

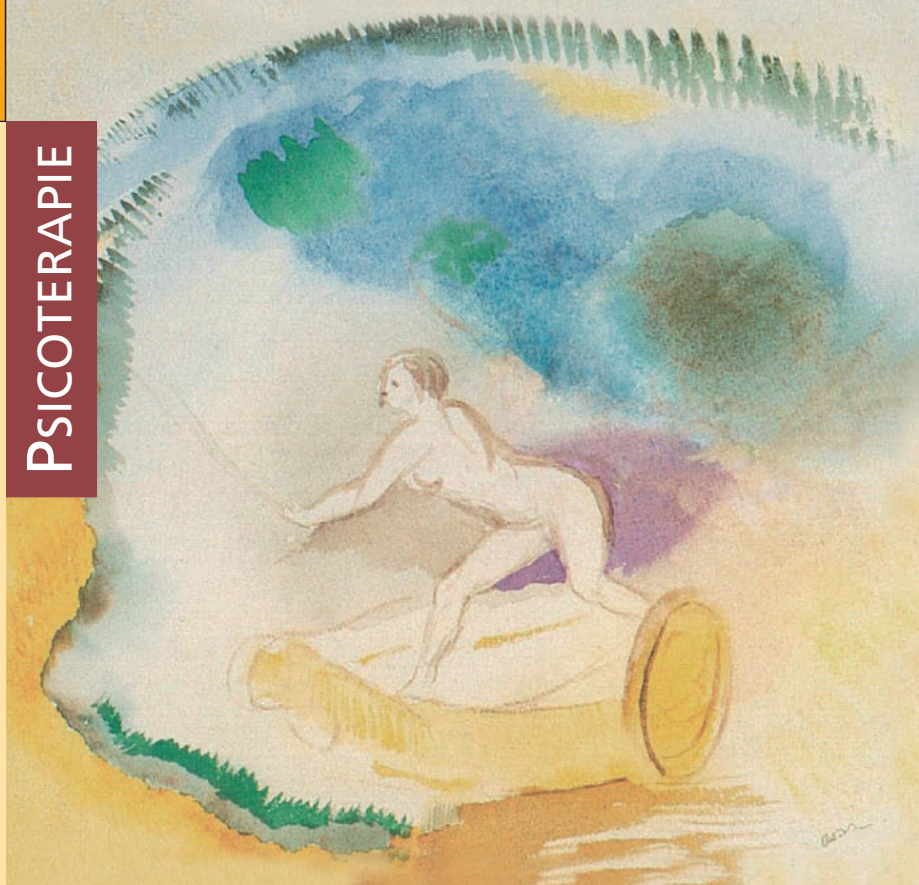
Manuale di analisi bioenergetica

A cura di
Vita Heinrich-Clauer

Edizione italiana a cura di
Nicoletta Cinotti e Maria Rosaria Filoni

PSICOTERAPIE

FrancoAngeli



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



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

Manuale di analisi bioenergetica

A cura di
Vita Heinrich-Clauer

Edizione italiana a cura di
Nicoletta Cinotti e Maria Rosaria Filoni

FrancoAngeli

PSICOTERAPIE

In copertina: Odilon Redon, Donna nuda su di un cocchio

Copyright © 2013 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.*

Indice

Introduzione dei presidenti

di *Patrizia Moselli (SIAB)*, *Ezio Zucconi Mazzini (SMIAB)*,
Giuseppe Carzedda (IIFAB)

pag. 11

Introduzione all'edizione italiana,

di *Nicoletta Cinotti e Rosaria Filoni*

» 15

Ringraziamenti

» 21

Prefazione

» 23

PARTE INTRODUTTIVA

1. I fondamenti dell'analisi bioenergetica

di *Philip M. Helfaer*

» 27

2. Che cos'è l'analisi bioenergetica?

di *Alexander Lowen*

» 40

PARTE PRIMA SÉ E RELAZIONALITÀ

Introduzione

di *Jörg Clauer*

» 57

1. Il Sé: le sue funzioni, i processi di attaccamento e le sue interazioni di <i>Guy Tonella</i>	pag.	62
2. Shock cefalico come corrispondente somatico del Falso Sé di <i>Robert Lewis</i>	»	111
3. Sessualità e rispetto di sé: un percorso attraverso i territori della vergogna di <i>Philip M. Helfaer</i>	»	125
4. Relazioni affettive e processi corporei di <i>Gabriella Buti Zaccagnini</i>	»	143
5. La risonanza corporea e la psicoterapia. Quali corde entrano in azione? di <i>Vita Heinrich-Clauer</i>	»	152
6. Corpo, relazione e transfert. Le tre dimensioni dell'analisi bioenergetica di <i>Violaine de Clerk</i>	»	168

