



# Identificazione del metodo Biodinamica Terapia

Agosto 2018 / Maggio 2020

## Indice

### Identificazione del metodo IDMET

1.	Designazione del metodo .....	3
2.	Breve descrizione del metodo .....	3
3.	Storia e filosofia .....	4
3.0.	Storia .....	4
3.1.	Filosofia e atteggiamento alla base .....	6
4.	Modello teorico alla base .....	6
5.	Forme della rilevazione diagnostica .....	7
6.	Concetto terapeutico .....	8
6.0.	Avvio e sviluppo del processo .....	8
7.	Limiti dell'esercizio del metodo / controindicazioni .....	10
8.	Differenziazione del metodo per competenze d'impiego TC (opzionale) .....	11
9.	Risorse per il metodo .....	11
9.0.	Conoscenze .....	11
9.1.	Abilità .....	11
9.2.	Atteggiamenti .....	13
10.	Posizione .....	13
10.0.	Relazione del metodo con la medicina alternativa e la medicina scolastica .....	13
10.1.	Determinazione del metodo, rispetto ad altri metodi e mestieri .....	13
11.	Ripartizione e area della branca di formazione TC .....	13
	Riferimenti bibliografici .....	14

Nel testo seguente la forma maschile e femminile sono utilizzate in modo interscambiabile.

# 1. Designazione del metodo

## 1.0. Biodinamica Terapia

# 2. Breve descrizione del metodo

## 2.0. Impiego della terapia ed effetti

2.0.1. La Biodinamica Terapia è una terapia del corpo secondo Wilhelm Reich. La Biodinamica Terapia parte dal presupposto che l'uomo costruisce un'unità con le sue espressioni fisiche, mentali e spirituali.

2.0.2. Lo scopo della Biodinamica Terapia è riportare l'uomo in contatto con il suo originario intero-uno e con la sua originale vitalità. Questo si manifesta nel corso della terapia in un percepibile aumentare della resilienza del cliente.

2.0.3. Il disequilibrio fra il corpo, l'anima e lo spirito porta a disarmonie, visibili sul corpo, nelle emozioni e nella mente che si riflettono in tensioni, stasi e blocchi sui tessuti stratificati del corpo.

2.0.4. L'equilibrio delle tensioni cui si aspira attraverso il trattamento sul corpo ha come scopo quello di rimettere gli strati in omeostasi. Attraverso ciò il cliente può percepire sempre più il flusso energetico liberato, e il contenuto passato alla coscienza è digerito dal cliente attraverso l'autoregolazione, oppure è reso cosciente attraverso il dialogo con il cliente.

2.0.5. La riscoperta di ciò che fa bene al cliente e di ciò che lo conduce nel flusso energetico è stata la domanda centrale di Gerda Boyesen. Lei chiama questa capacità un'autoregolazione ben funzionante. Attraverso la riacquistata percezione di sé, il cliente diventa sempre più indipendente dal terapeuta e trova la propria responsabilità.

2.0.6. La relazione fra psiche e soma si riflette nel cambiamento della regolazione vasomotoria dei tessuti (ipertonica, ipotonica, normo-tonica). Da questa cognizione Wilhelm Reich creò il suo modello del Ciclo Vasomotorio. Gli stadi denominati da Wilhelm Reich: costruzione della carica, scarica, rilassamento, furono completati da Gerda Boyesen con il quarto stadio della fase della calma e del ristabilimento. Tale Ciclo Vasomotorio gioca nella Biodinamica Terapia un ruolo centrale.

Il Ciclo Vasomotorio può essere interrotto ad ogni posto e con ciò non essere o essere solo in modo incompleto portato a conclusione. Il flusso energetico è stato in questo caso inibito o arrestato. La Biodinamica Terapia lavora a livello corporeo su queste interruzioni che sono tastabili sul corpo della cliente e percepibili dalla terapeuta attraverso un modello di respirazione determinata, in tensioni muscolari e stagnazioni di fluidi nel tessuto.

2.0.7. Nello sviluppo terapeutico la cliente, grazie ai più diversi massaggi al periostio, alla muscolatura, ai tessuti nervosi e ai tessuti connettivi, sulla pelle fino all'aura (campo morfogenetico intorno al corpo del cliente), vive il rinnovato scorrere dell'energia bloccato nel flusso. Questo scioglimento delle stagnazioni nel Ciclo Vasomotorio permette un accesso ai sentimenti e ai pensieri repressi. Questi cambiamenti del corpo mentale e sentimentale permettono alla cliente di riconoscere i modelli incorporati (principi delle credenze, l'appreso). La terapeuta accompagna la cliente in questo processo. Per dirlo con le parole di Gerda Boyesen, la terapeuta possiede una «funzione di levatrice».

2.0.8. Gerda Boyesen ha scoperto che attraverso massaggi differenziati sul corpo a seconda dei diversi tessuti l'energia stagnante può essere versata nel flusso. Attraverso la scarica vegetativa (il processo organico) la stagnazione è sciolta e i cicli inconclusi del Ciclo Vasomotorio sono completati. L'andamento dei flussi è d'importanza centrale in questo processo. Nei blocchi energetici questo cambio di materie è arrestato dall'andamento dei flussi. L'intestino, in quanto al centro del cambio di materie, gioca un ruolo decisivo nella purificazione e liberazione di queste energie. Proprio come l'alimentazione così anche stati emozionali devono essere «digeriti», e il corpo riportato di nuovo nel suo originario equilibrio. Per questo processo dell'autoregolazione Gerda Boyesen ha coniato il concetto della Psicoperistalsi.

