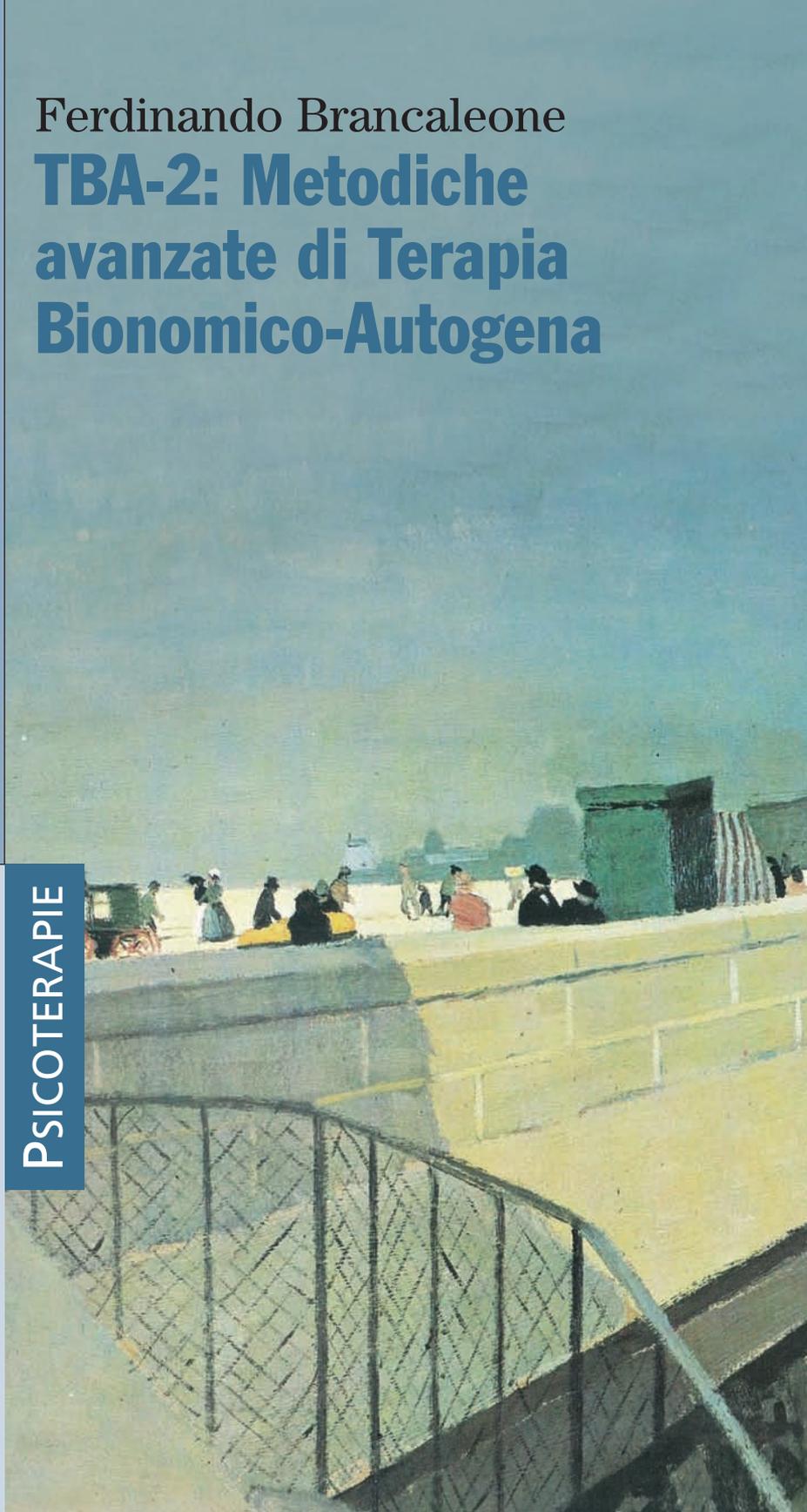


Ferdinando Brancaleone  
**TBA-2: Metodiche  
avanzate di Terapia  
Bionomica-Autogena**

