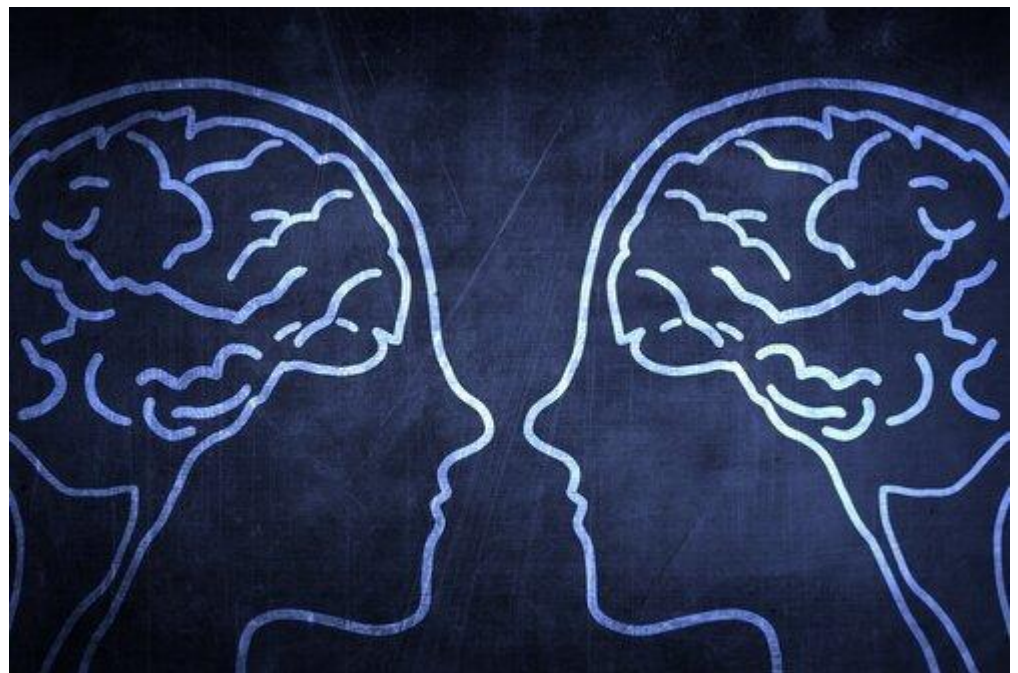




SEF

SCUOLA EUROPEA DI FORMAZIONE IN
PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA FUNZIONALE
WWW.PSICOLOGIAFUNZIONALE.IT

NEURONI SPECCHIO IN PSICOTERAPIA



NEUROSCIENZE

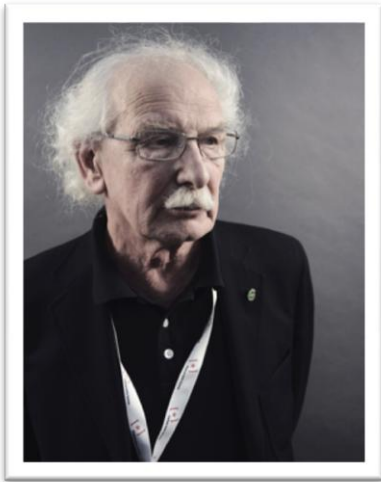
A cura di Luciano Rispoli

Dei neuroni-specchio negli ultimi tempi si parla molto; ed è giusto che sia così perché effettivamente è una scoperta di grande valore scientifico, nonché un successo realizzato interamente da ricercatori italiani: Giacomo Rizzolatti e la sua équipe.

Neuroni Specchio in Psicoterapia

LUCIANO RISPOLI

INTRODUZIONE



Dei neuroni-specchio negli ultimi tempi si parla molto; ed è giusto che sia così perché effettivamente è una scoperta di grande valore scientifico, nonché un successo realizzato interamente da ricercatori italiani: Giacomo Rizzolatti (nella foto) e la sua équipe.

Ma questa scoperta è più profonda e complessa di quanto non venga normalmente compreso; a volte viene limitata all'idea che guardando un'altra persona possiamo comprendere ciò che prova. Questo è vero ma bisogna capire in che senso e come. E poi c'è molto di più nelle ricerche e nelle scoperte di Rizzolatti, c'è una ulteriore conferma dell'integrazione esistente tra corpo e mente, c'è finalmente un consolidamento pieno della visione che afferma da tempo l'importanza del Sistema Motorio (e di quello Sensoriale).

