

Rivista n. 2 : Il Corpo in Psicoterapia

Epistemologia. Teorie e modelli a confronto

Il concetto di Esperienza Basilare de Sé

Riprendiamo il nostro studio con il concetto di **Esperienza di Base del Sé**, centrale nella teoria della Psicologia Funzionale e apporto importante per la scienza della psicoterapia.

L'ipotesi dell'integrazione originaria

Oggi, grazie alla ricerca interdisciplinare e alle scoperte delle neuroscienze, sappiamo di più sulle strette e complesse relazioni fra corpo e mente e ci possiamo validamente

allontanare da visioni dualiste e parziali che hanno permeato la conoscenza del secolo scorso. Nella Body-psychotherapy **l'utilizzo di tecniche psicocorporee**, che mettevano in pratica il presupposto teorico dell'identità funzionale fra processi psichici e somatici scoperto da Wilhelm Reich più di settanta anni fa, e la loro idoneità nel provocare cambiamenti nella persona, per molti anni sottovalutata quando non negata dalle teorie in voga, permise di cominciare a scoprire queste interrelazioni profonde e complesse.

“Oggi, scoperte indicano che nel bambino non troviamo una mente come quella dell’adulto, ma che non c’è discontinuità e gli stessi processi corporei e mentali si diversificano e si complessificano sin dall’inizio della vita”

Non si trattava però **semplicemente di creare e utilizzare tecniche corporee, quanto portare avanti una nuova teoria sul funzionamento dell’essere umano e sul suo sviluppo evolutivo.**

Concepire il funzionamento del bambino come un insieme di riflessi e istinti puramente biologici, senza potenzialità di rappresentazione mentale, di capacità relazionali e stabilendo una discontinuità fra la vita del bambino e la vita dell’adulto, faceva pensare i processi corporei, motori

e percettivi come degli stadi primari che non esercitavano un'influenza diretta sui processi mentali che si sarebbero sviluppati soltanto più tardi.

I processi corporei erano così una pura base biologica su cui si sarebbe sviluppata più tardi una mente concepita in modo adultomorfico.

Oggi, con le nuove metodologie dello studio del neonato, sappiamo che nel bambino non troviamo una mente come quella dell'adulto, ma che non c'è discontinuità e gli stessi processi corporei e mentali che si diversificano e si complessificano progressivamente sono presenti sin dall'inizio della vita umana.

Si poteva allora ipotizzare, già settanta anni fa, che processi corporei e mentali agissero in modo integrato e si sviluppasse a vicenda. Aveva così un senso **creare delle tecniche che toccassero in modo integrato tutti gli aspetti del funzionamento**, corporeo e mentale; e poi integrare le osservazioni cliniche in una teoria che permettesse di **comprendere la profonda interdipendenza fra funzionamenti corporei e psichici**, proponendo delle spiegazioni su come questi processi agiscano insieme e **senza perdere di vista il funzionamento totale della persona**. Questo è stato il compito per decenni della Psicoterapia Funzionale.

“il neonato ha grande capacità relazionale e d’imparare dalla propria esperienza per soddisfare ogni volta in modo più appropriato i propri bisogni.”

Infant Research

Negli ultimi decenni **le ricerche** sul bambino e il neonato **hanno apportato dati che convalidano queste ipotesi**, presentandoci ogni volta dati più sorprendenti sulla vita intrauterina. **Sappiamo ora che il neonato**, e forse anche il feto, **ha grande capacità relazionale e d’imparare dalla propria esperienza nel contatto pieno con se stesso e col suo intorno ambientale**, per soddisfare ogni volta in modo più appropriato i propri bisogni.

Daniel Stern (1985) ha spiegato come si sviluppa il rapporto del bambino con il mondo esterno. Egli ha **la necessità e la capacità di elaborare** “rappresentazioni astratte delle qualità più globali dell’esperienza”, per agire e relazionarsi con il mondo. Queste rappresentazioni sono qualità più complesse che il bambino astrae dall’esperienza.

Questa capacità esiste dall’inizio della vita e non è, come si pensava, un punto di arrivo dopo il secondo anno di vita. Per appoggiare questa ipotesi, Stern riporta le scoperte di Meltzoff e Borton (1979), provando così che **i neonati sono già capaci di elaborare schemi coordinati**

tattili-visivi, senza dover passare prima per la costruzione di tali schemi separati, come credeva Piaget nel 1952.