- 2.0.9. Per percepire questo processo in modo differenziato, Gerda Boyesen iniziò ad ascoltare i rumori d'intestino (peristalsi) con uno stetoscopio durante il trattamento con i massaggi. Scopri che i rumori intestinali sono una reazione diretta del sistema nervoso autonomo al trattamento e cercò di studiare i diversi tipi di rumori. Gerda Boyesen descrive quattro diversi rumori: (1) rumori di terra, (2) rumori d'acqua, (3) rumori d'aria, (4) rumori di calore. Essi sono udibili allo stetoscopio come (1) rumori di trascinamento, (2) rumori di gorgoglio, (3) rumori di fruscio, (4) rumori di crepitio. In questo senso lo stetoscopio funziona come semplice strumento di biofeedback.
- 2.0.10. Lo spazio terapeutico protetto e la sicura relazione fra il cliente e la terapeuta sono la base sulla quale i processi emozionali e fisici possono dispiegarsi e dove l'autoregolazione naturale del Ciclo Vasomotorio completo è da nuovo ristabilita e può agire per incrementare salute.

### 3. Storia e filosofia

#### 3.0. Storia

- 3.0.1. Nell'Antica Grecia Ippocrate insegnava il principio del «mens sana in corpore sano». Questa tradizione si rianimò intorno alla fine del XIX secolo con i pionieri della psicoterapia incentrata sul corpo come Pierre Janet (1854-1947) in Francia e Georg Groddeck (1866-1934) in Germania, che costatarono l'importanza apportata dal trattamento di stati emozionali di stress per la respirazione libera, il movimento delle espressioni e la rilassatezza muscolare.
- 3.0.2. **Sigmund Freud** (1856-1939) spiegò che l'io è prima di tutto e soprattutto un «corpo io». **Wilhelm Reich** (1897-1957), medico, psicoanalista, politico sociale e Vegeto Terapeuta (terapeuta del sistema nervoso autonomo) nel 1920 divenne membro della Società Psicoanalitica e fu nel seguito il più coerente rappresentante dell'originaria dottrina freudiana della motivazione di natura sessuale nell'insorgere della nevrosi. Egli riscoprì infine il significato centrale della respirazione bloccata e della corazza muscolare nella formazione di stati nevrotici. Seguì Karl Abraham (1877-1925) e Freud nella ricerca della nascita della struttura del carattere ma andò oltre, dimostrando come la struttura del carattere si manifesta nel corpo.
- 3.0.3. Reich iniziò ad elaborare la sua terapia del corpo nell'ipotesi che mediante il corpo si dispone di un accesso più immediato all'inconscio e ai suoi impulsi repressi rispetto, che mediante la psicoanalisi. Faceva svolgere esercizi fisici ai suoi pazienti, toccava o massaggiava parti muscolari costantemente tese, per liberare impulsi imprigionati nella muscolatura e stimolando così l'energia vitale e la libido. Egli osservò la muscolatura tesa come meccanismo della repressione o della resistenza. A partire di questo sviluppò la sua teoria del carattere e le teorie della libido e del Ciclo Vasomotorio.
- 3.0.4. Il metodo da lui sviluppato della Vegeto Terapia si basa sul principio dell'equilibrio del sistema nervoso autonomo (o sistema nervoso vegetativo), il quale regola i nostri stati emozionali come gioia, rabbia, paura e rassegnazione. Reich presentò i suoi elaborati sulla relazione fra contatto psichico e flussi vegetativi per la prima volta nel 1934 in occasione del XIII congresso della Società Internazionale di Psicoanalisi a Lucerna.
- 3.0.5. Reich adoperò il concetto «bio-energetico» per la descrizione del flusso energetico nel corpo, con il quale elaborava la Vegeto Terapia. Si tratta di processi bioenergetici che sono alla base del metabolismo cellulare e della vita dei nostri sentimenti. Essi furono accuratamente osservati dal biologo e premio Nobel Albert von Szent-Györgi (1893-1986).

Il flusso energetico nel corpo pone la base somatica di ciò che Freud identificava come «libido». Il concetto classico libido (lat. Libido: «impulso sessuale», in senso più stretto «voluttà, istinto, eccesso») che nasce in grembo alla psicoanalisi definisce quell'energia psichica che è intrecciata con l'istinto della sessualità. La Biodinamica Terapia riprende il concetto della libido. Per la Biodinamica Terapia la relazione fra persona e persona è centrale, e la sessualità è considerata solo come una forma della relazione. In tal senso, la Biodinamica Terapia sostiene la riscoperta delle originarie voglie di vivere e gioia di vivere.

Gli studi di René Spitz (1887-1974) e John Bowlby (1907-1990) degli anni cinquanta come pure gli studi di Reich all'Infant Research Centre mostrano come questo contatto energetico nelle relazioni umane sia essenziale: disturbi invasivi (che attraversano i confini psico-fisici di una persona) o privativi (che impediscono l'amore e l'affettività) del contatto naturale e della risonanza somatica fra persone sono cause principali nell'insorgere di nevrosi.

- 3.0.6. La Biodinamica Terapia fu sviluppata dalla psicologa e psicoterapeuta norvegese **Gerda Boyesen** (1922-2005). Essa conobbe agli inizi degli anni cinquanta durante il suo studio in psicologia un'analisi con Ola Raknes (1887-1976), un allievo norvegese di Wilhelm Reich. Gerda Boyesen divenne sempre più chiaro, che la corazza muscolare è la conseguenza del vissuto di socializzazione della persona. Per comprendere meglio l'interazione fra il mente-spirituale e ciò che accade al livello fisico, Gerda Boyesen seguì ancora un corso come fisioterapista con Aadel Bülow-Hansen. Essa aveva elaborato un nuovo metodo di trattamento di massaggi, soprattutto per pazienti psichiatrici. Grazie all'ampliamento delle sue conoscenze poté così sviluppare il proprio approccio nella terapia del corpo.

**Su queste basi Gerda Boyesen sviluppò la Biodinamica Terapia.** Gerda Boyesen adottò il concetto di Wilhelm Reich delle strutture di carattere. Essa riuscì ad associare le strutture del carattere ai blocchi nelle segmenti. Con diverse tecniche della Biodinamica Terapia poté rimettere in circolo l'energia vitale lì bloccata.

