

Il mare turbolento di quest'ultimo periodo si è trasformato in un grande mare affettivo. La partecipazione dei soci e allievi Siab (più di 50) al congresso Fiap è stata numerosa e appassionata. Ringrazio quindi i soci che sono intervenuti con un contributo, ma anche tutti coloro che con la loro presenza sono stati testimoni "attivi" dell'analisi bioenergetica, poiché credo che ognuno di noi abbia dato un sostegno importante per una visione più ampia e profonda e meno "stereotipata" del nostro approccio.

Era chiaro ad esempio il piacere che abbiamo provato nello scambio con gli altri modelli, dal quale confronto abbiamo ricevuto spunti e stimoli importanti per la nostra crescita professionale e personale. Penso che proprio questo rappresenti un carattere distintivo della Siab, ovvero la capacità di incontrare professionisti di approcci diversi e di creare uno scambio proficuo per il "bene comune" della psicoterapia italiana. Un caloroso grazie a tutti.

Patrizia Moselli

Presidente S.I.A.B. - Società Italiana di Analisi Bioenergetica.

Psicologa, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore, Local e International trainer

Workshop "Voce, canto, gesto: il cambiamento e l'espressione creativa in Analisi Bioenergetica"

Dopo una breve presentazione dei partecipanti, da subito la relazione di ciascuno con la propria voce e' stata la protagonista dell'esperienza. Il lavoro e' proseguito individualmente e in gruppo con l'attenzione ai risuonatori lungo la spina dorsale per finire con il ritornello della canzone napoletana *Funiculi' Funiculà*. Molto interessanti le reazioni alla fine dell'esperienza da parte dei partecipanti anche di altri approcci. Piera Sacchi

Ho lavorato facendo sentire la vibrazione delle vocali nelle diverse parti del corpo in cui risuonavano maggiormente. le vocali aiutano a dare voce alle emozioni e ognuna di loro sembra congeniale a veicolare alcuni sentimenti e non altri variando i sottotesti. Abbiamo fatto esercizi per rendere consapevole ognuno del valore che hanno queste sette lettere nell'efficacia della comunicazione a se stessi e agli altri, di ciò che sentiamo, oltre che nel riconoscere quello che provano gli altri. È stato facile poi fare delle improvvisazioni teatrali utilizzando soltanto il corpo e facendo reagire gli attori con gesti e suoni spontanei all'interno di brevi scene riconoscibili, che avessero una loro tensione e risoluzione naturale. Abbiamo creato ambienti sonori e situazioni da rievocare con il corpo, da far vivere a un partecipante bendato ed è stato molto bello ricreare un mercato Napoletano soltanto con suoni e rumori. Per concludere, dopo aver sperimentato il richiamo o il rifiuto di una voce con un allievo che ha giocato a modulare la sua per spostare i corpi dei colleghi, ci siamo messi a remare verso un'isola come fossimo in una nave antica, cantando in coro *Funiculi Funiculà* che con Piera avevamo imparato poco prima. È stato tutto un crescendo che ci ha coinvolti piacevolmente, la sintonia con Piera e i colleghi hanno contribuito a farmi vivere quattro giorni importanti di sperimentazione e confronto con altri approcci rinforzando in parte anche l'appartenenza ad una categoria di professionisti, gli psicoterapeuti, in continua ridefinizione di identità e obiettivi. In questo congresso FIAP l'accento sembra essersi spostato da un "approccio centrato sulla persona", a quello centrato sulla "relazione" e questo mi sembra ancora un passo avanti. Grazie a tutti.

Gianluca Bondi

Psicologo, Psicoterapeuta, CBT, Docente S.I.A.B.