Stern conclude che **i bambini sono precostituiti** per realizzare un trasferimento d'informazione transmodale che permette loro di riconoscere una corrispondenza fra il tatto e la visione.

Il vincolo delle esperienze tattili e visuali si genera tramite la costituzione innata del sistema percettivo, e non per via dell'esperienza ripetuta del mondo. Inizialmente non si ha bisogno di nessun apprendimento e l'apprendimento susseguente sulla relazione fra le modalità può erigersi su questa base innata.

Il poter trasmettere un'informazione da un canale sensoriale-percettivo ad un altro durante i primi giorni di esistenza dimostra altresì che non ci si trova di fronte ad una scissione originaria.

Questo principio teorico basilare, o “principio cogente interno” dell'integrazione originaria, permise di concepire uno degli obiettivi della psicoterapia: il lavoro su questo “nucleo profondo” d'integrazione che permane anche in presenza di alterazioni dei Funzionamenti dell'organismo, come postula la **Psicoterapia Funzionale**.

“I neonati sono già capaci di elaborare schemi coordinati tattili-visivi, senza dover passare prima per la costruzione di tali schemi separate”

Involucri di esperienza e Esperienze di Base del Sé: *Intreccio di Esperienze e Funzionamenti*

Il bambino impara a riconoscere quegli elementi che nelle varie circostanze restano costanti, in modo tale da costruirsi un modello del mondo attraverso il quale poter intervenire sul medesimo. Tali costanti andranno a formare quelli che Stern (1985) definisce **involucri di esperienze.**

La cosa importante da rilevare è che il neonato coglie le parti invariabili dell'esperienza anche laddove l'invariante è il cambiamento, il passaggio da uno stato ad un altro; questi primi insiemi derivati da vissuti diretti di natura esperienziale che si amalgamano, diventano in seguito involucri narrativi, ossia l'insieme degli atti, degli eventi, degli esiti che hanno un senso di sviluppo e di continuità.

In pratica, il bambino arriva alla fine a percepirsi proprio come l'elemento invariante e conseguentemente acquisisce le capacità di "raccontarsi" (Rispoli, 1993

Rispoli analizza il concetto di Stern **d'involucri di esperienza"** e, tenendo ben presente **la scoperta dell'Identità Funzionale**, le ridefinisce come **"processi Funzionali legati intimamente in una determinata associazione**, e con quelle caratteristiche che il neonato è riuscito ad astrarre dall'estrema variabilità degli eventi"

Egli così teorizza che queste particolari "forme" che prendono i diversi processi Funzionali, organizzati in una determinata configurazione per soddisfare una determinata richiesta dell'ambiente e un **Bisogno dell'individuo**, possano essere delle modalità fondamentali con cui l'essere umano impara e si sviluppa.

“Ogni EBS è costituita da processi la cui unità più piccola, la Funzione, coinvolge sia elementi psichici sia corporei: posturali, muscolari, fisiologici, neuro-endocrini, ma anche emotivi, cognitivi.”

Queste forme **sono delle Esperienze che ogni essere umano attraversa** e che per la loro importanza egli definisce **di Base**. Attraversando queste **Esperienze Basilari**, l'essere umano, dall'inizio e durante tutta la sua vita, le consolida, completando il suo **sviluppo Evolutivo**.



Un'Esperienza di Base del Sé è dunque una configurazione di Funzioni dove ogni Funzione, unità più piccola del

funzionamento, assume una modalità, una “forma” caratteristica e coerente con l’esperienza vitale che l’organismo vuole compiere nel mondo.

In altre parole, le **Funzioni** si organizzano **in una configurazione caratteristica di quell’Esperienza di Base**, nel modo più adattivo al raggiungimento del Bisogno che l’organismo vuole soddisfare.

Il nuovo concetto di Esperienze Basilari del Sé (EBS)

Tale concetto (Rispoli, 1994) rende conto dell’interrelazione profonda fra psichico e somatico, perché **ogni EBS è costituita da processi la cui unità più piccola, la Funzione**, coinvolge sia **elementi psichici**

sia corporei: posturali, muscolari, fisiologici, neuro-endocrini, ma anche emotivi, cognitivi.