E per di più questa scoperta assume un significato di grande rilievo nel mondo della clinica, della cura, e in particolare della psicoterapia moderna e della psicoterapia del futuro.

Vediamo come e perché.

LO SCHEMA CLASSICO

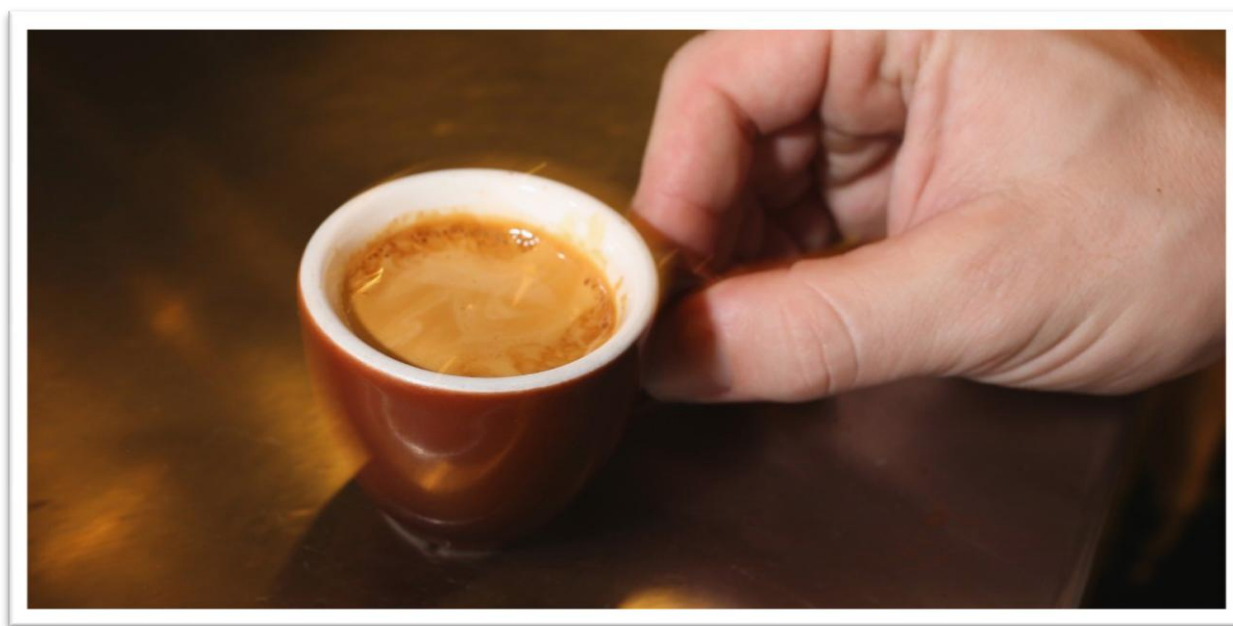
Nello schema neurologico classico si pensava che il sistema motorio avesse un ruolo secondario, un ruolo puramente esecutore. Si riteneva che l'essere umano ricavasse dati tramite la percezione, che li elaborasse cognitivamente e che da questo livello di cognizione partissero poi gli "ordini" verso il sistema motorio.

Ma lo studio del funzionamento di aree frontali e parietali, nonché delle aree motorie e premotorie del cervello, ha rivelato una realtà completamente diversa, che si può così riassumere:

Il sistema motorio non ha a che fare con movimenti ma con vere e proprie azioni.

Ma cosa vuol dire questo? Cosa vuol dire "azioni"?

Facciamo degli esempi.