In merito ai miei contributi scientifici ed organizzativi dati in questo convegno, mi piace ricordare due momenti in particolare: quello che ha riguardato la supervisione di un caso clinico insieme a colleghi di diversi modelli (Lorenzo Cionini cognitivista, Annibale Bertola psicodinamico, Gianmarco Manfreda relazionale, Gianni Francesetti gestaltico), molto utile perché sono emerse convergenze e differenziazioni; il workshop sulla sincronia nelle relazioni primarie e di cura che ho condotto con Margherita Spagnuolo Lobb, collega della Gestalt, e con Giuseppe Ruggiero, collega della terapia familiare, che ha offerto un confronto pratico e teorico su come vengono utilizzati gli schemi relazionali, sia primari che attuali, nella pratica clinica.

Per me il congresso Fiap rappresenta da sempre un'esperienza significativa di dialogo che vede protagonisti esponenti di tanti modelli che si confrontano in un clima di collaborazione.

Maria Luisa Manca

Psicologa, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore, Local trainer, Vice presidente dell'AIPC, Past President FIAP

I miei due interventi hanno affrontato il tema del cambiamento con lo scopo di mostrare che le tesi di Lowen su questo argomento sono di grande attualità. Egli mira al cambiamento profondo e considera superficiale quello conseguente alla catarsi. Lowen sostiene che il cambiamento profondo negli adulti è analogo al processo di crescita dei bambini, si verifica in modo involontario. Non deriva dal progetto conscio di cambiamento, che è espressione del carattere, bensì deriva dal lavoro di elaborazione degli affetti attraverso le esperienze corporee emozionali cui si accede in una relazione terapeutica radicata nella fiducia.

Oggi disponiamo sia di un repertorio di strumenti teorici, costituito dalla microanalisi del livello locale (sviluppata dal "gruppo di Boston"), che ci consente di seguire momento per momento le dinamiche relazionali del processo terapeutico, sia di una convalida neuroscientifica dell'intuizione clinica che coglie la prevalenza degli affetti e delle percezioni corporee rispetto alla cognizione. Infatti le connessioni neurali che procedono dal sistema affettivo a quello cognitivo sono più numerose di quelle che procedono nel senso opposto e la maggior parte delle elaborazioni emozionali si svolge al di fuori (o al di sotto) della consapevolezza.

E' stata un'esperienza interessante, sia per il livello scientifico che ha caratterizzato le plenarie che per la disponibilità al dialogo da parte degli interlocutori incontrati nei "panel" e nelle "lecture". Il clima prevalente è stato di apertura e di ricerca di convergenze, senza tradire le identità.

Piero Rolando

Psicologo, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore, Local trainer, Didatta S.I.A.B.

Carissimi,

l'ultimo Congresso della FIAP a Napoli è stato un incontro appassionante a partire dal workshop pregressuale di Frank Lachmann. Durante tutto il Congresso c'è stata un'atmosfera di serena collaborazione e di buono scambio comunicativo. E' stato anche piacevole e salutare rivedere colleghi ed ex allievi della S.I.A.B. che da tanto non avevo l'occasione di incontrare. Molto interessanti tutte le lezioni magistrali e le relazioni che hanno contribuito a rinforzare la buona comunicazione anche tra i partecipanti di diverse scuole ed approcci. I molti riferimenti al funzionamento del corpo come sistema nervoso, movimenti espressivi e vitali dei bambini di risposta a quello dei genitori hanno rinforzato, penso in tutti noi, l'importanza dell'approccio

dell'analisi bioenergetica e la sua validazione, ricevendo anzi utili spunti per il suo arricchimento, confermando in noi la competenza e la grandezza di A. Lowen e la gratitudine nei suoi confronti. Mi sono sentita orgogliosa di appartenere alla S.I.A.B. e di aver seguito tale percorso di formazione. In seguito manderò riflessioni riguardo la mia conferenza. Auspicando futuri incontri del genere, di reciproco arricchimento, vi saluto tutti calorosamente.

