



# CSTG-Newsletter n.61 luglio 11

della learning community del Centro Studi di Terapia della Gestalt



<b>Edit</b>	<b>1</b>
<b>Topic</b>	<b>2</b>
<b>Scuola e dintorni</b>	<b>5</b>
<b>Eventi</b>	<b>8</b>
<b>Segnalazioni</b>	<b>10</b>
<b>Perls's pearls</b>	<b>12</b>
<b>Risonanze</b>	<b>13</b>
<b>Visti e letti</b>	<b>13</b>
<b>Da giornali e riviste</b>	<b>14</b>
<b>Fatti della vita</b>	<b>19</b>
<b>Poesis</b>	<b>19</b>
<b>Witz e Giochi</b>	<b>20</b>

## Edit

Carissimi,

nell'augurarvi una buona estate trasmetto un caloroso saluto che **Erving Polster** ci ha mandato dopo aver tenuto il seminario su **Pathways to connectedness**: Now I am back home and altogether over the jet lag. What remains with me, however, is remembering the wonderful pleasures I had in Italy. It all began in Milano, where I felt the exuberance of the people and the lovely hospitality you and Giuliana both gave to Rose Lee and me. It was a great pleasure to have conversations with you and meals together. I am also remembering the end of the workshop where you invited people to join into the kind of group we were talking about and I am wondering whether anything further developed.

E' stato completato il lavoro sulle videregistrazioni, grazie al contributo di Rosa Versaci che ringrazio a nome di tutti anche per il suo prezioso contributo alla realizzazione del Seminario. I CD saranno a disposizione in Segreteria a breve.

- per il **Ciclo di conferenze su: "Dialoghi sull'amore"** si è tenuto l' **incontro con Paolo Mottana con la presentazione di Sara Bergomi su "Eros e il bambino barbarico"**. Un evento di grande suggestione che ci auguriamo possa essere seguito da iniziative di collaborazione più strutturata sul tema del mondo immaginale tra letteratura e psicologia.

- Prosegue il **master sulla Gestalt Group leadership** che prevede il periodo residenziale a fine luglio, argomento per il quale si rimanda alle pagine che seguono.

- si è tenuto a fine giugno il modulo **intensivo su "Corpo e immagine"** che ha rappresentato essenzialmente un'occasione per definire la originale filosofia di intervento di questa iniziativa che, contrariamente alle proposte maggiormente disponibili sul mercato, si propone di agire maggiormente a livello psicologico che non puramente dietologico e sanitario in tema di problematiche collegate al sovrappeso. E' stato definito il programma annuale degli interventi che prevedono 4 fine settimana introduttivi, due residenziali di 5 giorni nonché gli incontri mensili di accompagnamento per complessive dieci giornate di lavoro per il programma annuale complessivo. Seguiranno a parte informazioni più dettagliate.

- a fine luglio si terrà il seminario su **Dreamwork e Grandi archetipi** con la partecipazione mia, di Giorgio Antonelli e di Herbert Hoffman. Il seminario rappresenta un appuntamento che compie il quarto anno di vita e che è particolarmente atteso da chi ama familiarizzarsi con il mondo immaginale e con la incredibile *poiesis* che ci si rivela attraverso il sogno. Verrà dato spazio anche ad un lavoro di drammatizzazione che prevede il richiamo ai grandi archetipi (le dodici figure delle divinità olimpiche) come paradigmi di rispecchiamento della pluralità del sé nella forma valoriale idealizzata propria della cultura greca e che, a detta di James Hillman con il quale concordo, esprime forse la forma più universale di "figure" identificative nelle quali ritrovarsi nei diversi aspetti dell'esistenza.

- E' stato confermato un modulo di **Orthos per il trattamento del gioco d'azzardo patologico** presso la sede di Siena dal 16 agosto al 7 settembre mentre quello presso la sede di Milano viene spostato ad ottobre. Presso



il Secondo Circolo di Milano verrà stipulata a breve la conferma per il prosieguo dello sportello di counseling per giocatori problematici.

- Per la seconda settimana di agosto è previsto il seminario su "la **Gestalt incontra il Tantra**" con la partecipazione del maestro di tantra classico Dada Krishananda. Il seminario, di cui seguirà a breve il programma dettagliato, si compone di pratiche meditative tantriche (statiche e dinamiche), danza e musica kirtan, cucina ayurvedica, esercizi quotidiani di yoga, insegnamenti, letture selezionate ed esercizi di emozional release. Sull'argomento del Tantra verterà il *topic* di questo numero grazie alla sintesi di una interessante tesina elaborata da Sandra Pesciallo che ringrazio per la generosa condivisione.