PSICOTERAPIE

**FrancoAngeli**





I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Ferdinando Brancaleone  
**TBA-2: Metodiche  
avanzate di Terapia  
Bionomica-Autogena**

**FrancoAngeli**

PSICOTERAPIE

*In copertina: Félix Vollotton, Le Pont-Neuf, 1901*

Copyright © 2011 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

# Indice

<b>Presentazione</b> , di <i>Gianfranco Buffardi</i>	pag. 13
<b>1. Introduzione</b>	» 17
<b>2. Modificazione Autogena</b>	» 23
1. I “proponimenti” secondo J. H. Schultz	» 24
1.1. Formulazione dei Proponimenti	» 25
2. La Modificazione Autogena secondo W. Luthe e L. Peresson	» 27
2.1. Formule intenzionali	» 27
2.2. Formule d’organo specifiche	» 30
2.3. Modalità operative	» 31
<b>3. Neutralizzazione Autogena</b>	» 33
1. Dal Training Autogeno di Base alla Neutralizzazione Autogena	» 35
1.1. I deflussi autogeni	» 36
1.2. Ipotesi esplicative	» 38
1.3. Condizioni preliminari	» 43
2. Abreazione Autogena	» 45
2.1. Prima fase: colloquio preliminare	» 46
2.2. Seconda fase	» 49
2.2.1. Sottofase di induzione	» 49
2.2.2. Sottofase di latenza	» 51
2.2.3. Sottofase iniziale	» 52
2.2.4. Sottofase centrale	» 53

2.2.5.	Sottofase finale	pag. 57
2.3.	Le “resistenze”	» 60
2.3.1.	Resistenze antagoniste	» 61
2.3.2.	Resistenze facilitanti	» 64
2.3.3.	Resistenze essenziali	» 65
2.3.4.	Resistenze psicofisiologiche	» 67
2.3.5.	Resistenze e accettazione passiva	» 68
2.3.6.	La gestione delle resistenze	» 69
2.4.	La “sinfonia” del cervello	» 70
2.4.1.	Rotazione tematica	» 71
2.4.2.	Ripetizione tematica	» 72
2.4.3.	Modificazione tematica	» 72
2.4.4.	Analogie e antitesi tematiche	» 73
2.4.5.	Anticipazione tematica	» 74
2.4.6.	Regressione, progressione e verifica tematica	» 74
2.5.	Elaborazioni abreattive	» 75
2.5.1.	Elaborazioni visive	» 75
2.5.2.	Elaborazioni uditive	» 76
2.5.3.	Elaborazioni gustative	» 77
2.5.4.	Elaborazioni olfattive	» 77
2.5.5.	Elaborazioni vestibolari	» 78
2.5.6.	Elaborazioni motorie	» 79
2.5.7.	Elaborazioni sensorie	» 79
2.6.	Forme di conclusione diretta dal cervello	» 79
2.7.	Colloquio post-abreattivo e “homework” (lavoro a casa)	» 80
2.8.	Frequenza e durata delle sedute	» 83
3.	La Verbalizzazione Autogena	» 84
3.1.	La tecnica della Verbalizzazione Autogena	» 85
4.	Indicazioni e controindicazioni della Neutralizzazione Autogena	» 89
4.1.	Capacità abreattiva	» 89
4.2.	Strutturazione psicopatologica. Indicazioni e controindicazioni	» 90
5.	Esemplificazioni di Neutralizzazione Autogena	» 93