Prendiamo come esempio il gesto elementare di afferrare una tazzina. Vedremo che in questo gesto sono già intrecciate le Sensazioni (visive, tattili, olfattive, propriocettive), nonché Motivazioni, Disposizioni corporee, Attività e Abilità motorie. C'è infatti nel gesto non solo un allungare il braccio per raggiungere la tazzina ma già c'è insieme anche l'*intenzione* di afferrare la tazzina. Il braccio si muove per arrivare alla tazzina ma già la mano si atteggia per afferrarla: e questo rappresenta una chiara *azione*, cioè un movimento che

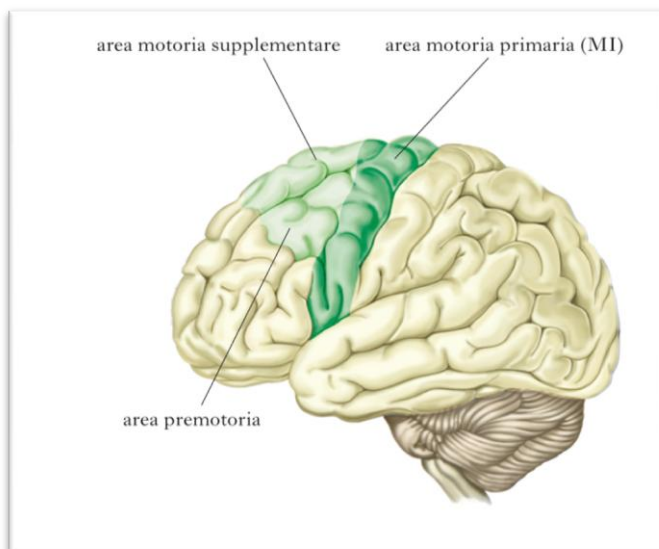
ha una vera e propria *intenzionalità*. Non si tratta di *singoli movimenti*, cognitivamente comandati, che poi vengono collegati in catene di movimenti. Si tratta invece già da subito di un'azione completa: afferrare la tazzina.

Dunque, il Sistema Motorio *non* è un mero esecutore passivo di comandi originati altrove, ma **contribuisce in modo decisivo alle trasformazioni senso-motorie**, cioè all'individuazione degli oggetti e al realizzare movimenti delle varie parti del corpo per le varie *azioni* che possiamo e vogliamo compiere con quegli oggetti.

E infatti, una delle prime scoperte che hanno aperto la strada a questa visione è stata che **le aree frontali e parietali sono strettamente connesse con le aree visive, uditive, tattili**; e che, dunque, le aree corticali della percezione e della cognizione *non sono* totalmente distinte e separate da quelle del movimento.

Ma ci sono ben altri elementi nelle ricerche di Rizzolatti a sostegno di queste innovative concezioni.

I NEURONI DELL'AREA CORTECCIA PRE-MOTORIA



Un altro punto per comprendere in che senso il Sistema Motorio è connesso ad azioni che hanno una configurazione complessa e non a singoli movimenti, ci viene dallo studio di questi neuroni.

Per afferrare un pezzo di cibo, ad esempio, c'è un neurone addetto a questa azione specifica: ed è lo *stesso neurone* che scatta sia se il cibo viene afferrato con una mano, sia con l'altra, sia con la bocca

direttamente. Dunque – come già abbiamo detto - **questi neuroni non sono collegati al movimento ma ad una azione** che può essere compiuta addirittura con movimenti del corpo completamente differenti,

Altro esempio ci è dato dalla scoperta che uno *stesso* movimento, ad esempio la flessione del dito, è attivato da un certo determinato neurone se è per

afferrare una tazzina, e da uno diverso se la flessione è per grattarsi il viso, cioè se si tratta di azioni differenti.

L'area premotoria può essere allora vista come un vero e proprio **serbatoio di azioni possibili** per il soggetto o - in altri termini - un "vocabolario" di atti motori, di azioni, ciascuna collegata a specifici neuroni.

Più ricco è il vocabolario più opportunità pratiche di azione sugli oggetti ci saranno per la persona. Ma non bisogna dimenticare che **il vocabolario si costituisce quando il bambino compie le azioni sugli oggetti**, e non quando vede gli oggetti. Quando li vede può mettere in moto le stesse vie neuronali specifiche di determinate azioni, ma solo se queste vie neuronali sono già state attivate, se queste azioni sono già state compiute dal bambino.

Neuroni bimodali canonici dell'area premotoria

Per chiarire meglio, questi neuroni si definiscono bimodali perché si attivano sia durante l'azione che la persona compie su un oggetto sia durante la sola osservazione dell'oggetto; ma quello che è sbalorditivo è che sono pur sempre neuroni dell'*area motoria*. **L'oggetto è immediatamente codificato come un insieme di ipotesi d'azione**. I neuroni reagiscono non alla *forma* dell'oggetto ma al *significato* che ha per la persona.