Massaggiando i suoi pazienti, Gerda Boyesen si accorgeva dei diversi rumori d'intestino. Per ascoltare più distintamente questi rumori d'intestino utilizzò uno stetoscopio; iniziò così a ricercare e scoprire il significato centrale dell'apparato digerente nell'elaborazione dello stress emozionale e mentale, e non solo certamente dello stress attuale, ma anche di esperienze traumatiche non rielaborate. Durante il trattamento il parlare delle forze di autoguarigione si può udire nella peristalsi che scorre libera, mediante lo stetoscopio.

Gerda Boyesen descrisse, come è nominato, il riflesso spavento. Con ciò intende eventi che hanno condotto a un'interruzione del Ciclo Vasomotorio e che sono salvati nel corpo per mezzo di un irrigidimento. Questo cambiamento di tensione nel tessuto comporta un disturbo nell'omeostasi dell'organismo. Per di là, possono svilupparsi dei dolori e dei disturbi funzionali. Ciò può riguardare leggeri cambiamenti funzionali dei tessuti fino a pesanti cambiamenti strutturali.

Su questa base, Gerda Boyesen ampliò le teorie di Wilhelm Reich con un contributo decisivo. Si occupò nella pratica di processi profondi del sistema nervoso autonomo: scoprì il ruolo della corazza viscerale nell'insorgere di disturbi psicosomatici, e scoprì, per loro trattamento, il significato della peristalsi. Anche la muscolatura liscia degli organi interni può essere «corazzata» (impermeabile, agglutinante), non soltanto la muscolatura volontaria dell'apparato locomotorio. Quella che lei definì Psicoperistalsi prese una posizione distintiva nello sviluppo successivo della Biodinamica Terapia. Lo stetoscopio come strumento di biofeedback psicoperistaltico è impiegato solo nell'approccio della Biodinamica Terapia.

- 3.0.7. Lo stretto rapporto tra il sistema viscerale e il sistema nervoso è dimostrato frattanto per risultati di ricerche della neuro-gastroenterologia. La scienza oggi riconosce e ricerca il «secondo cervello nella pancia», denominato sistema nervoso enterico, dentro il quale oltre 100 milioni di cellule nervose portano a termine compiti autonomi del controllo neurovegetativo.

Giulia Enders, nel suo Bestseller «L'intestino felice» (titolo originale «Darm mit Charme», apparso nel 2014) ha lavorato a fondo alle ultime ricerche ed ha rappresentato nel suo libro la posizione centrale della funzione intestinale nello scambio delle sostanze. Così, assicura, che la serotonina secreta nella pancia è molta più di quella secreta nella ghiandola pineale stessa. Ciò vale anche per altre sostanze chimiche neuro-trasmettitorie regolando tensione e rilassamento.

- 3.0.8. Così la nuova ricerca sul significato del sistema nervoso enterico per la salute conferma l'esattezza dell'approccio terapeutico di Gerda Boyesen.
- 3.0.9. Robert Schleip ha pubblicato le sue ricerche sull'importanza delle fasce fra le altre pubblicazioni anche nel suo libro «Manuale delle fasce» (trad.letter.) (titolo originale «Lehrbuch Faszien»). Il concetto di Gerda Boyesen del lavoro sulle membrane ottiene così una conferma attuale.

### 3.0.1. Filosofia e atteggiamento alla base

- 3.1.1. Nel corpo umano della Biodinamica Terapia, il principio dell'autoregolazione è centrale. Se una persona ha riacquisito la sua flessibilità originaria e la sua pulsazione energetica, allora ha di nuovo possibilità di autoregolazione. Il «vero sé» (personalità prima) ha così a disposizione le sue forze per la crescita e sa curarsi da sé, e si può muovere liberamente fra il mondo interno ed il mondo esterno. Il «falso sé» (chiamato anche seconda personalità) invece si è dissociato dalla vera natura interna. Esso rimane reattivo secondo modelli immobili, fissato sul mondo esterno e capace di evolversi solo in parte. La Biodinamica Terapia consiste nel ricercare il proprio essere interno nel quale possano emergere sentimenti ed impulsi originari e nel quale possa essere integrato il vissuto.
- 3.1.2. Biodinamica significa «il movimento della vita». Questo si riferisce naturalmente allo spontaneo flusso dell'energia vitale che ci muove, che ci anima e che ci rende vivi. Lo scopo fondamentale della Biodinamica Terapia è il ristabilimento della naturale circolazione di questa energia vitale, chiamata libido-circolazione (nella lingua corrente s'intende anche come naturale regolazione dei bisogni e dei sentimenti). Nella lavorazione di muscoli tesi, di tessuti stagnanti e nel ristabilimento dell'onda sana del respiro riemergono spontaneamente emozioni represses ed esse possono essere rielaborate. Il corpo si rilassa e l'energia vitale scorre di nuovo liberamente. Questo comporta la stimolazione alla regolazione e alla cura autonome. Emergono sentimenti di benessere, equilibrio, soddisfazione e vitalità.
- 3.1.3. La Biodinamica Terapia rappresenta un atteggiamento di base volto a invitare, accettare ed a incoraggiare. Molto valore è dato all'atteggiamento non giudicante e non analizzante della terapeuta. Ciò è importante affinché il cliente possa aprirsi e liberarsi nella rilassatezza. In questo modo il proprio nocciolo essenziale può essere riscoperto e la persona può tornare a una naturale autoregolazione, collegata con il sentimento fondamentale del «benessere autonomo» (Gerda Boyesen).