PARTE SECONDA
IL LAVORO CON LE TEMATICHE SESSUALI.
SESSUALITÀ E AMORE

Introduzione di <i>Elaine Tuccillo</i>	»	193
1. Lavorare con il transfert sessuale di <i>Virginia Wink Hilton</i>	»	198
2. L'addome: un percorso verso la sessualità femminile di <i>Michèle Dupuy-Godin</i>	»	209
3. Sanare la scissione sessuale tra tenerezza e aggressività di <i>Bennett Shapiro</i>	»	217

4. Un percorso terapeutico con un uomo impotente <i>di Elisabeth C. Murray</i>	pag. 230
--	----------

PARTE TERZA
RISTABILIRE L'UNITÀ ANIMA-CORPO-MENTE
NELLE SITUAZIONI DI TRAUMA

Introduzione <i>di Divna Peric-Todorovic</i>	» 243
1. Vivere sulle sabbie mobili: il grounding e l'organizzazione psichica della personalità borderline <i>di Scott Baum</i>	» 248
2. Il trauma umano <i>di Robert Lewis</i>	» 275
3. Studio sul caso di una sopravvissuta alla tortura politica <i>di Maryanna Eckberg</i>	» 291
4. "... lasciare che il corpo continui a curarsi" <i>David Berceci incontra Vita Heinrich-Clauer/ Arist v. Schlippe</i>	» 310
5. Lo specchio di Perseo o le risorse terapeutiche del Flow and Peak <i>Sbloccare il corpo negli stati di shock e panico</i> <i>di Josette van Luytelaar</i>	» 319

PARTE QUARTA
TRATTAMENTO DEI DISTURBI PSICOSOMATICI
IN ANALISI BIOENERGETICA

Introduzione <i>di Ulrich Sollmann</i>	» 341
--	-------

1. Comprensione incarnata nel corpo: trattamento dei disturbi psicosomatici in analisi bioenergetica di <i>Jörge Clauer</i>	pag.	347
2. Una donna valorosa di <i>Carol Bandini</i>	»	372
3. Sintomi e malattie degli apparati respiratorio e gastrointestinale di <i>John M. Bellis</i>	»	387

PARTE QUINTA
INTEGRAZIONE CONCETTUALE
DEI RISULTATI DELLA RICERCA

Introduzione di <i>Vita Heinrich-Clauer</i>	»	401
1. Psicobiologia degli affetti <i>Conseguenze per una psicoterapia corporea</i> di <i>Helen Resneck Sannes</i>	»	406
2. Una nuova interpretazione dei concetti di catarsi ed autoregolazione <i>Considerazioni cliniche e scientifiche</i> di <i>Angela Klopstech</i>	»	418
3. Il contributo correlato di cognizione, affetto e comportamento motorio nei processi psicoterapeutici <i>Empatia e interazione come fattori di guarigione</i> di <i>Margit Koemeda-Lutz</i>	»	446

PARTE SESTA
VALUTAZIONE SCIENTIFICA
DELL'ANALISI BIOENERGETICA

Introduzione di <i>Christa D. Ventling</i>	pag. 471
1. L'efficacia della psicoterapia bioenergetica in pazienti con diagnosi riconosciuta ICD-10 <i>Una valutazione retrospettiva</i> di <i>Christa D. Ventling, Herbert Bertschi e Urs Gerhard</i>	» 476
2. Valutazione dell'efficacia della psicoterapia corporea in regime ambulatoriale (EEBP) <i>Uno studio multiplo in Germania e Svizzera</i> di <i>Margit Koemeda-Lutz, Martin Kaschke, Dirk Revenstorf, Thomas Scherrmann, Halko Weiss e Ulrich Soeder</i>	» 489
Gli autori del reader	» 509

Introduzione dei presidenti

*di Patrizia Moselli, Ezio Zucconi Mazzini, Giuseppe Carzedda**

Società Italiana di Analisi Bioenergetica – Patrizia Moselli

È con grande piacere che accolgo la versione italiana del Reader, che è stata così ben curata da due care socie Siab, Rosaria Filoni e Nicoletta Cinotti che hanno dedicato un enorme lavoro alla traduzione e all'editing dei testi.