Ma reagire a un significato in realtà equivale a **COMPRENDERE**.

Altri neuroni bimodali: i neuroni specchio

I neuroni specchio sono una specificazione dei neuroni bimodali. Come gli altri neuroni bimodali, hanno funzione visiva e motoria allo stesso tempo, e sono anch'essi specializzati rispetto ad una determinata azione (per afferrare, o per spostare, ecc.).

La differenza è che si attivano durante l'azione che la persona compie ma anche quando *si osserva un'altra persona compiere la stessa azione*.

La persona, dunque, vive le stesse sensazioni che vive l'altro che compie



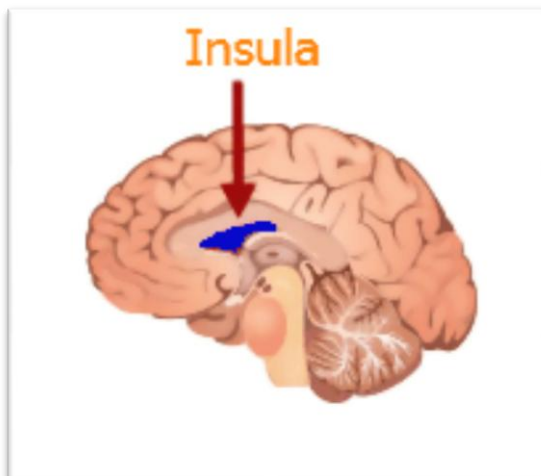
l'azione, come se fosse lui a compierla. Ma non dobbiamo dimenticare che questo **avviene soltanto se la medesima azione è inscritta nel proprio vocabolario di azioni**. Vale a dire che se un atto non è nel vocabolario, non ci può essere attivazione dei neuroni specifici e **non c'è neanche comprensione dell'atto compiuto dall'altro**.

E per essere nel proprio vocabolario la persona *deve aver prima sperimentato personalmente l'atto motorio* in questione.

Le azioni compiute dall'altro assumono, dunque, significato proprio per il *vocabolario* di atti che il soggetto possiede. Si tratta di una reale *conoscenza di base* che regola l'esecuzione delle proprie azioni, e che viene usata anche durante l'osservazione dell'azione compiuta dall'altro.

E tutto questo **vale anche per i movimenti del viso**, ovvero per le espressioni delle varie emozioni. Anche le *emozioni* risultano immediatamente condivise: nel vedere le espressioni del viso dell'altro, si accendono le stesse aree coinvolte di quando siamo noi a provare quelle emozioni.

I neuroni specchio si attivano non solo per atti transitivi su oggetti **ma anche per atti intransitivi e azioni mimate**; il sistema motorio entra in risonanza anche con i movimenti facciali altrui. Ma ancora una volta solo se si tratta di azioni ed espressioni inscritte nel proprio vocabolario di atti.