## 4. Modello teorica alla base

- 4.0.1. La Biodinamica Terapia utilizza il modello dell'energia bioenergetico (Alexander Lowen, John Pierrakos, David Boadella) che si basa sui segmenti del corpo descritti da Wilhelm Reich, così come egli, li definisce nel suo libro «Analisi del carattere» (titolo originale «Charakteranalyse»). La visione bioenergetica parte dal presupposto che il flusso energetico naturale scorre così come il passare durante una normale nascita. La testa viene per prima, insieme con i segmenti degli occhi e della bocca. Seguono i segmenti del petto, del bacino insieme con le parte anali e genitali, e in seguito le gambe ed i piedi. La corrente dell'energia vitale va dalla testa ai piedi. L'uomo deve affrontare cinque punti di stagnazione per poter, nel senso inteso da Wilhelm Reich, raggiungere completamente matura forma dell'essenza umana. Egli definisce la persona con l'energia vitale liberamente in circolo il **carattere genitale**.

Nel caso l'energia vitale ristagni già nella zona della testa, il modello bioenergetico parla di **carattere schizoide** che tende al tipo orientato al pensiero. Se il processo, e con esso l'energia, stagnano nel segmento orale, si ha il **carattere orale** che è orientato ai bisogni. Se l'energia si stagna nella regione del petto e delle spalle, abbiamo a fare con il **carattere masochista**, che è orientato al carico. Se l'energia si stagna nell'ambito del bacino, troppa poca energia scorre dall'alto verso il basso, si chiama **carattere psicopatico**, il quale è orientato al controllo. Se l'energia si stagna nella zona genitale, parliamo di **carattere rigido**, orientato a produrre. Se il flusso energetico è libero da stagnazioni e da arresti, esso scorre praticamente di ciò, fino ai piedi verso fuori nelle periferie del corpo. Allora la bioenergetica parla d' **carattere genitale**, il quale paradossalmente non è arrestato al segmento genitale come il tipo rigido, bensì è capace d'amore libero.

- 4.0.2. La Biodinamica Terapia riconobbe che il flusso energetico segue un otto. I blocchi primari nascono nell'ambito della testa e terminano nel blocco degli occhi (carattere schizoide secondo Wilhelm Reich).

Dopodiché l'energia, secondo lo schema di sviluppo psicosessuale freudiano, va nel segmento orale (struttura caratteriale orale).

Da lì l'energia passa attraverso il cuore verso dietro e verso il basso nel segmento anale (struttura caratteriale masochista e psicopatica secondo Wilhelm Reich).

E di lì la corrente energetica va attraverso il segmento genitale (struttura caratteriale rigida secondo Wilhelm

Reich) di nuovo al cuore.

Dal cuore l'energia è distribuita in tutto il corpo e conduce ad un flusso libero.

Wilhelm Reich denominò una persona con flusso energetico libero «la personalità genitale».

- 4.0.3. Gerda Boyesen ha facilitato il modello bioenergetico, stimolata dalla dottrina che si appoggia alla tipologia antica indiana della pietra, del guerriero e del sole. In essa è presentato un riferimento alla dottrina dell'embriologia sul foglietto embrionale, la quale spiega che l'uomo forma particolari forze o debolezze, secondo della sua predisposizione costituzionale. In un certo senso tale dottrina indiana assomiglia alla scienza medica dell'Ayurveda, che su di essa si basa. Questa teoria suddivide le persone in tipologie corrispondenti al loro Dosha (energia vitale): Vata (inquieto), Pitta (eccesivo) e Kapha (lento). Pure qui si ritrova un ordine secondo gli elementi.

Se l'ectoderma è preponderante, la persona vive di più nei processi consci fino all'esonazione delle sensazioni, cosa che può portare alla confusione, e per questo è chiamata «troubled sunshine». Scopo terapeutico dichiarato è quello di tracciare questa instabilità nella «persona superiore» e di condurre il cliente attraverso il sostegno della traccia cosciente più verso il proprio centro, e così facendo condurlo al «sole sano».

Se è il mesoderma ad essere preponderante, Gerda Boyesen parla del «guerriero», del quale lo scopo inconscio è il sanguinare sul campo, il desiderio inconsapevole per il sistema parasimpatico. Nella forma del «guerriero» si potrebbe addirittura presupporre una figura spirituale, una forma caratteriale che con l'aria del fuoco e con la passione tempestosa dell'entusiasmo d'intuizione e di sentimento discaccia e fa saltare tutte le barriere e le determinazioni. Anche questo temperamento possiede i suoi vantaggi insostituibili e i suoi pericoli inevitabili.

Se l'endoderma è preponderante, la persona ha una grande forza digestiva di tipo mentale, da poter digerire interne biblioteche, oppure di tipo emozionale, ciò significa ingegno da alta resilienza, oppure di tipo fisico, e dunque può sopportare, digerire molto; allora si parla della «pietra» o della «roccia». Secondo Gerda Boyesen questo carattere è spesso così intimo che lui si deve «far saltare», perché questo tipo tollera un forte impulso terapeutico.

Ogni comunità umana necessita la «solidità» e «stabilità» di queste persone di «pietra», delle persone dalla durezza della terra e dalla lentezza di pensiero, dal conservatorismo per la tradizione e del peso di gravità, spesso un insieme di forza di gravità e di solenne atteggiarsi. Essi offrono a quanto pare la migliore garanzia per la compagine istituzionale, giuridica, obiettiva del convivere sociale. Per questo essi si trovano costantemente nel pericolo a causa della loro carente conoscenza di sé, e a causa della loro soddisfazione troppo affrettata per la correttezza di possibilità esteriore, infine per rivelare proprio tutto questo, per quale essi con paroloni fingono d'impegnarsi. Se la terapia guida tale persona alla percezione amorosa e alla riconciliazione con le proprie forze e debolezze, si forma dalla «roccia» la roccia spirituale, il diamante.