- ringrazio Cristina Tegon per le **foto di alcune finestre di Praga**.

Grazie e buona lettura  
Riccardo Zerbetto



SHIVA E EHAkti

## Topic

### INTRODUZIONE AL TANTRA

di Sandra Pesciallo

#### 1. Il Tantra come conoscenza che espande corpo, mente e coscienza

Il Tantra è un approccio olistico allo studio dell'Universale dal punto di vista dell'individuo: lo studio del macrocosmo attraverso lo studio del microcosmo. Trae da ogni scienza – astronomia, astrologia, numerologia, fisiognomica, fisica, chimica, alchimia, Ayurveda, psicologia, parapsicologia, matematica, geometria – per rendere disponibili strumenti per la realizzazione dei più alti ideali filosofici nella vita di tutti i giorni.

Il Tantra raccoglie le diverse aree della conoscenza come perle su un filo. Lo straordinario rosario che si forma è uno strumento unico per valorizzare la vita fisica, mentale e spirituale di uomini e donne.

Il Tantra studia l'albero della vita stesso invece che limitarsi a considerarne i singoli rami. Questo albero, il macrocosmo, è la grande organizzazione dei diversi elementi uniti dalla legge comune (dharma) che è condizione essenziale della loro stessa natura. Il Tantra vuole comprendere la legge che sottende i diversi fenomeni nel mondo dell'esistenza relativa (maya) e usarla a promuovere lo sviluppo della coscienza attraverso tecniche di

espansione psichica e corporea che concernono anche, ma non esclusivamente, l'eros individuale, di coppia o di gruppo. E' considerato una metafisica del sesso che permette, se seguita con l'ausilio dello studio dei testi tradizionali e di un insegnamento qualificato, di uscire dalla sfera individuale, dal mondo per come lo intendiamo normalmente, e di percorrere itinerari che liberano dai condizionamenti e dalle limitatezze, dapprima la psiche, poi la mente spirituale, infine l'intero cosmo, nel momento in cui si riesce a realizzare l'identificazione tra se stessi e il cosmo.

#### 2. Definizione

Il termine Tantra deriva dal sanscrito "tan" che significa "continuità" e "tra" che significa "estensione"; questa etimologia indica la capacità di dilatare la conoscenza fino al riconoscimento della natura pura che soggiace ad ogni fenomeno. Con la parola Tantra si indica un insieme di dottrine e di pratiche millenarie volte all'espansione dell'ordinario stato di coscienza.

Il Tantra va al di là di ogni limite spaziale e temporale che diverge completamente dagli schemi delle religioni e delle filosofie occidentali che negano la carnalità, i desideri e l'attaccamento a tutto ciò che è terreno considerandoli ostacoli alla crescita spirituale. Nel Tantra il corpo diventa un tempio, un veicolo per raggiungere la spiritualità, trasformandosi in un'emanazione divina che conduce alla comunione con l'Universo. Inoltre con tutti i suoi processi fisici e biologici, esso è anche uno strumento attraverso il quale operano le forze cosmiche. La struttura umana e le manifestazioni del macrocosmo esterno sono simili e tutto quello che è nell'Universo deve esistere in una certa forma e in una certa proporzione anche nel microcosmo, cioè nel corpo umano. Il Tantra insegna che gli istinti dell'uomo, i suoi bisogni naturali, sono necessari per "nutrire" il corpo così come sono necessari il cibo, l'acqua e il sesso per procreare. Ecco perché in questa disciplina filosofica il rapporto sessuale è così fondamentale. La sessualità nel Tantra diventa energia spirituale, stimolo vitale, una forma di meditazione che conduce l'uomo e la donna verso la conoscenza e la consapevolezza dando loro inoltre la sensazione di essere in comunione con Dio.



Il rapporto fisico è un mezzo per catturare, magnificare e interagire con i processi del Cosmo attraverso i quali si manifesta l'intero Universo. L'atto sessuale diventa una disciplina meditativa attraverso la quale l'anima raggiunge la perfezione spirituale. La coppia che pratica l'unione sessuale tantrica, il Maithuna, utilizza le energie fisiche dell'uomo unendole a quelle della donna per raggiungere uno stato di completa armonia con l'Assoluto.