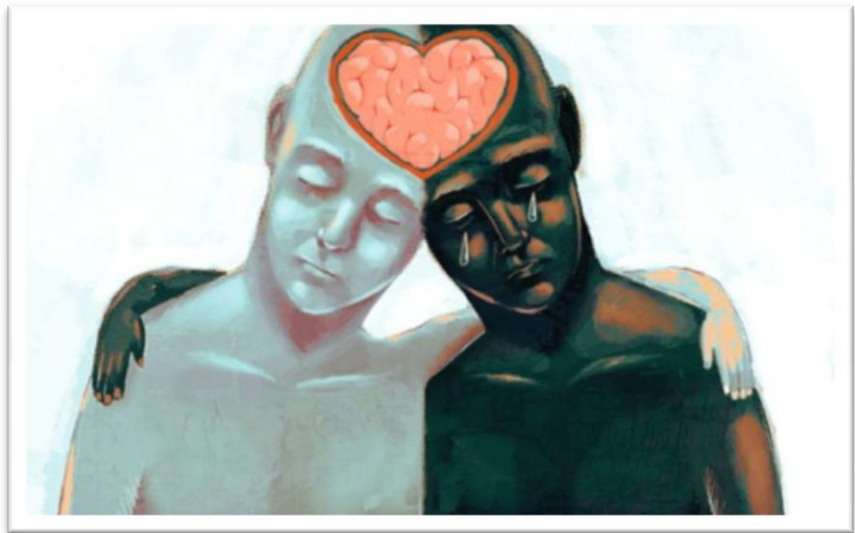


Nella risonanza delle emozioni è implicata anche l'*insula*. Ed è tramite l'*insula* che gli input sensoriali vengono trasformati in reazioni anche "viscerali", cioè modalità di funzionamento psico-fisiologico che "colorano" le risposte emotive (le proprie e quelle osservate). Già molto tempo prima James sosteneva che le emozioni non possono essere ridotte a una percezione solo cognitiva ma che **si collegano a sensazioni profonde**

viscerali, perché altrimenti sarebbero pallide e fredde, destituite da qualsiasi coloritura.

In ogni caso, il punto fondamentale è che siamo di fronte a una vera e propria *conoscenza*, una *comprensione*, una *comprensione* che è implicita, pragmatica e non riflessiva.

I neuroni specchio, dunque, ci fanno capire **come funziona l'empatia**, cioè la capacità di vivere situazioni e sensazioni dell'altro, di sentirsi al suo posto. Ma prima ci deve sempre essere stata l'esperienza personale e diretta dell'azione, del



movimento inteso in senso globale e intenzionale: solo dopo ci può essere l'immedesimazione.

Dunque, il riconoscimento delle azioni e delle intenzioni degli altri attraverso vie non riflessive **dipende dal nostro patrimonio motorio**: i movimenti osservati vengono correlati ai propri, e questo permette di riconoscerne il significato.

Il cervello, *basandosi sulle proprie competenze motorie*, riconosce gli atti degli altri in un modo immediato, senza ragionamenti, in una comprensione che non passa per i meccanismi corticali.

Comunque, qualunque siano le aree corticali interessate, il meccanismo dei neuroni specchio incarna la modalità di *un tipo di comprensione che viene prima di ogni mediazione concettuale e linguistica*. (Rizzolatti)

INFLUENZE SULLA PSICOTERAPIA

Una prima ricaduta immediata importante di queste scoperte è stata l'utilizzazione del Senso-Motorio su bambini con gravi problemi psichici. L'intervento è stato volto a ricostruire (attraverso tecniche eminentemente di movimento) un "vocabolario" di atti che era molto carente; l'incrementarsi di questo vocabolario permetteva al soggetto di entrare a poco a poco di più in relazione con l'adulto, aumentandone le capacità di contatto, accrescendo le sue possibilità di risonanza e di empatia.

Ma non si possono certo trascurare le fondamentali e innovative influenze che queste scoperte hanno anche e soprattutto sulla psicoterapia.

Uno dei punti centrali nelle ricerche più recenti sulla psicoterapia riguarda il **processo terapeutico**, ci si chiede: cosa accade realmente quando un paziente riacquista delle capacità che aveva perduto, quando recupera benessere, quando rafforza il suo io e la sua autostima, quando supera patologie e disturbi?

Queste scoperte delle neuroscienze ci dicono **in modo molto chiaro** che nella cura **devono poter intervenire elementi non solo cognitivi** ma anche motori e sensoriali, dal momento che questi piani sono strettamente interrelati tra di loro.



Ed è quanto il **Neo-Funzionalismo** sostiene da tempo (e sul cui modello si basa la **Psicoterapia Funzionale** e la nostra **Scuola di Specializzazione in Psicoterapia** (www.psicologiafunzionale.it), studiando appunto le interrelazioni tra i vari Sistemi Integrati (Cognitivo, Neuronale, Neurovegetativo, Emotivo, Sensoriale, Motorio, Endocrino, Immunitario).

Non basta, infatti, riconoscere che questi Sistemi sono integrati, ma **bisogna comprendere sempre più in che modo lo sono**: come funziona l'essere umano quando sta bene e in salute, cosa accade quando si ammala (in ogni senso); e anche e soprattutto cosa accade nel processo terapeutico, come sono implicati i vari Sistemi quando il paziente migliora o guarisce.