Allo stesso modo c'è bisogno della trasformazione della mentalità del «guerriero» per tenere viva una società fra irrigidimento e scorrere, fra compattamento e abbandono di sé, fra il più pragmatico realismo ed un idealismo troppo ambizioso. La meta finale è anche qui di trovare il proprio centro e il «sanguinare» del proprio ego esorbitante, che si termina con il guerriero spirituale.

La meta del «sole» collegato al cuore è il distacco del amore della produzione nella nostra società del lavoro: è lo sviluppo della semplice capacità di vivere felici.

- 4.0.4. La terapeuta compila secondo le schemi soprascritte la sua diagnosi, dove si riscontrano i blocchi energetici, e lavora per la liberazione del flusso energetico attraverso diverse tecniche di massaggio e corrispondenti esercizi dalla Vegeto Terapia.

## 5. Forme della rilevazione diagnostica

- 5.0.1. La terapeuta della Biodinamica Terapia crea attraverso la sua presenza e il suo atteggiamento privo di valorizzazioni uno spazio terapeutico sicuro, nel quale la cliente può sentirsi protetta. Questa è la premessa necessaria per ogni procedimento e deve essere ogni volta posta al sicuro.
- 5.0.2. La terapeuta e la cliente decidono insieme uno scopo del lavoro terapeutico sulla base dai disturbi e richieste

dichiarati dalla cliente.

- 5.0.3. Nella ricognizione diagnostica il terapeuta percepisce stando accanto al cliente durante il colloquio in qual modo il flusso energetico si esprime attraverso il corpo (Bodyreading). Ad esempio una stagnazione a livello della testa si può mostrare in una figura fisica nella quale la parte della testa è carica di molta energia, ed il resto del corpo è alimentato da energia in maniera ridotta; ciò si può mostrare nella freddezza delle estremità del corpo e si confà ad una struttura schizoide.
- 5.0.4. Inoltre appartengono alla rilevazione diagnostica domande come: come cammina, come sta in piedi, come parla il cliente? Quali particolarità appaiono nell'atteggiamento del corpo?
- 5.0.5. Nella rilevazione tattile sul corpo dei clienti, la terapeuta sonda la loro percezione e in questo modo verifica il loro modello energetico. Ad esempio in una persona orientata a produrre o essere scorrevoli, cosa che è percepita dalla terapeuta nella forte tensione della muscolatura e che si confà ad una struttura rigida o ad una struttura masochista.
- 5.0.6. La rilevazione tattile comprende anche la percezione del turgore e della trofia dei tessuti, la sedimentazione, l'indurimento, l'irrigidimento dell'organismo, così come le stagnazioni e gli spostamenti nella gestione del calore corporeo. Infine il terapeuta nella sua rilevazione sonda tutti i tessuti corporei: l'ossatura, le articolazioni, la muscolatura, i tessuti connettivi, i nervi e i vasi fino all'aura.

## **6. Concetto terapeutico**

### **6.0. Avvio e sviluppo del processo**

- 6.0.1. Nella prima seduta il terapeuta chiarisce insieme col cliente qual è suo scopo terapeutico.
- 6.0.2. La terapeuta al primo incontro s'informa del trascorso di malattie del cliente e gli illustra il metodo e le sue possibilità. La terapeuta concorda con il cliente le condizioni e i costi delle sedute.
- 6.0.3. Poiché nella Biodinamica Terapia si guarda il libero flusso energetico dell'energia vitale, il terapeuta apprende cautamente e a contatto con la cliente come si esprime l'energia, dove essa scorre e dove si blocca. Già Ippocrate rendeva responsabili le forze di autocura, di questa energia vitale, per la salute e la malattia. Questa energia vitale, chiamata da Wilhelm Reich «flusso libidinale», si esprime strutturalmente ed energeticamente nel tessuto corporeo e nell'atteggiamento del cliente. Il terapeuta esperto nella sua rilevazione diagnostica si fa un'idea del cliente che diviene la base del modo di procedere terapeutico. In essa vi convergono: l'atteggiamento del cliente, il suo modello di respirazione, il suo modo di esprimersi e la sua situazione di salute attuale. Attraverso la rilevazione tattile, il terapeuta percepisce sulla superficie del corpo lo stato dei diversi tessuti e lo integra nel quadro generale.
- 6.0.4. Come strumento per il processo vegetativo (relativo al sistema nervoso autonomo) la terapeuta utilizza nel lavoro sul corpo lo stetoscopio, e lo pone sulla pancia del cliente. Poiché l'energia stagnante si mostra sempre in uno spostamento dei flussi (omeostasi disturbata) la Psicoperistalsi reagisce allentando o attivando questa energia. La Psicoperistalsi è un'espressione del sistema nervoso autonomo, indicando che il sistema parasimpatico è attivato, e che i processi di rigenerazione a essa collegati sono attivati (autoregolazione).

Per i clienti questo diventa percepibile in un sentimento della calma, dello scorrere, della rilassatezza e dell'essere un insieme con il tutto, fino ad addormentarsi.

Questo «processo di fusione», il cambio sulla parte parasimpatica della rigenerazione può avvenire solo in uno spazio sicuro, tranquillo e affidabile.



- 6.0.5. Nello sviluppo terapeutico è importante che il terapeuta comprenda dove la cliente si trova nella traccia di coscienza. Quando il processo si blocca, il terapeuta costruisce un ponte affinché la cliente possa avanzare allo stadio seguente. Il terapeuta ad esempio durante il trattamento fisico percepisce una tensione improvvisa, di un modello di respirazione che muta.

Allora il terapeuta chiede al cliente che cosa succede, dove si trova, che cosa percepisce nel corpo, e lo invita a entrare nel qui ed ora del processo, ed a trovare parole per quelle sensazioni che fino ad allora erano oppresse in una fatica. Spesso proprio a questi punti di stagnazione, le teme centrali del cliente diventano chiari. Se ad esempio il cliente incrocia le braccia davanti al torace, il terapeuta percepisce la tensione nascente, e attraverso il suo rivolgersi al cliente, quest'ultimo comprende che lui sta proteggendo il suo cuore. Oppure il terapeuta si rende conto di una respirazione appianata, e il cliente percepisce una paura che muta mentre si esprime in parole o semplicemente mentre accetta la percezione, e con questo entra in circolo un processo di coscienza importante.