5.1.	Caso 1 [ <i>Fase iniziale di Abreazione Autogena</i> ]	pag. 93
5.2.	Caso 2 [ <i>Abreazione Autogena: terza, sesta, settima seduta</i> ]	» 94
5.3.	Caso 3 [ <i>Abreazione Autogena: diciottesima seduta. Neutralizzazione avanzata multitematica</i> ]	» 96
5.4.	Caso 4 [ <i>Verbalizzazione Autogena: modalità di secondo tipo, monotematica plurifocalizzata</i> ]	» 97
<b>4.</b>	<b>Training Autogeno Superiore (T.A.S.)</b>	» 101
1.	Dal “somatico” allo “psichico”	» 102
1.1.	Commutazione autogena e attività immaginativa	» 104
1.2.	Unità biopsichica	» 106
2.	Condizioni preliminari	» 107
2.1.	Commutazione autogena: “velocità” e “durata”	» 108
2.2.	Condizioni generali e ambiente	» 109
2.3.	Atteggiamento iniziale	» 110
3.	Il Training Autogeno Superiore secondo J. H. Schultz	» 111
3.1.	Esperienza del colore personale	» 113
3.2.	Esperienza dei colori suggeriti dal terapeuta	» 115
3.3.	Visualizzazione di oggetti concreti	» 116
3.4.	Visualizzazione allegorica o simbolica di concetti	» 117
3.5.	Presa di coscienza della propria vita interiore (“esperienza personale”)	» 119
3.6.	Visualizzazione di persone determinate	» 120
3.7.	Dialogo con l’inconscio (domande e risposte)	» 122
3.8.	Stesura del protocollo (diario)	» 124
4.	Orientamenti teorico-applicativi del Training Autogeno Superiore	» 126
4.1.	Il T.A.S. secondo W. Luthe	» 126
4.2.	Il T.A.S. secondo T. Bazzi	» 129
4.3.	Il T.A.S. secondo K. Thomas	» 132
4.4.	Il T.A.S. secondo H. Wallnöfer	» 134
4.5.	Il T.A.S. secondo L. Masi	» 138
4.6.	Il T.A.S. secondo L. Peresson	» 141

4.6.1.	Principi applicativi della metodica superiore secondo L. Peresson	pag. 143
4.6.2.	Svolgimento delle sedute e “fase interim”	» 146
5.	Training Autogeno Superiore e Logoanalisi Esistenziale	» 148
5.1.	La Logoanalisi Esistenziale	» 149
5.1.1.	Logoanalisi Coscienziale	» 150
5.1.2.	Logodinamica Analitico-Esistenziale	» 152
5.2.	Applicazioni cliniche	» 154
6.	Il T.A.S.-Group (Training Autogeno Superiore in gruppo)	» 154
6.1.	Il Gruppo in terapia	» 154
6.1.1.	Appoggio o sostegno	» 155
6.1.2.	Stimolo	» 155
6.1.3.	Verbalizzazione	» 156
6.1.4.	Interpretazione	» 156
6.1.5.	Risonanza	» 157
6.1.6.	Ruolo del terapeuta	» 157
6.2.	Il Training Autogeno Superiore in gruppo	» 157
6.2.1.	Procedimento tecnico del T.A.S.-Group	» 158
7.	Indicazioni e controindicazioni del Training Autogeno Superiore	» 160
7.1.	Indicazioni	» 160
7.2.	Controindicazioni	» 163
<b>5.</b>	<b>Il metodo del “Doppio Binario”</b>	» 165
1.	I presupposti del metodo: E. Kretschmer	» 165
1.1.	La “Tiefenperson”	» 166
1.2.	Meccanismi iponoiici e ipobulici	» 166
1.3.	La “nevrosi” secondo E. Kretschmer	» 168
2.	La prassi terapeutica	» 169
2.1.	Presupposti	» 169
2.2.	Il procedimento standard secondo E. Kretschmer	» 170

2.3.	Il procedimento a “doppio binario” secondo T. Bazzi	pag. 171
2.4.	Il procedimento a “doppio binario” secondo L. Masi	» 173
2.4.1.	Binario psicosomatico	» 174
2.4.2.	Binario cognitivo-affettivo	» 175
2.4.3.	Condotta terminale	» 177
2.4.4.	Sintesi mente-corpo	» 179
3.	Indicazioni e controindicazioni del “doppio binario”	» 180
3.1.	Indicazioni	» 180
3.2.	Controindicazioni	» 182



*A Luciana  
e Riccardo Maria,  
dai quali ho ricevuto  
più di quanto, forse,  
abbia saputo dare*



## Presentazione

Io penso che, come un giardiniere che ripulisce dagli intralci il giardino, sia possibile rimuovere gli ostacoli che impediscono il vero sviluppo individuale.