Un primo punto da chiarire è che malattie e disturbi sono alterazioni del funzionamento di tutti i Sistemi, nessuno escluso. Ed è anche ormai chiaro

che a causa delle alterazioni dei vari funzionamenti i Sistemi perdono la loro integrazione piena: si producono interruzioni tra le loro interrelazioni.

Le Funzioni psico-corporee che compongono i Sistemi possono rimanere cronicamente alterate e chiuse in cortocircuito su se stesse, non seguendo più un andamento adeguato alle situazioni esterne. E non possono ritrovare la piena mobilità se non si interviene direttamente su ciascuna di esse, cioè se non si interviene sinergicamente il più possibile sui vari Sistemi. Non dimentichiamo che **è superata la concezione che il Sistema cognitivo possa regolare e controllare tutto l'organismo**, tutto il Sé a tutti i suoi livelli. Bisogna allora intervenire sul Sistema Sensoriale, sul Motorio, oltre che sull'Emotivo e il Cognitivo, nonché sul Neurovegetativo e sull'Endocrino.

Ma per poterlo fare **bisogna conoscere quali sono gli effetti che l'intervento su di un Sistema produce sugli altri Sistemi**, e in che modo intervenire su ognuno di essi per far andare il paziente nella direzione giusta: ritrovare i suoi funzionamenti pieni e integri per superare problemi, disturbi e patologie.

Non basta aggiungere il corporeo nelle terapie più tradizionali verbali e cognitive, non basta “muovere il corpo” e vedere cosa poi accade, o interpretare e far rielaborare ciò che la persona ha sentito e vissuto. Il rischio è che la persona ricalchi i solchi dei suoi disfunzionamenti senza uscirne fuori.

Bisogna invece produrre cambiamenti veri e propri (e nel senso giusto) in tutte le Funzioni psico-corporee, in tutti i Sistemi del Sé.

Le tecniche messe a punto dalla **Psicoterapia Funzionale**, in anni e anni di sperimentazione, di ricerca, di verifica, di aggiustamento, agiscono appunto il più possibile su più livelli psico-corporei contemporaneamente. Ma producendo modificazioni che vanno tutte nella medesima direzione, per ottenere il più possibile i risultati attesi.

Quello che guida la sinergia degli interventi su più piani del Sé, su più Sistemi, è l'obiettivo che di volta in volta ci si deve porre: **recuperare determinati e precisi Funzionamenti di fondo che si sono alterati nella persona**, che sono rimasti carenti, bloccati. E questo lo si può fare perché ogni

Funzionamento di fondo è costituito da un insieme organizzato di Funzioni (Sistemi Cognitivi ed Emozioni specifiche, ma anche apparati Senso Motori, Neurovegetativi ed Endocrini), tutti collocati in una configurazione precisa, su cui diventa chiaro come e in che direzione agire.

IL FUTURO IN PSICOTERAPIA

Le neuroscienze, con le sue recenti scoperte (e non solo quelle dei neuroni-specchio), **rappresentano uno tra i più importanti punti di cambiamento e avanzamento delle concezioni che riguardano la persona**: un punto che definirei di non ritorno. Queste nuove scoperte contribuiscono ad una comprensione più piena di come possa agire un intervento di aiuto a qualunque livello si ponga, rendendolo più efficace e profondo.

Nessuna teoria psicoterapeutica dovrebbe più ignorare le nuove scoperte scientifiche

dalle neuroscienze agli studi sulla vita del bambino piccolo e sulla vita prenatale, alle conoscenze raggiunte sull'integrazione mente-corpo, alle esperienze accumulate con un intervento terapeutico che agisce sui vari Sistemi del Sé.

Il rischio, altrimenti, è che si trascurino Funzioni e Sistemi significativi per il cambiamento e chiusi in cortocircuito, che si mettano da parte forme di interazione e di relazione importanti e forme rilevanti di espressione del Sé; come ad esempio il *movimento* con il suo significato profondamente ed eminentemente interattivo e sociale, nonché – come abbiamo visto – base di una importante forma di conoscenza e di comprensione.