Nel Tantra il godimento fisico non deve essere breve e forzato, ma continuo, spontaneo e raggiunto senza pressioni. La sessualità, e quindi il corpo, è un elemento fondamentale attraverso cui si impara ad amare se stessi, a risvegliare le proprie energie vitali per riversarle poi nell'unione con l'altro. Per questo il Tantra utilizza un complesso e al tempo stesso affascinante simbolismo per rappresentare l'anatomia umana. Ad esempio la colonna vertebrale è vista come l'albero della vita con le radici nel mondo sotterraneo e i rami tesi verso il Paradiso. Alla base dell'albero vertebrale si trova il Serpente del Potere, immagine simbolica del potere divino che si manifesta nella natura. La sessualità tantrica consiste nel risveglio del serpente e nella sua ascesa controllata dalle radici dell'albero ai rami. Questo processo porta a un'illuminazione spirituale e alla liberazione finale da tutto ciò che è materiale. Quando il serpente si trova alla base dell'albero "vertebrale" si manifesta come energia sessuale; quando comincia a salire viene denominato "kundalini"; quando raggiunge la cima dell'albero diventa Spirito. Durante l'atto quindi il serpente non fa altro che svegliarsi e dirigersi verso la contemplazione del divino incarnato nella donna e nell'uomo.

### 3. Storia del Tantra

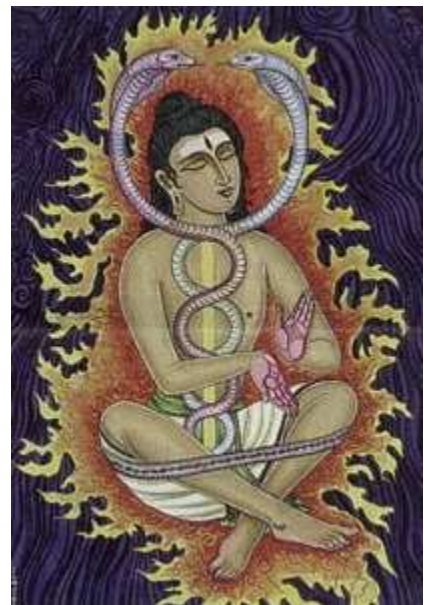
Il tantrismo fu un movimento spirituale animato dal desiderio di emanciparsi dal formalismo bramino e dalla forte esigenza di un diretto contatto con il sacro, superando ogni precisazione speculativa o condizionamento di appartenenza ad una casta.

Le origini del Tantra risalgono al 2000 a.C. circa, quando gli Harappi popolarono la valle degli Indù.

Questa popolazione godeva d'un notevole benessere e mostrava uno spiccato amore per le arti. La società degli Harappi era di tipo matriarcale. La principale preoccupazione degli Harappi era di vivere nel benessere, e ogni loro abitazione era dotata almeno di un bagno, cosa impensabile per quei tempi. A questo proposito, è utile ricordare che anche nella piazza della capitale Mohenjo-Daro, l'edificio dominante non era una torre o un tempio, bensì una grande piscina, un vero monumento al benessere. Nelle culture matriarcali la donna occupa un posto d'onore, tanto nella vita profana come nella religione, che è incentrata sulla Dea madre. La figura femminile domina i santuari. Braccia aperte, e gambe divaricate, ella si offre all'adorazione.

E' da segnalare anche l'uso degli Harappi, di porre un grande letto nella stanza principale delle case. Era il letto della padrona di casa e lì, nella stanza principale, nel salotto, si celebrava l'atto amoroso. Nelle società matriarcali anche la religione era un'esperienza viva, in cui l'incontro con il divino non era legata a un sistema di dogmi e credenze, ma veniva sperimentato personalmente. Perciò la religione degli Harappi è strettamente legata al corpo, al piacere e alla sessualità. Diversamente nelle società patriarcali il divino è lontano e diventa quasi irraggiungibile dall'essere umano: il divino non è vissuto all'interno della coscienza individuale e perciò nasce l'esigenza di riempire questo spazio incolmabile tra l'uomo e il divino con le credenze, rituali e intermediari (i sacerdoti) che fanno da ponte tra la terra e il cielo. Dunque il passaggio di un'organizzazione matriarcale della società a una patriarcale, che avvenne sia in India sia in Europa, cambiò notevolmente le concezioni religiose: mentre il Tantra conosce una vasta gamma di rappresentazione femminile. Nella cultura cristiana invece è spezzato: la donna appare o come puttana, o come madonna, in adorazione passiva del suo frutto maschile.