J. H. Schultz

Non posso accingermi a presentare *TBA-2* di Ferdinando Brancaleone senza riferirmi in incipit al precedente testo, *TBA: Terapia Bionomica-Autogena*, di cui questo volume di Brancaleone è il naturale completamento, come sancito inequivocabilmente dal titolo.

Il precedente lavoro aveva il dichiarato scopo di ricondurre una metodologia di intervento psicologico, notissima anche al grande pubblico non specialistico, nell'alveo naturale della psicoterapia bionomica, così come l'aveva concepita il suo creatore J. H. Schultz; un'operazione necessaria per contrastare la banalizzazione che nel tempo ha subito il Training Autogeno, relegato a "metodo di rilassamento", patrimonio tecnico di improvvisati trainer.

La terapia bionomica schultziana, attraverso l'acribia analitica di Brancaleone, riassume il ruolo centrale di un potente strumento di cura, sperimentato "sul campo" ben più profondamente di coeve esperienze terapeutiche, che hanno ricevuto il plauso internazionale più per il loro impianto teorico che non per il loro reale risultato clinico (si pensi alle diverse teorizzazioni nate dalla psicoanalisi di Freud).

Proprio dal richiamo alla bionomia, la psicoterapia schultziana, che vede ciascun individuo, unico a causa di un suo personale piano di vita, obbligato ad autorealizzarsi secondo le sue specifiche potenzialità, secondo le sue personali caratteristiche individuali, è un modello che riconosce la completa integrazione tra somatico e mentale. Schultz è figlio del suo tempo, di quel tempo in cui la grande esperienza clinica tedesca realizzava la psicopatologia, l'indagine sull'"uomo totale" nel coniugarsi delle proprie esperienze esistentive proposta da Jaspers. Ed è un tempo che, dopo 60 anni di riduzionismo biochimico, ancor prima che biologico, ritrova nuova linfa attraverso le scoperte neuroscientifiche che rendono omaggio alle intuizioni di Schultz, riconoscendone l'attuale validità.

Parto, dunque, dal primo volume di Brancaleone, che ha riconosciuto al

training autogeno, noto a tutti, il grande statuto di una psicoterapia clinicamente complessa.

Il secondo volume, che tratta delle Metodiche avanzate di Terapia Bionomica-Autogena, richiama lo stile, l'impostazione e l'acribia del primo, ma si dà un compito affatto diverso: e ciò perché, a differenza del training autogeno somatico, la modificazione autogena, la neutralizzazione autogena e il training autogeno superiore sono noti solo agli psicoterapeuti bionomici e a un limitato pubblico di fruitori.

Da qui il compito di dar voce alle meno note esperienze di ricerca ed esperienze cliniche degli epigoni di Schultz, che hanno completato il percorso proposto dal maestro in sole 48 pagine della sua opera, ampliandolo e arricchendolo.

Brancaleone si rifà a Wallnöfer, Luthe, Thomas, al suo maestro Peresson per sottolineare come il percorso bionomico favorisca quello "sviluppo individuale" che è la meta schultziana, così come riportato da me in esergo.

Dal testo, ricco di esempi tratti dalla grande esperienza di psicoterapeuta e di formatore di Brancaleone, emerge però anche altro.

In primis, Brancaleone riesce a evidenziare la duttilità della terapia bionomica, la sua plasmabilità e convertibilità alle esigenze della relazione d'aiuto in corso (consentendo ampio margine di operatività anche in situazioni "non cliniche"), qualità che necessitano comunque di una profonda conoscenza formativa dello psicoterapeuta. È questa la cifra che ha reso così universalmente noto il training autogeno somatico e che ritroviamo inalterata, anzi, se possibile, potenziata nelle metodiche superiori, come emerge dalla traduzione teorica del canadese Luthe e dalle esperienze cliniche del friulano Peresson.