SCUOLA DI PSICOTERAPIA FUNZIONALE

Ti piacerebbe saperne di più su **come le Neuroscienze influenzino il campo della Psicoterapia**? Scopri di più sulla nostra Scuola leggendo le prossime pagine e navigando sul sito [**www.psicologiafunzionale.it**](http://www.psicologiafunzionale.it)



ISTITUTI IN ITALIA
NAPOLI ROMA MILANO
BRESCIA PADOVA TRIESTE
CATANIA PALERMO

SCUOLA DI
PSICOTERAPIA



LA SEF – Chi siamo

Siamo una **Scuola di Psicoterapia** riconosciuta dalla **EABP** (European Association for Body-Psychotherapy) dal 1999 e dal **CSITP** (Comité Scientifique Internationale de Therapie PsychoCorporelle) già dal 1987. Siamo iscritti al **CNSP** (Coordinamento Nazionale delle Scuole in Psicoterapie) ed al **CNCP**.

I vantaggi di scegliere una scuola moderna e innovativa:

- Imparerai di **metodologie e tecniche di intervento concrete e precise**, sia a livello individuale che di gruppo poiché **puntiamo molto nella ricerca** ed utilizziamo le scoperte più avanzate delle neuroscienze.
- Ti avvallerai di una **tra le prime scuole in Italia** nella valutazione relativa ai livelli di qualità messi a punto dal Coordinamento Nazionale Scuole di Psicoterapia.

Sedi Istituto

Ci trovi a Benevento, Brescia, Catania, Milano, Napoli, Padova, Palermo, Roma, Trieste.

LA NOSTRA VISIONE

Crediamo nella formazione e nella crescita professionale, per questo motivo ti proponiamo un ventaglio formativo molto ampio che parte dai seminari e dai workshop gratuiti, Corsi ECM, aggiornamenti continui fino ad arrivare ai Master Specialistici e Counselor Professionista, ed alla Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Funzionale.

Ogni anno, sia per i Master che per la Scuola di Specializzazione, sono previste le Borse di Studio.

"Migliorare la propria professionalità è un valore di prestigio ma soprattutto un vantaggio competitivo nel mondo del lavoro"

PSICOLOGIA FUNZIONALE - MODELLO TEORICO

La **Psicologia Funzionale**, o **Neo-Funzionalismo**, nasce sin dagli anni '80 per opera del primo gruppo di ricerca SIF (Società Italiana di Psicoterapia Funzionale) in seguito a studi, ricerche ed esperienze in campo clinico ed evolutivo, e **rappresenta un avanzamento significativo e una rielaborazione integrata dei contributi delle teorie del Sé**, delle formulazioni del primo funzionalismo della scuola di Chicago, delle teorie sull'identità funzionale tra mente e corpo di Wilhelm Reich e dei suoi successori. Rispoli si rifà anche ai più recenti apporti della psicobiologia, della neurofisiologia e delle neuroscienze, **con una grande attenzione alle scoperte più avanzate relative allo sviluppo dell'infanzia sin dai primissimi anni di vita, sin dalla fase prenatale.**

La Psicologia Funzionale si basa su una **concezione di unitarietà della persona mente-corpo**, vista attraverso le Funzioni (che non sono "parti") relative a tutti i processi psico-corporei dell'organismo umano, le quali concorrono in modo paritetico a costituire il Sé (senza più gerarchie,

prevalenze o scissioni tra mentale e corporeo). In questa visione **il Sé non è una struttura ma una organizzazione di Funzioni (razionalità, ricordi, fantasie, emozioni, ma anche movimenti, forma del corpo, posture, nonché sistemi e apparati fisiologici e neurovegetativi) secondo l'ottica più moderna della complessità.**

Un'altra concezione altamente innovativa riguarda i Funzionamenti di Fondo delle persone, cioè quel che sta alla base del nostro agire, che genera comportamenti, pensieri, parole, atteggiamenti più specifici e differenziati.

E proprio attraverso l'essenzialità dei Funzionamenti di Fondo che è possibile prendere in considerazione, realmente in modo scientifico, la globalità della persona con così numerose variabili, con i suoi vari e complessi Sistemi profondamente interconnessi e integrati.