Il terapeuta accompagna questo processo di prendere coscienza sostenendo il cliente a trovare parole che esprimano le sue percezioni o sentimenti. Il terapeuta è cosciente che di scrivere di sopra o di impregnare di nuovo il vecchio modello inibitorio del cervello è possibile solo attraverso sempre nuovi riconoscimenti della realtà dei fatti.

- 6.0.6. All'inizio di una seduta si chiede che cosa sia accaduto fra una seduta e l'altra, e si definisce se necessario che cosa dev'essere integrato.
- 6.0.7. Nel processo terapeutico il cliente impara di nuovo ad avere un accesso consapevole alle sue originarie sensazioni fisiche. Connesso a questo, egli entra in contatto con sentimenti che non hanno trovato nessuna espressione e che sono stati somatizzati dal corpo (Ciclo Vasomotorio incompleto). Egli trova poco a poco accesso alle sue lacrime non versate, alla furia non concessa (carica, energia), alla paura non provata (contrazioni) al sorriso trattenuto. L'energia vitale liverata nel processo terapeutico («flusso libidinale» secondo Wilhelm Reich) concede al cliente sempre più accesso alla sua autoregolazione e con ciò all'indipendenza e all'autonomia.
- 6.0.8. La terapeuta si serve delle tecniche:

Massaggi Biorelease: per Biorelease s'intende un concetto generico per tecniche di massaggio per scaricare stress fisici e psichici, senza toccare la profondità dell'inconscio. Ne fanno parte anche pratiche di rilassamento di percezione e di respirazione che le pazienti possono utilizzare da sé anche a casa per rilassarsi.

Massaggi della Biodinamica Terapia: Gerda Boyesen sviluppò nel corso del suo lavoro teorico numerose tecniche di massaggio. Esse agiscono per ridurre le tensioni fisiche e psichiche, per riequilibrare l'energia e ristabilire l'equilibrio fisico e psichico. Diverse adozioni di tecniche nascono attraverso le diverse intenzioni dalle quali ne deriva l'impostazione: i massaggi possono essere motivati da intenzioni per rivitalizzare, armonizzare, provocare, sedare, distribuire, confermare. Per valutare l'adozione dei singoli massaggi si adopera lo schema del Ciclo Vasomotorio. Seconda di dove il flusso energetico è interrotto, il massaggio adatto è dato. (Ad esempio, in ipotonia massaggi tonificanti sono adottati, in ipertonìa massaggi de-tonificanti sono elaborati).

Deep Draining (integrazione psico-posturale): Questa tecnica di massaggio ha come scopo quello di sciogliere l'atteggiamento disfunzionale del corpo e il modello di respirazione limitato e limitante. La terapeuta lavora nelle fasce più profonde della muscolatura e dei tessuti connettivi. Il concetto Deep Draining definisce la profonda evacuazione ovvero la rimozione del liquido stagnante dai tessuti connettivi e dalle parti muscolari contratte. Sistematicamente in questa tecnica di massaggio il corpo è liberato dall'intrapreso atteggiamento sbagliato a livello dell'articolazione, del tessuto connettivale, della muscolatura, della pelle e dell'aura (campo morfogenetico intorno al corpo del cliente). Ad esempio con il riflesso allo shock, la mobilità del diaframma diviene limitata, cosa che si riscontra nel mutato modello di respirazione. In seguito allo scioglimento graduale della tensione del diaframma, l'onda del respiro è liberata e con questo si può correggere l'atteggiamento sbagliato nel corpo. Il Deep Draining può attivare reazioni vegetative ed emozionali e risolvere processi psichici profondi.

Vegeto Terapia: la Vegeto Terapia consiste maggiormente in un incontro diretto e conscio fra terapeuta e cliente. I punti stagnanti emozionali e vegetativi identificati consciamente, si lavora miratamente ad essi.

Alla **persona orientata al pensiero** la terapeuta dà delle immagini corrispondenti e comunica in questo modo al cliente il suo benvenuto.

Con **clienti orientati al bisogno**, può essere intrapreso tutto ciò che dà la permissione di «poter essere bisognoso», dall'attenzione più ravvicinata fino a tenerli in braccio e cullarli.

Con **clienti portati a farsi carico** si tratta di portare la carica fino al Tu. Poiché essi però tendano a «tirare dalla seconda fila» può essere che la terapeuta lavori con esercizi di resistenza, oppure che si conduca il cliente dal lavoro sulle ginocchia (piano infantile) fino in piedi (piano adulto).

In **persone portate al controllo**, la terapeuta tenta di gentilmente rendere conscio il cliente del sentimento del valore fragile di se stesso o di giungere, tramite un esercizio bioenergetico, alla percezione da parte del cliente di debolezze presenti nella sua persona sottostante.

In **persone orientate alla produzione** tutto mira alla maturazione dell'ultimo passaggio fino alla personalità genitale, il che consiste in una libera vittima della testardaggine, per divenire veramente capace di amare e pronto per una relazione.

L'approccio della Biodinamica Terapie dello «Stepping stones» (star attenti ai punti di stagnazione) e «Rooted talking» (il terapeuta motiva attraverso il suo modello collegato a terra) sono due altri strumenti della Vegeto Terapia.