Nel Tantra, le rappresentazioni del femminile sono sessuali e spirituali, estatiche e intelligenti, feroci e pacificanti. Quale liberazione poter essere spirituali, senza dovere stare in ginocchio con gli occhi abbassati, pii e casti. La donna può mostrare acutezza, lucidità o rabbia e può celebrare il suo essere femmina. Il Tantra ebbe il suo periodo di maggior fioritura tra il X e il XII secolo dopo Cristo, nel Nord dell'India, e fu in seguito soppresso, con il prevalere della religione islamica. Sopravvisse tuttavia in scuole segrete, specie nel Bengala e nell'Assam, e qui stabilì rapporti fruttuosi con la Cina, dove si era formata la seconda scuola di sessualità consapevole, quella taoista. In Tibet, invece, al riparo dagli influssi degli altri popoli, il Tantra poté esprimersi alla luce del sole, sposandosi con il Buddismo e con il Bon, l'antica religione sciamanica della Terra delle Nevi (il Tibet). Guru Padmasambhava, un famoso tantrico indiano, viaggiò nel Tibet nell'VII secolo dopo Cristo, e insegnò il Vajrayana (la via del Diamante) ai primi discepoli, fondando la scuola Nyigmapa del buddismo tibetano. Nell'undicesimo secolo il traduttore tibetano Marpa viaggiò in India per studiare il Tantra di Naropa, discepolo di Tilopa. Tornato in Tibet, tradusse e insegnò i principi tantrici al suo celeberrimo discepolo Milarepa. Da questo periodo cominciò la larga divulgazione del Tantra in Tibet. I suoi insegnamenti furono la base della scuola Kagyupa del tantrismo tibetano. Ed è proprio in Tibet, che accanto a lama di sesso maschile troviamo donne sapienti e venerate. Col passare dei secoli, anche in Tibet alcune scuole, come la Gelugpa (quella del Dalai Lama per intenderci), iniziarono a prendere le distanze dal cosiddetto "Tantra Rosso" e si limitarono a studiare l'unione tra il maschile e il femminile sul piano energetico, senza badare più al contatto fisico: questa versione più metafisica fu il cosiddetto "Tantra Bianco" il quale si sposava benissimo con i voti di castità dei monaci buddhisti.





Così il noto mantra buddhista Om Mani Padme Hum, viene tradotto come "il gioiello del loto". Il suo significato ha origine tantriche, poichè Mani, il gioiello, è l'equivalente tibetano del sanscrito vajra (diamante) che è l'organo sessuale maschile; Padme è il fiore di loto, che simboleggia la yoni, la vagina; perciò "il gioiello nel loto" non significa altro che l'unione sessuale, il Mithuna, in cui il principio maschile e quello femminile si uniscono sia in un senso carnale, sia in senso mistico.

I secoli successivi furono secoli di decadenza per il Tantra in India, e soltanto dopo la rivoluzione sessuale degli anni Settanta (1970) e l'emancipazione della donna in occidente, si preparò la riscoperta dell'unione del piacere con la spiritualità. Negli ultimi decenni i Lama tibetani, hanno portato gli insegnamenti del Tantra Bianco in Europa e in America e alcuni di loro, come Lama Yesce, Lama Zopa, o Chogyam Trungpa Rinpoche, hanno fatto molto per adattare le meditazioni tibetane alla mentalità dell'occidente. In India molti ashram si sono aperti agli occidentali. Maestri come Osho, Paramahansa Satyananda o Yogi Bhanan hanno dato chiavi di lettura più aggiornate e comprensibili per gli antichi testi tantrici.

Oggi la sessualità si è liberata e la donna, grazie all'emancipazione, ha ritrovato il suo spazio; la situazione sociale non è più quella di duemila anni fa: ma si presuppone ancora che il sesso appartenga più al maschio e che soddisfi di più il desiderio maschile che quello femminile. Questo preconcetto è il retaggio di secoli di repressione patriarcale esercitata sia sulla sessualità sia sul femminile e impedisce a molte donne di pensare che il buon sesso sia un veicolo per la crescita spirituale, com'era considerato in una cultura concepita al femminile.

#### 4. **Tutto quello che è qui è altrove, tutto quello che non è qui non è da nessuna parte**

Secondo il Tantra la vita è presente ovunque nel cosmo, o meglio: l'universo è vivente, ogni stella è vivente, nel senso totale del termine, dunque abitata da una forma di coscienza, così come ogni infinitesimale particella sub-nucleare. Questa vita universale unica si suddivide in innumerevoli piani di esistenza e coscienza. Per il Tantra essa riempie fino all'ultimo vuoto interstellare. La vita è allora un processo continuo nello spazio e nel tempo, senza iato né chiusure tra tutte le forme di vita.