Margherita Giustiniani

Psicologa, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore, Local trainer

Apprezzo molto queste tue parole Patrizia, perché corrispondono a quanto mi sono portata via dalle giornate di apprendimento e confronto a Napoli. Sono onorata di far parte di questa società che mi regala appartenenza e libertà di movimento, spingendomi a lasciare cuore e mente aperti. Molto gratificante anche osservare la stima e i riconoscimenti che tu e le persone del direttivo raccogliete da colleghi di altri approcci. Ultima considerazione la costante presenza che la Siab si è aggiudicata nelle cariche della Fiap, mi sembra un giusto riconoscimento all'impegno speso. Grazie

Daniela Gonzales

Psicologa, Psicoterapeuta

Ho sempre constatato quanto il confronto con gli altri colleghi, portatori di modelli e pensieri diversi, aiuti ognuno a definirsi e a individuarsi in modo più preciso, ho dovuto come tutti noi, presentarmi, espormi, portare il mio modo di lavorare, sentendo la grande responsabilità di rappresentare, attraverso me, l'Analisi Bioenergetica. Io, così come tutti i colleghi della S.I.A.B. li presenti, siamo stati espressione del nostro modello di riferimento, definendo così cosa è oggi l'Analisi Bioenergetica e contribuendo alla sua conoscenza e diffusione. Ci auguriamo di averlo fatto al meglio!

Tale confronto mi ha fatto sentire a volte più forte e capace ma anche a volte più debole e incerta, rinnovando così il desiderio di ricerca e crescita. È un incessante lavoro sull'identità che, come ha detto al congresso il Dott. Luigi Aversa, accompagnato nella sua relazione magistratale dalla nostra Luisa Manca, è un'identità, quella dello psicoterapeuta, di per sé molto fragile, ma la fragilità è soprattutto un valore poiché esprime e ci mantiene in contatto con la vulnerabilità umana. Mi ha colpito il suo aver sottolineato come non sono sempre funzionali i tentativi di "iniezioni di forza" che cerchiamo continuamente in altre discipline, come dei ricostituenti che sembrano essere più l'espressione di un bisogno di negare proprio quel contatto continuo con la fragilità e la vulnerabilità, così tipico del nostro lavoro. In questa direzione chi più di noi, attenti al corpo, può comprendere la forza, il piacere e l'energia vitale dell'essere umano ma anche la sofferenza, il dolore e il limite di un corpo fragile che attraversa la sua esistenza, come ha anche ben espresso nella sua relazione Patrizia Moselli.

In questa identità fragile mi riconosco, ho imparato con il tempo ad accoglierla e a farla mia, adesso non la temo più e, accompagnata da tante incertezze nel quotidiano del mio studio, mi riconosco anche sicura e con delle basi strutturali che derivano dalla mia formazione, legata agli oltre settanta anni di lavoro e di esperienza sia del suo fondatore Al Lowen che dei suoi successori. Appartengo

anch'io al gruppo di bioenergetici italiani, quel gruppo che nato nel 1974, data di fondazione della S.I.A.B., ha sempre continuato a interrogarsi, studiare, seguire con cura e attenzione i propri pazienti cercando di aiutarli con tutta la professionalità possibile. Il Congresso aveva come tema centrale il cambiamento e ritengo che tra identità e cambiamento ci debba essere una dialettica sempre viva. Ricordo il mio training, era il quinto in Italia e i miei docenti erano tutti i fondatori e i membri più anziani della Società, ogni anno avevamo un trainer internazionale che ci faceva un intensivo, venivano tutti dall'America, luogo in pieno fermento per la vicinanza e le idee di un Lowen sempre attivo e fecondo. Mi rivedo oggi, nel mio studio attiva da oltre 25 anni e docente nella S.I.A.B. da circa 16 anni. Quanti cambiamenti e com'è diverso oggi il mio modo di lavorare e di insegnare! Il confronto con i pazienti, portatori di nuove istanze, bisogni e patologie, ha dato vita a tanti interrogativi sulle modalità e sulle tecniche da utilizzare, gli allievi anch'essi portatori di nuove richieste e saperi, con altre pressioni interne e sociali, ha portato riflessioni su nuove esigenze formative! Quante volte con i colleghi ci siamo interrogati non sempre senza difficoltà e differenze, nelle commissioni didattiche, nei collegi dei docenti, nei congressi, nei seminari di aggiornamento, ma anche nei singoli incontri tra noi. Vorrei citare solo alcuni elementi cambiati dai tempi della mia formazione, di cui mi rendo conto dell'importanza e della loro portata proprio dal contatto con altri approcci. Basti pensare al ruolo sempre più centrale della relazione, con un'attenzione, che era già propria dell'Analisi Bioenergetica ma che è andata affinandosi, al concetto di campo e al transfert e controtransfert, ma anche la maggiore definizione del setting e delle sue regole, l'attenzione alle fasi precoci dello sviluppo e al prenatale. Parallelamente nelle tecniche a livello corporeo-energetico si è specificato il ruolo del contenimento, il lavoro sui confini, sul rispecchiamento possibile, ma anche un'attenzione diversa al lavoro sul trauma e sull'elemento catartico, tutto accompagnato da una ridefinizione delle relative esperienze corporee, sia di quelle già esistenti che rivisitate o del tutto nuove. Quanto ancora c'è da fare in questa direzione, confrontandoci, promuovendo gruppi di studio e nuovi spazi di approfondimento e di ricerca!