Il Manuale rappresenta la vitalità e lo sviluppo dell'analisi bioenergetica negli ultimi anni ed era dunque importante che la sua letteratura fosse arricchita da tanti contributi interessanti.

Il volume spazia dai testi sul modo più classico di intendere l'analisi bioenergetica alle contaminazioni avvenute negli anni con le teorie dell'attaccamento e dell'infant research.

Il testo può rappresentare un'utile bussola, sia per il terapeuta bioenergetico che per chiunque altro professionista che voglia addentrarsi nella "ricchezza" del lavoro corporeo.

Il mio senso di gratitudine va dunque a tutti gli autori che hanno contribuito con i loro scritti ad ampliare la visione e i confini dell'analisi bioenergetica oggi.

* Patrizia Moselli (SIAB – Società Italiana Analisi Bioenergetica); Ezio Zucconi Mazzini (SMIAB – Società Medica Italiana Analisi Bioenergetica); Giuseppe Carzedda (IIFAB – Istituto Italiano Formazione Analisi Bioenergetica).

Società Medica Italiana Analisi Bioenergetica – Ezio Zucconi Mazzini

Era molto atteso un manuale di analisi bioenergetica che contenga le linee guida dell'approccio corporeo come le ha concepite e studiate Lowen e la sua scuola.

Un manuale servirà sia per le matricole dei corsi di formazione sia per chi voglia aver informazioni introduttive sulla caratteriologia loweniana relativamente poco conosciuta ed insegnata nelle università italiane. Mi auguro che tale manuale oltre ai contenuti parli in maniera semplice con un linguaggio che arrivi direttamente all'inconscio corporeo dei lettori, sì da motivarli ad imparare dall'esperienza (*learning by experience*), che nella prospettiva bioenergetica cioè corporea fa uscire i pazienti dall'amnesia dei traumi infantili intesi come deficit affettivi nell'età evolutiva, mediante il transfert e soprattutto il controtransfert corporei che si rispecchiano reciprocamente,

La preoccupazione della SMIAB al di là del sicuro successo di questo manuale è come verranno classificati i disturbi del carattere loweniani nel DSM-V, il manuale diagnostico dell'APA (American Psychiatric Association), perché ogni ricerca scientifica sull'efficacia della terapia è affidabile e comparabile se le diagnosi sono condivise secondo il manuale diagnostico internazionale di prossima pubblicazione.

Istituto Italiano di Analisi Bioenergetica – Giuseppe Carzedda

La pubblicazione di questo volume rappresenta un importante evento per tutti noi, sia clinici che didatti del metodo dell'analisi bioenergetica, innanzitutto per il fatto che le scoperte degli ultimi decenni sui processi che determinano lo sviluppo psicologico dell'individuo e il funzionamento della sua mente ci hanno posto di fronte alla necessità di un adeguamento, più o meno profondo, dei nostri paradigmi di riferimento.

Tale necessità pur rappresentando, come tutti i cambiamenti che diventano inevitabili, una preziosa occasione di ri-consolidamento/ri-trovamento della nostra identità, ci pone d'altro canto di fronte a numerose sfide tra cui, non ultima, quella di riuscire a portare avanti questo processo di rinnovamento senza con ciò rinnegare e cancellare la nostra storia e le nostre specificità o, come avrebbe detto per primo Alexander Lowen, le nostre "radici".

L'approfondimento di queste tematiche rispetto all'aggiornamento del modello dell'analisi bioenergetica o, se si vuole, il dibattito su come sostenere e promuovere il suo sviluppo mantenendo il senso della continuità,

rappresenta la cornice di riferimento più ampia in cui questo volume a pieno titolo si inserisce.

La varietà dei contributi in esso contenuti e le diversificate sensibilità portate dai diversi autori, rappresenteranno certamente una proficua base di confronto, di tipo sia clinico che didattico, in grado di fornire un ulteriore impulso vitale al processo evolutivo già da molto tempo in atto, sia nell'ambito dell'analisi bioenergetica che, più in generale, in quello della psicoterapia corporea.