Il concetto di Esperienza è qui impiegato in una doppia asserzione: da un lato esperienza come processo per cui la **persona si coinvolge in un'attività con tutto il suo essere, con le emozioni, i pensieri, le sensazioni; dall'altro come il risultato di questo coinvolgimento: quello che la persona acquisisce, impara, assimila da questo processo.**

“Rispoli concepisce le EBS come Esperienze Basilari nell'età evolutiva e come Funzionamenti di Fondo generatrici di Capacità”

Per questo motivo Rispoli concepisce le **EBS** come **Esperienze fondamentali nell'età evolutiva**; e come **Funzionamenti di Fondo** in quanto generatrici di Capacità che la persona acquisisce grazie al vissuto ripetuto di queste particolari Esperienze durante lo sviluppo evolutivo, dall'inizio fino alla fine della sua vita.

Così le EBS sono sempre **Funzionamenti**, ma si aggiunge un'altra considerazione: sono i Funzionamenti ad essere alla base, "alla radice" dei comportamenti, emozioni, pensieri.

Rispoli riconosce un **importante potere “strutturante” della persona** e delle sue relazioni con l’ambiente a queste Esperienze, perciò chiamate basilari o fondamentali.

Durante lo sviluppo evolutivo queste Esperienze **sono vissute nella relazione con l’altro e con l’ambiente**, e perciò concepite anche come esperienze di relazione che **la persona realizza**, ripetutamente e **interagendo** con l’ambiente, per sentire, muoversi, imparare, entrare in relazione, vivere.

Il concetto di EBS ci permette di spiegare e di capire come il bambino sperimenta la realtà mettendo in moto configurazioni di Funzionamenti, e passando da un'organizzazione di Funzioni ad un'altra, in modo adattivo.

Sperimentare diverse situazioni con diverse combinazioni congruenti di Funzioni, gli permette di consolidarle, di costruire Capacità (apprendimento), e di evolversi (sviluppo evolutivo).

“Utilizzare le Esperienze di Base del Sé in terapia significa andare a incidere su questi funzionamenti a monte, delle innumerevoli situazione specifiche della vita di una persona”

Confronto con altri modelli

L'approccio Funzionale si allontana dalla teoria di Stern nel momento in cui specifica la natura delle esperienze, chiedendosi quali sono i loro costituenti che ne determinano la natura psichica e psi-co-corporea. La risposta, ancora una volta, sta nel concetto di "Funzioni".

Gli involucri sarebbero così costituiti da **processi Funzionali** legati in determinate e caratteristiche associazioni, proprio quelle che il bambino avrà estrapolato come costanti dall'incontro con l'ambiente.

Queste configurazioni di Funzioni si aggregeranno intorno ad una particolare sequenza di eventi per andare a prendere

una forma, una caratterizzazione riconoscibile che andrà a determinare proprio quell'esperienza specifica.

Ci sembra interessante focalizzare l'attenzione **sul concetto di esperienza** della **Jacobson** e il ruolo che questa viene ad assumere nello sviluppo complessivo dell'individuo.

Per l'autrice **le modalità di esperienza si collocano lungo un continuum all'interno del quale è possibile sperimentare sensazioni e vissuti di piacevolezza e spiacevolezza**, secondo dove queste esperienze si collocano.

La reiterazione di tali esperienze, il coinvolgimento di più e contemporanei processi durante le stesse e la centralità delle relazioni e della loro qualità nell'andare a determinare la natura degli eventi, collocano la visione della Jacobson molto vicina a **quella Funzionale. Ciò che cambia radicalmente** è la natura interiorizzata di tali **esperienze**. Nel caso dell'autrice queste condurrebbero a una crescente rappresentazione di sé e dell'oggetto esterno, mentre le relazioni, oltre che reali, sarebbero ampiamente fantasticate e s'interiorizzerebbero in immagini oggettuali, prodromi delle relazioni interiorizzate.

Per la **Psicologia Funzionale** tutto ciò si collocherebbe su di un versante realtà fattuale, **dove sono le Funzioni che si modificano tramite la relazione e non le immagini a esse collegate.**

La variazione delle Funzioni cambierebbe a sua volta la qualità dell'esperienza nella sua caratterizzazione globale, che verrebbe a determinare la natura prevalentemente piacevole o spiacevole dell'evento interattivo.