Ed è proprio la ricerca un altro elemento importante che mi ha portata a questo congresso.

Infatti vi ho preso parte anche in qualità di membro della commissione di ricerca della FIAP presentando il lavoro che da circa tre anni stiamo portando avanti con un gruppo di colleghi di vari orientamenti. In questa identità in continua definizione e cambiamento la ricerca mi sembra un importante punto di partenza per continuare a crescere a interrogarci in modo costruttivo sui nostri strumenti e metodi e ad affermarne una loro validità o anche a modificarne qualcosa laddove non c'è conferma. Mi sembra questo un passaggio necessario e significativo sia per lavorare sulla validità del nostro lavoro di psicoterapeuti, in un contesto sociale che non sempre ci riconosce, sia per impegnarci sul nostro modello, che tutti noi ben conosciamo nel suo valore empirico ma che riesce ancora poco ad essere compreso e riconosciuto dalla più ampia comunità scientifica.

Certo la ricerca ben fatta è molto complessa, richiede tempo, energie, denaro è facile scoraggiarsi e demordere ma mi sovviene una massima che dice *“non spetta a te concludere l'opera, ma nemmeno esimerti dall'iniziarla”*, così vado avanti .

Sono questi solo alcuni degli stimoli che mi sono portata a casa ma che ho pensato di voler condividere con i miei colleghi per poter sempre restare aperti al confronto e al dubbio, per favorire una crescita e un cambiamento che ci vedano sempre pronti, e che ci traghettino verso quella crescita e quel cambiamento che tanto auspichiamo nei nostri pazienti. Buon lavoro a tutti!

Livia Agresti

Psicologa, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore

Workshop "Nel canto delle sirene:una chiave di lettura della Bioenergetica attraverso le Neuroscienze"

La nostra esperienza riguardante l'VIII Congresso FIAP e' stata grandemente positiva . Lo scambio con gli altri modelli di psicoterapia e' stato motivo di arricchimento ma anche di sostegno alla nostra peculiarità Bioenergetica, essendo stati accolti con grande interesse e curiosità. La FIAP ha rappresentato la trasversalità di una famiglia che cresce esponenzialmente portando con sé l'entusiasmo dell'incontro e della condivisione sincera, il desiderio di crescere nella diversità delle culture , la forza e la fierezza di essere Bioenergetici e di riconfermarlo ad ogni confronto e nella piena connessione. Ci siamo sentiti a casa e ci siamo ritrovati con i colleghi della S.I.A.B. a risceglierci ogni volta, apprezzando l'unicità del nostro modello e del nostro padre fondatore, apprezzando al contempo, la versatilità, che ci permette soddisfacente interscambio con gli altri modelli di psicoterapia. Ci piace spendere delle parole affettuose sul Memoriale di Lowen a dieci anni dalla sua scomparsa., nella suggestiva cornice dell'Istituto Italiano per gli Studi Filosofici nel Palazzo Serra di Cassano a Napoli. Ha avuto un riscontro ricco e denso di sensibilità, e questo ha confermato la grande gioia, energia e vitalità di tutti coloro che sono come noi innamorati di questo modello di psicoterapia che come ha detto qualcuno ... "*è un modo di vivere*".