Introduzione all'edizione italiana

di Nicoletta Cinotti e Rosaria Filoni

A più di 50 anni dall'uscita del volume che segna la nascita dell'analisi bioenergetica, *Il linguaggio del corpo* (Lowen, 1958), in un momento in cui i risultati delle ricerche neuroscientifiche invitano a riflettere sulla tradizionale dicotomia mente/corpo, quali prospettive assume la clinica bioenergetica, basata sull'identità funzionale mente-corpo? Quali intuizioni di Lowen sono confermate dalla ricerca? Com'è cresciuta e cambiata l'analisi bioenergetica e quali sono gli elementi di novità e continuità con il passato, nel nostro panorama internazionale? Queste sembrano alcune delle domande che si è posto l'International Institute for Bioenergetic Analysis (Iiba) e la curatrice di questa raccolta di saggi e articoli che per la prima volta vengono presentati al pubblico italiano.

L'intenzione è ardua perché raccoglie insieme il desiderio di offrire un approfondimento a chi conosce e pratica già l'analisi bioenergetica e la volontà di presentarsi ai colleghi di altri approcci clinici, ed arduo è stato il lavoro che ha portato a questa pubblicazione. Una commissione incaricata dal Board dell'Iiba ha esaminato a lungo gli articoli già pubblicati solo in inglese nella rivista dell'Istituto e ha compiuto una selezione, scegliendo cinque tematiche sotto cui raccoglierli.

Dopo un'introduzione che contiene uno dei molti articoli in cui Lowen ha illustrato cosa sia l'analisi bioenergetica, e una riflessione sui suoi fondamenti, il volume affronta il tema del Sé e della relazione, il sesso e l'amore, il trauma, i disturbi psicosomatici e la ricerca.

Il progetto è nato all'interno del percorso in cui l'Iiba, dopo le dimissioni di Lowen dalla carica di Presidente per ragioni di età, tentava di organizzarsi cercando di valorizzare il suo carattere internazionale e collegiale nel momento in cui veniva a mancare il carisma del suo fondatore. Quindi il volume, che come dicevamo è il frutto delle scelte di una commissione a cui hanno partecipato colleghi di tutto il mondo, coordinati da Vita Hein-

rich Clauer, è in via di traduzione e pubblicazione in molti Paesi. Ciò nonostante, proprio perché gli articoli provengono essenzialmente dal Journal dell'Iiba e solo alcuni sono stati scritti appositamente, il volume risente del carattere prevalentemente nordamericano e tedesco dell'istituto che non rappresenta pienamente lo sviluppo dell'analisi bioenergetica che negli ultimi decenni è fiorita molto in Italia per esempio, ed in Sud America.

Le basi dell'analisi bioenergetica

L'inizio è, come vuole la tradizione, in particolare quella bioenergetica, dalle radici: i capisaldi del pensiero analitico bioenergetico sono presentati attraverso un vecchio articolo di Lowen, mai pubblicato in questa versione, e un nuovo articolo di uno dei più quotati analisti in attività, Phil Helfear. Le basi sono attorno al concetto dell'identità funzionale corpo/mente. Questa idea, di matrice reichiana, assieme al lavoro sull'ampliamento dell'onda respiratoria costituiscono le fondamenta sia della prassi clinica che della teoria analitico-bioenergetica.

Nell'articolo di Lowen questa identità viene definita come una unità a livello profondo che diventa una separazione a livello superficiale dove il corpo e la mente sembrano forze opposte, ognuna delle quali influenza l'altra.

Come effetto di questa unità e di questa separazione l'essere umano sperimenta due diversi stati di coscienza – la coscienza del corpo (*self awareness*) e la coscienza di sé (*self consciousness*), concetto espresso con straordinaria chiarezza nell'articolo di Phil Helfaer, autore poco conosciuto in Italia ma a cui si devono importanti contributi di rara qualità clinica. Questo elemento, per Helfaer, pone una sostanziale distanza tra Reich e Lowen. Alla base della condizione dell'uomo moderno, vi è, per Lowen, l'antitesi fra quello che chiama "Io" e che si esprime nella *self consciousness*, ed il corpo, che parla nella *self awareness*. "L'Io esiste come forza potente nell'uomo occidentale, che non può essere messa da parte o negata. Lo scopo terapeutico è integrare l'Io con il corpo e con la sua tensione al piacere e alla soddisfazione sessuale". Tutto ciò è ben lontano dal concetto di Reich, di stimolare "la fonte vegetativa della personalità per ristabilirne il flusso". Nell'articolo, con una chiarezza espositiva tipica di chi conosce a fondo, sulla propria pelle, ciò di cui parla, Helfaer ci permette di addentrarci nelle similitudini e nelle differenze tra questi due fondatori della psicoterapia corporea.