- 6.0.9. La Biodinamica Terapia permette un accesso diretto al corpo e, insieme a questo, all'inconscio incorporato, della storia del cliente venuta evidente. Questo fa sì che il cliente ritrovi accesso alle sue risorse e sviluppi una coscienza, cosa che lui stesso può fare per arrivare nuovamente a una connessione con il proprio corpo (autoregolazione).
- 6.0.10. Attraverso l'orientamento all'energia fisica si può accedere anche ai più precoci traumi infantili prelinguistici. Esperienze traumatiche che si manifestano in blocchi dei diversi tessuti e segmenti del corpo possono da una parte essere portate nel flusso attraverso il processo organico (vegetativo) e dall'altra parte essere integrati nella coscienza.
- 6.0.11. Il cliente può entrare in contatto nello spazio terapeutico sicuro con le sue resistenze protettive evidenti nelle tensioni del corpo. Attraverso il contatto del terapeuta, il cliente è invitato a vivere una nuova positiva energia fisica, tanto che tensioni vecchie si sciogliono. Immagini, sentimenti e pensieri lasciati liberi svelano l'origine della tensione.
- 6.0.12. Attraverso questo lavoro sul corpo l'autoregolazione è rinforzata, e il cliente riceve sempre più accesso alle sue risorse originarie. Con questo il cliente diventa sempre più resistente allo stress e può di nuovo gestire le esigenze del quotidiano.
- 6.0.13. La Biodinamica Terapia può porre in atto un processo di «reparenting» (trad.lett. «rigenitorialità») che ai sensi di una «ripaternizzazione» e di una «rimaternizzazione», permette al cliente di maturare e risolvere processi di sviluppo bloccati. Ciò corrisponde alla «funzione di levatrice» del terapeuta così definita da Gerda Boyesen.

## 7. Limiti del metodo

Il metodo Biodinamica Terapia è adottato terapeutamente con bambini, giovani ed adulti.

La Biodinamica Terapia non è adatta per il trattamento di:

- Disturbi comportamentali, cognitivi
- Psicosi acute
- Depressione maggiore
- Disturbo bipolare
- (Ipo-) Manie
- Malattie organiche del cervello
- Sindromi psichiche

- Seri disturbi della personalità
- Seri forme di anoressia nervosa

Queste forme di malattia sono controindicate e necessitano il trattamento medico o psichiatrico.

## **8. Differenziazione del metodo per competenze d'impiego (opzionale)**

## **9. Risorse per il metodo**

### **9.0. Conoscenze**

- 9.0.1. La dottrina indiana antica sull'embriologia dei tipi di: pietra, guerriero e sole è un approccio terapeutico.
- 9.0.2. Il Ciclo Vasomotorio
  - Sapere riguardante il Ciclo Vasomotorio
  - Comprendere le possibili interruzioni del Ciclo Vasomotorio e del significato di queste interruzioni nello sviluppo psicosessuale della persona.
- 9.0.3. Concetto della prima e seconda personalità.
- 9.0.4. Teoria del riflesso allo spavento e riflesso allo stress
- 9.0.5. Teoria della Psicoperistalsi
  - Comprendere la grande importanza del sistema nervoso come causa dei rumori del intestino
  - Lavorare con le rumori della Psicoperistalsi, collegamento alla tipologia e alle strutture del carattere.
- 9.0.6. Fisiologia del blocco (Chimico-stasi / Omeostasi).
- 9.0.7. Modello Wilhelm Reich dei segmenti
- 9.0.8. Vegeto Terapia
  - Approccio della Biodinamica Terapia del «Stepping stones» e «Rooted talking».
- 9.0.9. Il dialogo nella Biodinamica Terapia
  - L'intervento verbale e non verbale nel massaggio e nella terapia corporea.
- 9.0.10. Conoscenza della resistenza di protezione del cliente.
- 9.0.11. Processo emozionale.

### **9.1. Abilità**

- 9.1.1. Tecniche di massaggio
  - Massaggi Biorelease
  - Massaggi della Biodinamica Terapia
  - Deep Draining
  - Vegeto Terapia
- 9.1.2. Adozione dello stetoscopio, classificazione e ordine dei diversi rumori del intestino nel processo.
- 9.1.3. Differenziazioni dei diversi tipi di contatto, qualità dei tessuti, diverse intenzioni nel massaggio.
- 9.1.4. Diversi segnali di energia stagnante e corrente.
- 9.1.5. Educazione alla percezione fisica, emozionale e cognitiva.

- 9.1.6. Sviluppo della percezione e del ingegno di osservazione per i processi e mutamenti in se stessi e nelle altere persone.
- 9.1.7. Massaggi della Biodinamica Terapia come strumento per il processo del lavoro.
- 9.1.8. Strumenti della Biodinamica Terapia e metodi per l'anamnesi e rilevazione diagnostica.
- 9.1.9. Massaggi senza stetoscopio:
- Polarizzazione
  - Palming
  - Holding
  - Lifting
  - Massaggio a collo e spalle
  - Massaggio a testa, piedi e mani
  - Massaggio al colon
  - Baby massaggio secondo Eva Reich
  - Massaggio-orgonomia, rivitalizzante, sedativo
  - Massaggio di autoregolazione
  - Massaggio cocktail (dolce shock-impulso, eustress, attraverso un contatto rapido, mutevole, puntuale, secondo un susseguirsi precisamente definito, per la stimolazione del sistema simpatico).
  - Massaggio cinque-punti
- 9.1.10. Massaggi con stetoscopio:
- Massaggio di distribuzione dell'energia
  - Massaggio a collo e spalle
  - Massaggio a testa, mani e piedi
  - Emptying (trad.lett. «svuotamento»)
  - Basic touch
  - Massaggio al periostio
  - Trattamento del sintomo (ad esempio possono essere migliorati da subito disturbi acuti di stagnazione nell'ambito della testa con tecniche di grounding, o radicamento, senza andare su di un piano più profondo)
  - Massaggio del canale Es
  - Basic touch – sequenza
  - Lavoro sull'aura (Basic touch, palming e manipolazioni di riversamento nel campo energetico del corpo; Aura packing)
  - Combinazioni di massaggi
- 9.1.11. Esercitazioni della Biodinamica Terapia:
- Esercitazioni di grounding (prendere contatto con la terra)
  - Esercitazioni di respirazione
  - Esercitazioni di rilassamento
  - Esercitazioni tonificanti e rivitalizzanti
  - Esercitazioni di orgonomia
  - Esercitazioni di rinforzo dell'io
  - Esercitazioni di determinazione e di relazione
  - Esercitazioni psicodinamiche di gruppo, durante la formazione
  - Esercitazioni di visualizzazione
  - Viaggi di fantasia
  - Bodyreading
  - Emptying verbale