*Come parte del Tutto, io partecipo al Tutto.* Questo concetto porta al rispetto totale di tutta la vita, sia essa animale, vegetale o batterica.

Siamo costituiti da miliardi di individui cellulari, tutti viventi e coscienti, tutti in comunicazione. Non c'è alcuna separazione impermeabile tra la nostra coscienza cerebrale e quella delle nostre cellule, bensì una successione gerarchizzata di piani di coscienza che interagiscono gli uni sugli altri. Questo significa che se a livello cerebrale siamo ottimisti, distesi e sereni, questo clima favorevole impregnerà tutto il mio corpo. Viceversa, se assicurerò delle corrette condizioni di vita alle cellule, questo le renderà felici, ottimiste e serene: ne conseguirà a livello cerebrale un profondo benessere ed un dinamismo che proverò nell'intero mio essere, ignorandone magari la sorgente profonda.

Il Tantra non vede frontiere tra il corpo e lo spirito. La salute, lungi dall'essere un lusso o il frutto del caso, diventa un dovere. Per il Tantra la creazione non è un atto unico che si produce in un sol colpo, all'inizio dei tempi, ma è un processo permanente. La creazione è qui e ora. L'energia creatrice che suscita l'Universo è presente ovunque nel cosmo, quindi nel nostro corpo, nel nostro cervello, nelle nostre cellule. Ad ogni istante della mia vita una forza misteriosa crea il mio corpo ed è la stessa che ha creato l'universo. La visione tantrica fa saltare le frontiere: esse esistono solo nella nostra mente.

In questo senso la nozione di *overmind* nel Tantra è essenziale. Ciascuna psiche (compresa quella della cellula considerata come proprietaria di una coscienza autonoma a tutti gli effetti) è un campo di forza, un sistema energetico sottile, dunque materiale, nel senso più ampio del termine, senza essere limitato da specifiche molecole o particelle atomiche.

Secondo il tantrismo ogni archetipo o psichismo collettivo è un livello di coscienza distinto, dotato di propria memoria e di propria emotività, sulle quali l'*overmind* centrale può agire, con l'aiuto di immagini mentali appropriate, allo scopo di impartire ad esso degli ordini, di incoraggiarlo, ecc.

L'*overmind* è il depositario ed il ricettacolo di tutta la memoria dell'umanità e chiunque entrerà in contatto con questo *overmind* conoscerà la totalità dell'esperienza e del sapere umano, come pure i sensi, i pensieri e le capacità di ogni uomo ed ogni donna che vive oggi e che ha vissuto in passato. Questo *overmind* è razziale, non individuale. Esso forma un unico *Noi* che include il Maschio e la Femmina cosmici delle origini.

Il Tantra dice che è durante l'istante in cui l'ego si dissolve, appena prima dell'orgasmo, che le *minds*, menti dei compagni di coppia sono in fugace contatto con questo *overmind*. Da questo momento, ogni uomo diviene il Maschio non inibito delle origini e ogni donna la Femmina delle origini. Entrambi si fondono in un'estasi che si autoperpetua e, in questo momento, il loro egoistico "io sono" si perde nel grande Tutto, che è il fine di tutte le grandi religioni.

Per il tantrismo il corpo è pervaso dalla Shakti, l'energia personificata, la suprema Intelligenza cosmica. Anche nei suoi bisogni fisiologici più umili, il tantrico percepisce la sua opera, non gode per lui stesso, per il suo ego; sente e sa che la Shakti gode attraverso di lui, s'incarna in lui, anche se è un uomo. Nel rituale tantrico la prima tappa consiste nel meditare sulla "divinità" corporea del (o della) partner e di se stessi. Nel Maithuna, quando i sessi si uniscono, questo rapporto è vissuto come un evento prodigioso, sacro, che implica l'insieme dei due sistemi cellulari, composti da innumerevoli miliardi di soggetti. Più l'unione si prolunga e si intensifica, più è profonda la partecipazione di ogni cellula all'evento. Il Maithuna tantrico integra i due insiemi cellulari in uno solo. L'atto sessuale tantrico è vissuto in modo completamente diverso dall'atto comune, profano. Nel Tantra sono due sistemi cellulari, due universi che si incontrano. Dal momento in cui i partner si sono uniti l'uno sull'altro, gli scambi avvengono su tutti i piani. Godere diventa un sottoprodotto non essenziale. Invece di essere orientati verso il proprio piacere