Gettate le basi dell'analisi bioenergetica, il passaggio successivo è rela-

tivo all'apertura verso il ruolo degli aspetti relazionali. Tema dibattuto in analisi bioenergetica visto che sia Lowen che Reich sottolineano come il blocco si strutturi in relazione alla risposta ad un ambiente ostile e, figli del loro tempo, guardano alle relazioni clinica e al tema del transfert e del controtransfert con l'occhio allenato al modello del conflitto. Saranno i loro successori che guarderanno a questi aspetti con il contributo venuto dal dialogo con le relazioni oggettuali prima e con gli sviluppi della psicoanalisi dopo, integrando i contributi dell'Infant Research e della teoria dell'attaccamento.

Nella sezione dedicata alla relazionalità è presente, tra gli altri, l'unico contributo italiano, quello dell'amata Gabriella Buti Zaccagnini, per molti anni membro della Iiba Faculty. Nel suo lavoro l'autrice sottolinea di quali apporti l'analisi bioenergetica si sia avvalsa per il suo procedere, e attraverso un caso clinico, ci fa sentire come grazie all'attenzione al respiro della paziente, realizza un processo di sintonizzazione che consente a quest'ultima un passaggio importante nel suo processo di crescita.

Nella stessa sezione è presente un lavoro di Guy Tonella che riflette sul *Sé e i processi di attaccamento* riportandoli alla clinica bioenergetica, un articolo di grande interesse di Bob Lewis sullo *Shock cefalico come corrispondente somatico del Falso sé* che mette in dialogo l'analisi bioenergetica con Winnicott, il già citato Phil Helfaer che affronta il tema della *Vergogna, sessualità e rispetto di Sé*, mentre Vita Heinrich-Clauer presenta un suo personale modo di utilizzare il proprio corpo e la sua risonanza con quello del paziente nel processo diagnostico. Completa questa sezione Violaine de Clerck con il suo *Corpo, relazione e transfert. Le tre dimensioni dell'analisi bioenergetica*. Vogliamo segnalare l'importanza di questa autrice, componente dell'Iiba Faculty, che per anni è stata responsabile della Commissione per l'insegnamento che ha varato gli attuali programmi per la formazione degli analisti bioenergetici, attualmente in vigore in tutti gli istituti riconosciuti dall'Iiba.

La seconda e la quarta parte del volume raccolgono casi clinici molto interessanti che permettono di cogliere come già alla fine degli anni '70/'80 ci fosse una sensibilità estremamente moderna nell'affrontare il tema del lavoro corporeo. Entrambe le sezioni sono arricchite anche di contributi contemporanei grazie ad Elaine Tuccillo e Jörg Clauer.

Nella sezione che riguarda le tematiche sessuali (la seconda) troviamo il contributo di Ben Shapiro che presenta una riflessione e una sequenza di lavoro corporeo per *Curare la scissione tra tenerezza e aggressività*. Shapiro, molto noto in Italia per i workshop che offre due volte l'anno, è tra i più fecondi e creativi terapeuti in grado di elaborare sequenze di lavoro corpo-

reo bioenergetico. In questo lavoro si ispira alla definizione di amore di Lowen “il massimo di aggressività con il massimo di tenerezza” (Lowen, 1978, p. 323). Michèle Dupuy-Godin porta la sua attenzione al *L’addome delle donne: una strada verso la sessualità femminile*, mentre Elisabeth C. Murray presenta un caso clinico: *Un percorso terapeutico con un uomo impotente*. Conclude questa parte del volume Virginia Wink-Hilton, che è stata la prima Presidente dell’Iiba dopo Lowen e che si sofferma su un tema centrale nel lavoro clinico: *Lavorare con il transfert sessuale*.

La quarta parte del volume, come dicevamo, è caratterizzata come la seconda dalla presentazione di numerosi casi clinici. All’introduzione di Ulrich Sollmann sul *Trattamento dei disturbi psicosomatici in analisi bioenergetica*, fanno seguito i lavori Jörg Clauer sulla *Comprensione incarnata nel corpo: trattamento dei disturbi psicosomatici in analisi bioenergetica*, *Una donna valorosa* di Carol Bandini, una collega che integra la sua formazione in analisi bioenergetica con quella psicoanalitica e *Sintomi e malattie degli apparati respiratorio e gastrointestinale* di John Bellis. L’attenzione ai problemi psicosomatici e alla possibilità di affrontarli in terapia attraverso la comprensione dei processi psico-corporei è inevitabile e molto feconda nella nostra clinica.