Il Neo-Funzionalismo studia tali funzionamenti a partire dall'infanzia, identificando la loro origine in quelle esperienze che sono fondamentali (Esperienze di Base del Sé) affinché il bambino, nel diventare adulto, conservi l'integrazione originaria, la salute, il benessere, e sviluppi tutte le capacità necessarie ad affrontare adeguatamente e con successo la vita.

PSICOLOGIA FUNZIONALE: DIAGNOSI E CURA

La Psicologia Funzionale **individua le cause profonde di disturbi e patologie delle persone**, vale a dire le alterazioni e le carenze che intervengono durante lo sviluppo dell'individuo (dall'infanzia all'età adulta) nei suoi funzionamenti vitali fondamentali; non si rifà, dunque, a "tipologie" (di qualsiasi tipo esse siano) ma **individua una diagnosi calibrata esattamente sulla persona**. Ne discende un intervento altamente specifico, una terapia integrata che, intervenendo su tutti i piani del Sé, è tesa a recuperare e ricostruire le antiche "Esperienze Basilari del Sé".

PSICOLOGIA FUNZIONALE: IN QUALI CASI È CONSIGLIATA

Il pensiero Funzionale **permette di analizzare ed intervenire su realtà molto differenti: l'individuo, il gruppo, la comunità, la famiglia, l'istituzione**, e così via. Perciò la Psicoterapia Funzionale è **indicata sia**

per gli adulti che per bambini e adolescenti, oltre che per i gruppi. È inoltre utile in tutti i tipi di disturbi perché va alla base della sintomatologia, su ciò che la produce, vale a dire le alterazioni dei funzionamenti di fondo. È importante precisare, inoltre, che **la visione Funzionale tende a non separare cura e prevenzione, salute e malattia**: oltre che di psicologia clinica e psicoterapia si occupa infatti di prevenzione ed educazione alla salute e al benessere.

PSICOLOGIA FUNZIONALE CERTIFICAZIONI E DEONTOLOGIA

L'esercizio di ogni tipo di attività psicoterapeutica – come indicato nel punto 3 della legge Ordinamento della professione di psicologo – **è subordinato a una specifica formazione professionale**, da acquisirsi dopo il conseguimento della laurea in psicologia o in medicina e chirurgia, mediante corsi di specializzazione almeno quadriennali che prevedano adeguata formazione e addestramento in psicoterapia, e presso scuole di specializzazione universitaria o istituti privati riconosciuti dal MIUR.

PSICOLOGIA FUNZIONALE: NEL MONDO

PARIGI - Ecole Internationale de Psychothérapie Fonctionnelle (EIPF)
www.psychologiefonctionnelle.com

CITTA' DEL MESSICO - Escuela Internacional de Psicoterapia Funcional (EIPF) www.psicoterapiafuncionalmx.com

UNA RISORSA IN PIU' DIZIONARIO INTERNAZIONALE DI PSICOTERAPIA

Nel 2013 è stato pubblicato il **primo Dizionario Internazionale di Psicoterapia**, frutto del lavoro di un **team di 360 esperti** da tutto il mondo, che ha definito all'interno degli 8 paradigmi i modelli e i costrutti fondamentali attualmente presenti nel panorama internazionale.

Tra **gli otto grandi paradigmi**, che costituiscono l'intero campo della psicoterapia, al **Modello Teorico della Psicoterapia Funzionale**.

Di quest'opera se ne parla anche su diversi giornali, in particolare Repubblica, nell'area "Salute Psicologia", le ha dedicato un grande spazio con un approfondito articolo.

Essere nel primo Dizionario Internazionale di Psicoterapia **dà ancora maggiore rilievo scientifico all'Area Teorica del Neofunzionalismo ed alla Psicoterapia Funzionale.**

CORSO QUADRIENNALE IN PSICOTERAPIA FUNZIONALE

Specializzazione riconosciuta (art. 3 legge 56/89). Sono ammessi alla scuola i laureati in Psicologia e Medicina iscritti ai relativi albi professionali. L'iscrizione è subordinata alla valutazione di conoscenze, capacità, esperienze, motivazioni all'attività di psicoterapeuta, situazione clinica personale.

PER INFORMAZIONI

- Tel. 081 03.22.195 (Sede Centrale, informazioni per tutte le sedi).
- info@psicologiafunzionale.it - www.psicologiafunzionale.it