EBS, Funzionamenti di fondo e Psicoterapia

Per capire bene la rivoluzione a livello della **metodologia psicoterapeutica** apportata dal concetto di **Esperienze Basilari del Sé**

concepito come Funzionamento di fondo, Rispoli spiega che **nella pratica esistono due modalità fondamentali di concepire una terapia:**

1. la prima è **quella che agisce sugli eventi più specifici e sui particolari che caratterizzano il comportamento delle persone;**
2. la seconda intende **la terapia come un intervento mirato sui funzionamenti a monte di tutte le situazioni particolari che si possono creare nella vita delle persone.**

Utilizzare le Esperienze di Base del Sé in terapia **significa andare a incidere su questi funzionamenti a monte.**

Intervenire sui Funzionamenti di Fondo permette di lavorare sul “profondo” della persona, con il vantaggio di non dover considerare gli innumerevoli particolari che possono essere presenti in una determinata situazione della vita della persona: di conseguenza anche le tecniche psicoterapeutiche non devono occuparsene.

Le tecniche Funzionali per il recupero delle EBS **sono uguali per tutte le persone**, perché le EBS sono specie-specifiche, e possiamo ipotizzare che tutti gli esseri umani le attraversino nello stesso modo, cioè con una stessa configurazione di Funzioni che le contraddistingue.

Agendo sulle Esperienze di Base, si può agire sulle caratteristiche di questi Funzionamenti di fondo in modo chiaro e diretto.

Quando la psicoterapia Funzionale innesta il cambiamento vero e proprio della persona, non si tratta di aggiustare “riproduzioni” o ricordi degli eventi del passato. Il vero cambiamento è nei Funzionamenti delle persone e non nei vissuti.

Non c'è nessun “come se” che possa avere efficacia e produrre cambiamenti.

Piuttosto modificheremo realmente e concretamente le tracce che gli eventi del

passato hanno lasciato nei Funzionamenti profondi di base dell'organismo, e le modalità alterate che essi hanno acquisito. In questo modo la **terapia può risultare molto più efficace**, limpida nelle sue tecniche e semplificata nei suoi processi ancorché complessa nel suo quadro generale.



LA SEF

è una Scuola di Psicoterapia riconosciuta dal MIUR (D.M. 1611 del 2000), dalla EABP (European Association for Body-Psychotherapy) dal 1999 e dal CSITP (Comité Scientifique Internationale de Thérapie PsychoCorporelle) già dal 1987. È iscritta al CNSP (Coordinamento Nazionale delle Scuole in Psicoterapie) e al CNCP (Coordinamento Nazionale Counselor Professionisti).

La nostra Scuola fornisce 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.

SEDI SEF

Napoli, Catania, Padova, Roma, Trieste

REFERENTI IN ALTRE CITTÀ

Benevento, Firenze, Foggia, Messina, Milano, Parma



LA SIF

Società Italiana di Psicoterapia Funzionale Struttura nazionale di ricerca. Associazione nazionale di professionisti formati in base ai principi del Modello Funzionale. promuove e indirizza la ricerca e l'approfondimento del Neo-Funzionalismo.

ISTITUTI CLINICI

Agrigento, Brescia, Catania, Napoli, Padova, Palermo, Roma, Trieste

Crediamo nella ricerca, nella formazione e nella crescita professionale; per questo motivo proponiamo un ventaglio formativo molto ampio che parte dal corso di Specializzazione in Psicoterapia Funzionale (riconosciuta dal

Miur, 5 sedi in Italia), seminari e workshop gratuiti, Corsi ECM, aggiornamenti continui, fino ad arrivare ai Master Specialistici, ai Corsi per Counselor Professionista.

Ogni anno, per la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Funzionale, sono previste Borse di Studio.

Per informazioni

Telefono: 081.03.22.195 (Sede Centrale)

Email: formazione@psicologiafunzionale.it

Sito: www.psicologiafunzionale.it

Blog: <https://www.psicologiafunzionale.it/blog>

[Diventa Psicoterapeuta!](#)