Decisamente attuale la parte dedicata al trauma (la terza) che permette, tra l’altro, di approfondire la *vexata quaestio* sull’opportunità del lavoro corporeo catartico *versus* un lavoro corporeo più orientato alla bioenergetica dolce. Magistrale in questo senso l’articolo di Angela Klopstech *Rivalutazione della catarsi e dell’autoregolazione: considerazioni cliniche e scientifiche*. Non meno interessante è l’articolo di Scott Baum, attuale Presidente dell’Iiba *Vivere sulle sabbie mobili: il grounding e l’organizzazione psichica della personalità borderline*. Ci sono poi due contributi che nascono dal prendersi cura di persone che hanno subito tortura o che sono state vittime di situazioni traumatiche su vasta scala, per motivi politici o naturali. Il primo è uno *Studio su un caso di sopravvivenza alla tortura* di Maryanna Eckberg che con grande sensibilità si sofferma anche sulle differenze prodotte da tortura per motivi politici su persone adulte e sulle conseguenze che invece vivono le persone che hanno subito un trattamento assimilabile alla tortura nell’infanzia. Vita Heinrich-Clauer e Arist v. Schlippe intervistano David Berceli sul *Lavoro corporeo per rilasciare il trauma*. L’intervistato è un collega che da molti anni lavora con Ong di tutto il mondo intervenendo in situazioni in cui per motivi politici o naturali ci sono popolazioni che hanno subito traumi collettivi. A partire dagli studi etologici di Peter Levine e dal considerare il trauma un evento ineliminabile nella storia umana ed uno degli elementi che intervengono nell’evoluzione

della specie, David Bercei ha elaborato una sequenza di lavoro corporeo che tende a ripristinare l'equilibrio, il grounding spazzati via dall'evento traumatico. Questa esperienza, nata per lavorare con grandi gruppi di persone può essere introdotta anche nel setting individuale o di gruppo dell'analisi bioenergetica.

Infine Josette de Luytelaar presenta il suo *Lo specchio di Perseo, il flow e peak come risorse del terapeuta per lo scongelamento dello shock e del panico*.

Conclude l'opera – molto ampia – la raccolta delle ricerche condotte nei paesi di lingua tedesca per valutare l'efficacia dell'analisi bioenergetica. Queste ricerche, molto interessanti sono state stimulate dalla necessità: in questi paesi infatti il trattamento psicoterapico è rimborsato dalle compagnie assicurative solo se esistono dati scientifici della loro efficacia. Incontriamo dunque Christa D. Ventling, Herbert Bertschi e Urs Gerhard che affrontano il tema del *L'efficacia della psicoterapia bioenergetica in pazienti con diagnosi riconosciuta ICD-10. Una valutazione retrospettiva* e Margit Koemeda-Lutz, Martin Kaschke, Dirk Revenstorf, Thomas Scherrmann, Halko Weiss e Ulrich Soeder che hanno compiuto uno studio in Germania e in Svizzera sulla *Valutazione dell'efficacia della psicoterapia corporea in regime ambulatoriale*.

Se esistere è la base

A Reich e a Lowen dobbiamo riconoscere il grande merito di aver pensato al corpo nei termini dell'*esserci* piuttosto che in relazione al soddisfacimento di una pulsione. Questo *esserci* ci porta inevitabilmente a concentrare l'attenzione sul respiro. Il respiro infatti qualifica la nostra presenza nel mondo e l'accompagna, incessantemente, dalla nascita alla morte. Ne segna addirittura il passaggio. Non solo, il respiro è l'unica attività fisiologica fondamentale che può essere sia automatica – non consapevole – che volontaria – consapevole.

Il respiro permette l'emergere dell'emozione trattenuta e sembra esprimere appieno tutte le potenzialità autoregolative che media e che la difesa corporea realizza. Se la logica del soddisfacimento dei bisogni disegna un mondo retto dal conflitto tra soddisfazione del bisogno e frustrazione, la logica del respiro riporta l'attenzione alle modalità autoregolative dell'organismo e alla possibilità potenziale di un pieno fluire dell'onda respiratoria, libera dall'ansia da prestazione per condurci, gentilmente, nel regno ove, per esistere, basta esserci. Il corpo luogo dell'essere prima che luogo del bi-