

CONTATTO E PROCESSO TERAPEUTICO NELLA PSICOTERAPIA ORGANISMICA

Ci sono molte persone che hanno bisogno di contatto più che di semplici parole per poter stabilire un'autentica connessione all'interno del processo terapeutico. Sanno che in loro e nelle loro relazioni interpersonali c'è qualcosa di sbagliato e vanno alla ricerca di qualcuno con cui parlare, ma non sanno perché l'esame verbale dei loro dilemmi non riesca a penetrare il nucleo del problema, che come essi vagamente intuiscono è al di là delle loro possibilità.

Il nucleo del problema è costituito dal fatto che l'individuo affronta la maturità inconsapevole dei suoi bisogni primari. La maggior parte degli adulti, nella nostra cultura non hanno avuto la possibilità, durante la prima infanzia, di un'interazione con i genitori che potesse risvegliare in modo naturale e nutrire quei bisogni primari che in seguito formeranno le basi di un comportamento adulto soddisfacente.

Perché allora i bisogni di base non emergono e non sono soddisfatti nella maturità? Il bambino assume inconsciamente la tendenza genitoriale che rende impossibile la soddisfazione dei bisogni primari. Per cui dall'infanzia in poi viene a crearsi una collisione cronica a livello della superficie del corpo tra i bisogni emotivi insoddisfatti e la tendenza semi conscia a negare senza speranza, che deriva da una funzione del pensiero sempre più isolata. Una terapia verbale, se non è associata al contatto nutritivo, tenderà a rinforzare piuttosto che a indebolire un modo di essere che per sopravvivere fa riferimento alla testa.

Come può allora, il terapeuta creare un ambiente in cui possono emergere i bisogni primari? Il terapeuta afferma sia verbalmente che empaticamente le difese del suo cliente considerando le un saggio modo di sopravvivenza durante la prima infanzia. Il terapeuta trasmette attraverso il suo essere, nel movimento e nell'atteggiamento positivo verso il paziente, la sensazione che questo può essere sicuro di esprimersi pienamente nel corpo sia verbalmente che corporeamente. Gli trasmette la supposizione stimolante secondo cui vivere pienamente è ciò che più conta a questo mondo. Tutto ciò fornisce una continuità di supporto che può consentire al paziente sperimentalmente e momentaneamente di scendere dalla sua testa verso la rabbia, l'angoscia, la piena panoplia che hanno circondato l'insoddisfazione dei bisogni primari sin dalla sua prima infanzia.

Come può il terapeuta risvegliare nella consapevolezza del suo paziente i suoi bisogni primari? Tocandolo. Lui o lei toccheranno il paziente lì dove il suo organismo può iniziare ad accettare un po' di nutrimento: la testa, le mani, i piedi... E lo fa quando si sente pronto. Quando tocca di sua iniziativa o su suggerimento del cliente, è in grado di mantenere un contatto fermo, prolungato e chiaro; focalizzato non tanto sulla muscolatura volontaria quanto sul nucleo dell'organismo in modo da permettere un arricchimento dalla fluidità del sangue.

Sente ed asserisce attraverso le sue mani le ondate inconse di movimento interno del paziente, poi indietreggiando può osservare senza pregiudizio.

Sia che il paziente emetta suoni spontanei, un colpo di tosse, un piagnucolio o delle esperienze immaginative in relazione al proprio passato incompleto, oppure esprima immagini di proporzioni archetipiche che riflettono un'attività autonoma vegetativa profonda, egli sa per esperienza che questi sono segni del risvegliarsi del nucleo contratto del paziente. Non appena il paziente è in grado di osservare questi

CONTATTO E PROCESSO TERAPEUTICO NELLA PSICOTERAPIA ORGANISMICA

fenomeni (inizialmente stimolato dal terapeuta), esplorandoli in movimento o in stati di quiete profonda, incomincia a riavvicinarsi al proprio senso interiore. La capacità di sostenere tale senso interiore, mentre qui ed ora ne sono affrontate le difficoltà e mentre sono espresse memorie, emozioni e traumi della prima infanzia, fornisce una sempre maggior focalizzazione dei bisogni primari.

Questi bisogni primari insoddisfatti emergono in primo luogo per permettere al sé di stabilire delle fondamenta corporee che dipendono dalla natura della menomazione individuale. Dal profondo della pancia emerge, il bisogno e la capacità di un atteggiamento positivo verso sé stessi e di essere autosufficienti; dalla parte superiore posteriore del corpo emerge il bisogno emotivo di comprensione del mondo internamente ed esternamente, piuttosto che di conquista. Dalla regione del petto si sviluppa lentamente il bisogno e la capacità di amare e di essere amati, dalla parte posteriore inferiore del corpo e dalle pelvi emerge in modo più lento un atteggiamento che riesce a soddisfare gli altri bisogni. Solo se possiamo osservare quotidianamente dall'interno, i molteplici segnali che provengono dai nostri saggi corpi, è possibile dissipare la nostra rigidità, il nostro isolamento e riscoprire profonde verità circa noi stessi.