In secundis, Brancaleone sottolinea l'adattabilità delle terapie bionomiche superiori, particolarmente del T.A.S., a diversi modelli psicologici; lo rende fortemente evidente quando confronta la modalità di gestione del T.A.S. secondo il modello meditativo di Luthe, con quella analitica di Wallnöfer o quella abreattivo-catartica di Masi. Così come, approfondendo la questione metodologica, sottolinea la diversa soluzione procedurale del metodo del "doppio-binario" tra Kretschmer, Bazzi e Masi. Fino a raggiungere, al termine del capitolo, quella metodologia legata al modello neoesistenziale di cui è egli stesso artefice e propugnatore (insieme, più modestamente, al sottoscritto).

Infine è qualità preclara della terapia bionomica la sua capacità "integrativa"; nascendo da concrete esperienze cliniche, non riducendo i propri assunti teorici a un determinismo inalienabile, essa è in grado di dialogare con la maggior parte delle altre psicoterapie, senza stridori e con-

trasti; può essere l'utile avvio di un processo di cura così come l'ulteriore intervento in un rapporto complesso che è scivolato in una fase di stallo, ma può interpretare anche una delle tracce di un lavoro condotto contemporaneamente su più binari.

Quel che appare singolare, ed è merito di una saggia e non pesante conduzione "didattica" dell'autore, è che le idee espresse, fin qui descritte, non emergono da un tessuto critico, storico o opinionistico, ma da un discorso compiutamente sistematico, che conduce il lettore per tutti i passaggi necessari ad acquisire competenza della tecnica operativa e dei presupposti teorici.

E non ci troviamo neanche di fronte al mastodontico e insopportabile "manuale" (μέγα βιβλίον, μέγα κακόν), ma a un agevole testo che trasferisce l'ulteriore approfondimento teorico a un amplissimo corredo di rimandi bibliografici, opportunamente commentati.

Credo che Ferdinando Brancaleone abbia costruito con i due volumi editi per i tipi della Franco Angeli, il testo di riferimento per tutti coloro che si affacceranno alla terapia bionomica; un testo che, grazie alla ricchezza dell'apparato critico, è l'ideale trait-d'union tra tutti gli scritti della letteratura schultziana, un'opera la cui necessità era da tempo avvertita nel mondo della psicoterapia autogena e bionomica. E di questo ne siamo grati all'autore.

*Gianfranco Buffardi*

Presidente dell'Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali

Napoli, sede dell'ISUE, dicembre 2010



## 1. Introduzione

Facendo seguito al volume *TBA: Terapia Bionomico-Autogena*, l'intento fondamentale di questo libro è quello di presentare, in maniera sufficientemente organica e "strutturata", l'evoluzione della Terapia Bionomico-Autogena, a partire dal Training Autogeno di Base e dalla Modificazione Autogena, attraverso una serie di "metodiche avanzate", proposte e messe a punto inizialmente da J. H. Schultz, poi dai suoi più stretti allievi e collaboratori, e quindi da eminenti clinici e studiosi della metodica schultziana.

J. H. Schultz, "già al IV Congresso di Psicoterapia svoltosi a Bad Nauheim nell'aprile del 1929, riferì per la prima volta le possibilità che il T.A.<sup>1</sup> offriva all'introspezione di sé, in un intervento dal titolo *Livelli elevati di compiti nel Training Autogeno*. Con questa sua relazione, Schultz apriva la strada alla differenziazione, poi attuata, tra livello 'inferiore' e 'superiore' del T.A."<sup>2</sup>.

Come afferma L. Peresson, "nel II volume dell'edizione italiana dell'opera di J. H. Schultz *Das Autogene Training*<sup>3</sup> [...], il creatore del T.A. pone come sottotitolo al volume la dizione 'esercizi superiori' a indicare la prosecuzione del metodo dal somatico allo psichico"<sup>4</sup>. È da tener presente, comunque, che "mentre la storia degli 'esercizi inferiori' è alquanto ricca e complessa per proposte teoriche, sperimentazioni cliniche e applicazioni terapeutiche, quella degli 'esercizi superiori' è al contrario assai scarna. Lo

<sup>1</sup> La sigla T.A. sta a indicare letteralmente (e in senso ristretto) il Training Autogeno, ma per esteso si riferisce a tutto il complesso delle metodiche afferenti alla terapia Bionomico-Autogena.

