delle attività
- Il corpo è situato in uno spazio e in un tempo
- Il corpo è una totalità
- La nozione di corpo
- L'immagine del corpo nel bambino
- La conoscenza del corpo

www.fisiokinesiterapia.biz

Schemi funzionali cerebrali



Amigdala