## **9.2. Atteggiamenti**

### 9.2.1. Il terapeuta:

- è accordante (senza resistenza e aperto al cliente)
- è accorto a mantenere lo spazio protetto
- è non invasivo, rispettoso della resistenza protettiva
- è orientato al processo
- ha una funzione di levatrice
- è chiaro del suo atteggiamento etica e agisce in conseguenza di ciò

9.2.2. La terapeuta amplia e verifica continuamente il suo lavoro attraverso l'aggiornamento della formazione e supervisione.

## **10. Posizione**

### **10.0. Relazione del metodo con la medicina alternativa e la medicina scolastica**

10.0.1. La medicina alternativa e la medicina scolastica sono apprezzate e il loro valore nella sanità è riconosciuto. Nella rilevazione diagnostica la terapeuta s'informa su rilevazioni e diagnosi eventuali di medicina alternativa e/o di medicina scolastica. Altre terapie e medicazioni sono considerate anche nel lavoro terapeutico. Se necessario sono coinvolte altre persone dell'ambito sanitario specialistico per assistere il cliente di modo integrale. A questo scopo la terapeuta incentiva attivamente la collaborazione interdisciplinare e lo scambio con persone specialiste della medicina alternativa e scolastica.

### **10.1. Determinazione del metodo rispetto ad altri metodi e mestieri**

10.1.1. La Biodinamica Terapia si differenzia dalla psicoterapia e dalla psicoterapia corporea per i seguenti punti:

- La Biodinamica Terapia si orienta al modello delle strutture del carattere secondo Wilhelm Reich. Essa si differenzia dunque da psicoterapie cognitive come ad esempio la psicoanalisi classica secondo Sigmund Freud, l'analisi dei sogni secondo C.G. Jung e altre terapie incentrate sul dialogo. La Biodinamica Terapia lavora nel tutt'uno, coinvolge il corpo e la lingua del corpo consapevolmente, e sostiene il processo terapeutico attraverso le tecniche di massaggio biodinamico.
- La Biodinamica Terapia lavora orientandosi al corpo e al processo. Essa rinforza la percezione di sé, l'autoregolazione e la responsabilità del cliente nella guarigione. Al contrario della psicoterapia essa non diagnostica e non tratta disturbi psichici secondo la definizione del WHO (International Statistical Classification of Disease and Related Health Problems, attualmente ICD-10).
- La Biodinamica Terapia si differenzia dalla psicoterapia corporea poiché essa lavora direttamente con il corpo mediante le tecniche di massaggio biodinamiche specifiche, così come furono sviluppate da Gerda Boyesen.

## **11. Ripartizione e area della branca di formazione TC**

### **P**

### **11.0. Ore minime per un ciclo di formazione**

La formazione in Biodinamica Terapia racchiude come minimo 500 ore in presenza e 1250 ore di studio.

## Riferimenti bibliografici

Boyesen Gerda: Tra psiche e soma. Introduzione alla psicologia biodinamica.  
Astrolabio Ubaldini. 1999

Boadella David: Biosintesi. L'integrazione terapeutica di azione, sentimento e pensiero.  
Astrolabio Ubaldini. 1987

Boadella David, Liss Jerome K.: La psicoterapia del corpo. Le nuove frontiere tra corpo e mente.  
Astrolabio Ubaldini. 1986

Enders Giulia: L'intestino felice. I segreti dell'organo meno conosciuto del nostro corpo.  
Sonzogno. 2015

Reich Wilhelm: Analisi del carattere. (1933)  
Sugarco Edizioni. 1994

Sassone Roberto Maria: Wilhelm Reich. Dall'energia vitale alla spiritualità naturale.  
Anima Edizioni

### In Tedesco

Boadella David: Befreite Lebensenergie, Kösel Verlag 1991

Boyesen Gerda: Über den Körper die Seele heilen. Kösel Verlag, München 1987

Boyesen Mona Lisa und Gerda: Biodynamik des Lebens – die Gerda Boyesen Methode.  
Synthesis Verlag, Essen 1987

Boyesen Gerda: Von der Lust am Heilen – Quintessenz meines Lebens. Kösel Verlag

Boyesen Paul und Huber Hans-Georg: Eigentlich möchte ich.... Leben zwischen Wunsch  
und Wirklichkeit. Kösel, München 1991

Enders Giulia: Darm mit Charme. Ullstein Verlag, Berlin 2014

Eberwein Werner: Impulse von Innen: Biodynamik, Körperpsychotherapie zur Heilung und  
Selbstfindung. Transform, Oldenburg 1990 (nur noch antiquarisch erhältlich)

Greuter Ulfried: Körperpsychotherapie. Springer Verlag 2015

Maul Bernhard: Körperpsychotherapie oder die Kunst der Begegnung. Bernhard Maul Verlag  
Berlin 1992

Reich Wilhelm: Charakteranalyse (1933). Erweiterte Fassung, Kiepenheuer & Witsch, 1970

Sandner Barbara: Theoriebildung in der Biodynamik, in: Energie und Charakter, Heft 11,  
Juni 1995, Bernhard Maul Verlag, Berlin

Schleip Robert: Lehrbuch Faszien. Urban & Fischer Verlag, 2014

Zundel Edith und Rolf: Leitfiguren der Psychotherapie – Gerda Boyesen, in DIE ZEIT No. 47,  
14. November 1986