<sup>2</sup> Peresson L., *Trattato di psicoterapia autogena. Il training Autogeno superiore a orientamento analitico* (vol. 4), Piovano, Abano Terme, 1987, p. 12.

<sup>3</sup> Il volume è stato tradotto in italiano e curato da G. Crosa per i tipi di Feltrinelli nel 1971 (I e.).

<sup>4</sup> Peresson L., *Trattato di psicoterapia autogena. Il Training Autogeno Superiore a orientamento analitico* (vol. 4), cit., p. 11.

sta a dimostrare, tra l'altro, il fatto che lo stesso Schultz dedica alla presentazione del T.A.S.<sup>5</sup> soltanto 48 pagine della sua pur poderosa monografia<sup>6</sup>.

Anche D. Langen, allievo e stretto collaboratore di Schultz, nella raccolta (da lui curata) degli scritti del Maestro, compresi tra il 1926 e il 1961, dal titolo *Der Weg des autogenen Trainings*, “ne fa solo accenni assai vaghi e anche dal punto di vista del procedimento tecnico non offre precise direttive”<sup>7</sup>.

Sulla stessa linea si pongono altri studiosi del metodo bionomico-autogeno, come K. R. Rosa<sup>8</sup>, K. Thomas<sup>9</sup> e G. Eberlein<sup>10</sup>, nel senso che anche essi, seppure abbiano tentato di affrontare e chiarire il discorso relativo al T.A. Superiore, non hanno offerto contributi sostanziali all'approfondimento teorico-clinico relativo a tutta una serie di ampie possibilità “avanzate” di utilizzazione dello stato di “commutazione autogena” a fini terapeutici.

Differente, invece, è la qualità del contributo offerto da H. Wallnöfer<sup>11</sup> e da R. Durand de Bousingen<sup>12</sup>, i quali hanno chiarito alla comunità scientifica l'importanza delle potenzialità e delle ricche implicazioni terapeutiche delle metodiche bionomico-autogene “superiori” (o “avanzate”), specialmente in occasione del III Congresso Internazionale C.I.S.S.P.A.T., celebrato presso la Repubblica di S. Marino, nel maggio 1978.

“Un discorso a sé merita la personale interpretazione di W. Luthe”<sup>13</sup>, al quale “si deve la più puntuale e articolata messa a punto della metodologia bionomico-autogena in chiave terapeutica, di vaste proporzioni e di interessanti e molteplici applicazioni”<sup>14</sup>.

<sup>5</sup> La sigla T.A.S., nella letteratura relativa alla Terapia Bionomico-Autogena, sta a indicare, di solito, la metodica del “Training Autogeno Superiore”.

<sup>6</sup> Peresson L., *Trattato di psicoterapia autogena. Il Training Autogeno Superiore a orientamento analitico* (vol. 4), cit., p. 11.

<sup>7</sup> Ivi, p. 11.

<sup>8</sup> Cfr. Rosa K. R., *Das ist die Oberstufe des autogenen Trainings*, Kindler, Zürich, 1975.

<sup>9</sup> Cfr. Thomas K., *Autoipnosi e training autogeno*, Mediterranee, Roma, 1976<sup>1</sup>.

<sup>10</sup> Cfr. Eberlein G., *Training autogeno per progrediti*, Feltrinelli, Milano, 1978.

<sup>11</sup> Sino agli anni Settanta del ventesimo secolo, “il lavoro forse più completo apparso in lingua italiana sul T.A.S. è quello di H. Wallnöfer, pubblicato in *Psicoterapie* (Edizioni C.I.S.S.P.A.T., Padova, 1978) dal titolo *Tecniche analitiche nel ciclo superiore del Training Autogeno*” (in Peresson L., *Trattato di psicoterapia autogena. Il Training Autogeno Superiore a orientamento analitico*, vol. 4, cit., p. 12).