Alessandro Cataldi

Psicologo, Psicoterapeuta, CBT, Docente S.I.A.B.

Ada Lentini

Medico, Psicoterapeuta, CBT, Docente S.I.A.B.

La voce in psicoterapia: l'esperienza dell'Analisi Bioenergetica

Obiettivo della lecture è stato portare l'attenzione sulla voce all'interno del lavoro psicoterapeutico. La voce rappresenta una risorsa dalle ricche potenzialità in grado di elicitare e motivare profonde e sorprendenti trasformazioni nell'ambito del viaggio alla ricerca di se stessi. L'esame di questo strumento privilegiato di cura è stato inserito nell'ambito della teoria del cambiamento elaborato da Lowen. Il cambiamento che è la crescita non è qualcosa che si può fare, o che richieda uno sforzo di volontà, "non è una funzione dell'io ma del corpo". "Con la terapia, il paziente impara a 'sciogliere' il fare. La terapia "non è un modo di imparare come essere, ma come non fare". In questo processo la voce, per il suo stretto legame con l'autenticità, ha un ruolo essenziale sulla base della profonda intuizione di Lowen che lo ha portato a distinguere il suono, 'la voce del corpo' e il linguaggio verbale, 'la voce dell'io'.

Desidero sottolineare che l'esperienza nell'ambito del congresso FIAP ha rappresentato una occasione di ricco scambio e condivisione con colleghi di altri approcci in cui tante voci e tanti linguaggi diversi si sono confrontati animati dallo stesso desiderio di ascoltare e comunicare profondamente.

Piera Sacchi

Psicologa, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore, Local trainer

Quale idea di cambiamento in psicoterapia?

Lowen fa evolvere l'analisi bioenergetica dalla terapia reichiana alla fine degli anni '50 del secolo scorso, in una società ancora solida, in cui ruoli sociali e di genere sono piuttosto rigidi, e introduce il grounding – radicamento – come obiettivo del cambiamento. Lowen definisce il processo

dell'analisi bioenergetica: il ripristino della possibilità di sentire, di esprimere, di essere padroni di sé. L'obiettivo è l'ammorbidimento dei tratti caratteriali, cioè psico/corporei, diventati automatici, che tengono la persona bloccata nel paradigma personale e relazionale in cui si sono formati per permettere alla persona di sentire se stessa e il mondo attuale in maniera meno stereotipata e possa scegliere.

Il modello è monopersonale. Anche per chi lavora con il corpo e che attraverso la proposta di tecniche corporee (in base all'assunto dell'identità funzionale corpo/mente) vuole permettere l'emersione libera della soggettività individuale, la posizione del terapeuta è in qualche modo a lato del paziente, in un rapporto di fiducia che va costruito e coltivato mentre il paziente viene accompagnato a scoprire la propria libertà e il proprio radicamento nella realtà personale.

Chi è il nemico da battere? Fondamentalmente il Super Io/le contrazioni croniche inconsce che impediscono l'emersione del sé. Lowen afferma che il Sé è il corpo. Arrendersi al corpo, alla sua naturalezza, è sia un pensiero molto radicato nella cultura americana, che una possibilità che libera sia l'individuo che la cultura e che trova spazio in un mondo in crescita, in cui più persone possono essere attive per costruire e conquistare benessere economico da una parte e soggettività più forti – ma anche prodrome di narcisismo.

Nel frattempo la società si liquefa, il mondo diventa molto meno accogliente – aumenta la precarietà, i cambiamenti si fanno sempre più veloci, i legami famigliari più deboli. Si diffondono i problemi di identità: il narcisismo e le organizzazioni borderline.

I bisogni dei pazienti cambiano e cambia la terapia anche grazie al grande apporto della teoria dell'attaccamento, dell'infant research, delle scoperte neuro scientifiche, degli studi sul trauma, della svolta relazionale.