<sup>12</sup> Cfr. de Bousingen Durand R., “Fenomeni trasferenziali e controtrasferenziali nel Training Autogeno – Approccio psicoanalitico – Conseguenze pratiche e tecniche”, *Psicoterapie*, C.I.S.S.P.A.T., Padova, numero unico, 1978.

<sup>13</sup> Peresson L., *Trattato di psicoterapia autogena. Il Training Autogeno Superiore a orientamento analitico* (vol. 4), cit., p. 12.

<sup>14</sup> Brancaleone F., *TBA: Terapia Bionomico-Autogena. Fondamenti, principi, tecniche e applicazioni*, FrancoAngeli, Milano, 2010, p. 28.

Agli studi e alle approfondite ricerche cliniche di Luthe si sono riferiti tutti i più seri studiosi delle metodiche autogene “superiori”, a partire dagli anni Ottanta del Novecento fino ai nostri giorni, come per esempio L. Peresson, T. Bazzi, R. Giorda, L. Masi (solo per citare qualche nome di studiosi italiani).

Per W. Luthe, “l’indirizzo bionomico rappresenta la base e il presupposto di un gruppo di approcci [...] di carattere psicofisiologico, che vanno a costituire quella che egli ha denominato *Terapia Autogena*<sup>15</sup> e che ha presentato nelle sue varie e diversificate implicazioni in sei volumi, scritti in parte in collaborazione con lo stesso Schultz (primi tre volumi) e parte dopo la morte del Maestro”<sup>16</sup>.

Come afferma Luthe, “al contrario di altre terapie o forme di trattamento di natura medica o psicologica [...], i metodi di terapia autogena interessano contemporaneamente sia le funzioni mentali che quelle fisiche”<sup>17</sup>. Per lui, tale tipo di terapia “in tanto assume valore in quanto consente di usufruire delle implicazioni autoregolative bionomico-terapeutiche, prodotte dallo *stato autogeno* (caratterizzato dall’*Umschaltung*, o ‘deconnessione organismica’)”<sup>18</sup>, attraverso cui “i processi spontanei ‘pilotati dal cervello’ determinano un’autonormalizzazione a livello psichico e fisico”<sup>19</sup>.

In altri termini, dal punto di vista clinico, “gli effetti terapeutici delle varie metodiche autogene indicate da Luthe, a opera dell’*Umschaltung* e dei conseguenti meccanismi cerebrali autoregolatori e autonormalizzanti, risultano diametralmente opposti rispetto alle *tendenze abionomiche* [...], acquisite dall’organismo”<sup>20</sup>, “consentendo per tal via un riequilibrio dell’unità psicobiologica disturbata”<sup>21</sup>.

<sup>15</sup> Cfr. Luthe W., Schultz J. H., *Autogenic Therapy*, Grune & Stratton, New York (Vol. 1 “Autogenic Methods”, Vol. 2 “Medical Applications”, Vol. 3 “Application in Psychotherapy”), 1969; Luthe W., *Autogenic Therapy*, Grune & Stratton, New York (Vol. 4 “Research and Theory”, Vol. 5 “Dynamics of Autogenic Neutralization”), 1970; (Vol. 6 “Treatment with Autogenic Neutralization”), 1973.

<sup>16</sup> Brancaleone F., *TBA: Terapia Bionomico-Autogena. Fondamenti, principi, tecniche e applicazioni*, cit., p. 28.

<sup>17</sup> Luthe W., citato in Peresson L., *Studi sul Training Autogeno e altri saggi*, Piovan, Abano Terme, 1979, p. 46.

<sup>18</sup> Brancaleone F., *TBA: Terapia Bionomico-Autogena. Fondamenti, principi, tecniche e applicazioni*, cit., p. 29.

<sup>19</sup> Luthe W., citato in Peresson L., *Studi sul Training Autogeno e altri saggi*, cit., p. 46.

<sup>20</sup> Brancaleone F., *TBA: Terapia Bionomico-Autogena. Fondamenti, principi, tecniche e applicazioni*, cit., p. 29.

<sup>21</sup> Peresson L., *Studi sul Training Autogeno e altri saggi*, cit., p. 47.