Come cambia l'analisi bioenergetica. Cosa vuol dire svolta relazionale per noi.

Il nostro lavoro bottom up diventa più raffinato ed articolato. Più spesso esplorativo che espressivo con il senso della relazione che emerge proprio in quei momenti in cui il paziente, che sente per la prima volta qualcosa di sé, incontra lo sguardo del terapeuta in un momento presente – lo spazio sospeso di un respiro – e l'esperienza assume un senso. Lo assume proprio perché l'esperienza è fatta in presenza dell'altro – il terapeuta. La stessa esperienza sarebbe meno o per nulla significativa senza la presenza dell'altro.

Rosaria Filoni

Psicologa, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore, Local trainer

La mia partecipazione all'VIII Congresso della FIAP è stata improntata alla condivisione del fermento in atto nella nostra Società, in relazione sia alla maturazione legata al retaggio di quarant'anni di esperienze dalla fondazione (1978-2018), sia ai numerosi stimoli provenienti dal mondo della psicoterapia e dal mondo in senso lato.

Sono stata lieta di poter contribuire allo scambio sul cambiamento in psicoterapia con la mia ricerca sull'identità culturale dell'analisi bioenergetica e con la presentazione del libro che ho curato e tradotto, "L'approccio bioenergetico alla psicoterapia infantile. Corpo, trauma, grounding" (Franco Angeli, 2018). Purtroppo, una momentanea indisposizione mi ha impedito di co-condurre il workshop con Piera Sacchi e Gianluca Bondi sulla voce.

Per quello che riguarda l'identità culturale della Siab, ho portato l'attenzione sulle radici filosofiche costituite dal vitalismo di Nietzsche, in rapporto a Emerson, rilevando che recenti studi individuano in Nietzsche, relativamente al tema della natura umana e del rapporto corpo e coscienza, argomenti antiriduzionisti e antidualisti, oltre che paralleli con le neuroscienze. Tutto questo mi fornisce utili strumenti concettuali per rendere esplicite le posizioni epistemologiche loweniane.

Ho sottolineato, inoltre, in varie sedi, la centralità della dimensione 'pratica' nel movimento di riscoperta del corpo, sorto tra la fine dell'Ottocento e l'inizio del Novecento, da cui è nato anche l'approccio corporeo in psicoterapia, e che continua fino ai giorni nostri. Il tema della 'prassi' è, infatti, strettamente collegato a quello della corporeità. Da notare che, attualmente, proprio in campo filosofico, a questo tema viene dedicata molta attenzione nel senso di un riavvicinamento della filosofia alla vita, cosa che va sicuramente nella direzione auspicata da Lowen.

Per quello che riguarda il tema del libro da me curato, ho condiviso l'interesse per lo sviluppo del lavoro bioenergetico con i bambini strutturato secondo la tripartizione: periodo perinatale, prima infanzia, seconda infanzia e pubertà. Ho condiviso anche l'importanza di confrontarci con altri approcci e con i luoghi istituzionali della cura psichiatrica all'infanzia, prendendo spunto dalle esperienze e dalle riflessioni riportate nel libro. Ho avuto, inoltre, il piacere di accogliere gli spunti di riflessione e gli apprezzamenti della Prof.ssa Renata Tambelli, docente universitaria esperta di 'attaccamento', e del nostro direttore didattico, Piero Rolando.

Sono stata positivamente colpita dall'enfasi posta sull'importanza della corporeità da parte di tutti gli approcci. Quest'argomento che ci è proprio, e che è stato messo a tema nel precedente Congresso della Fiap, continua, dunque, a riscuotere attenzione, cosa che ci offre opportunità a vari livelli. Credo che gli interventi, sia in plenaria che nelle varie sale, di esponenti della nostra Società abbiano colto l'occasione di far sentire la ricchezza del nostro apporto su questo e sugli altri temi all'ordine del giorno.

Livia Geloso

Psicologa, Psicoterapeuta, CBT, Supervisore, Local trainer