egoista, ognuno si apre all'universo corporeo dell'altro come al proprio. L'orgasmo non è rifiutato ma è privo di importanza reale, tanto per la shakti che per lo shiva. Il Maithuna tantrico, ritualizzato e sacralizzato, crea un rapporto molto diverso dal contatto profano, grazie a questo atteggiamento contemplativo nei confronti dell'altro e dall'evento che la loro unione costituisce. La contemplazione non riguarda ciò che dovrebbe prodursi, ma ciò che è. Il rapporto contemplativo immobile prolunga gli scambi quasi all'infinito, frena l'orgasmo maschile senza disagio, non obbliga l'uomo a distogliere per forza la sua attenzione dall'atto. Il suo merito essenziale è di dedicare tempo all'esperienza, indispensabile per la partecipazione totale di ogni cellula. Quando non si cerca di provocare l'orgasmo attraverso i movimenti del corpo, i centri sessuali congiunti diventano un canale di scambi psichici tra i più ricchi. Nessuno dei due partner mira a provocare qualcosa, piuttosto si lasciano andare a ciò che il processo apporta da solo. L'identificazione nell'altro diventa intensissima e soprattutto si svolge come se dalla coppia fosse emanata una nuova entità, dotata di una vita propria.

## Scuola e dintorni

(a cura di: Rosi Tocco [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it))

Carissimi tutti,

non è l'incipit di una comunicazione per voi dalla Segretaria della Segreteria, è l'inizio di un saluto, il mio saluto per voi.

Giugno volge al termine così come la mia lunga e proficua esperienza al CSTG. E' un continuo ripetersi e rincorrersi di saluti in un periodo densissimo di impegni che si ergono come pietre miliari sul cammino della mia vita.

Quando leggerete questa avrò già lasciato queste stanze e sarò tra il mare e gli ulivi immalinconita per ciò che lascio ed eccitata per ciò che sarà.

Sono stata 4 anni e mezzo con voi e tra voi in un succedersi di eventi dolorosi e magici e mai avrei pensato che questa centrifuga che ancora non smette di girare mi avrebbe rivoluzionata. Dentro e fuori.

Pensavo sarebbe stato più facile salutare, ma come si fa a condensare in poche righe ciò che siete stati per me?

Dovessi elencare tutti i ringraziamenti prenderei lo spazio di questo numero della newsletter e allora mi limiterò a dire che vi ringrazio uno ad uno, allievi, ex allievi, docenti, staff, persone di passaggio.

A Donatella e Riccardo un grazie "maiuscolo", a Sara un po' di lacrime che non fanno più tanta fatica a scendere...

Un saluto speciale alla mia classe che anche se non più classe è parte di me più di quanto voglia ammettere.

Grazie anche a Milano che mi ha accolta per ben 22 anni.

Come mai le lettere di questa tastiera iniziano a diventare opache? Mi sarà entrato un moscerino negli occhi? In tutt'è due? Che disdetta, non riesco più a scrivere...

Vi abbraccio stretti e passo il testimone a Manila.

Rosi

P.S. Anche Nira saluta con la coda ringraziando infinitamente per la quantità di taralli ricevuti in quest'ultimo anno...



Il giorno 11 giugno 2011 si è tenuta la **V GIORNATA ANNUALE SULLA RICERCA** presso il CSTG di Via Mercandate, coordinata da **Riccardo Zerbetto**, con una relazione introduttiva a cura di **Laura Cervini**:

### **UNA PAZZA IDEA: ACCOGLI UN OSPITE!**

**Presentazione del Progetto IESA** (Inserimento Eterofamiliare Supportato di Adulti sofferenti di disturbi psichici). Sono intervenuti:

- **Diego Menchi**, Psicologo Psicoterapeuta Gruppoanalista,
  - **Laura Cervini**, Psicologa Psicoterapeuta Gestalt,
- in rappresentanza dell'Associazione di Promozione Sociale

Psicopoint ed

in collaborazione con il Dipartimento di Salute Mentale della ASL TO4 Torino

Questo progetto, di tradizione secolare in molti paesi europei, nasce come soluzione alternativa all'istituzionalizzazione di pazienti psichiatrici che hanno concluso il proprio percorso di comunità e possono trarre beneficio dall'inserimento in una famiglia, selezionata ed abilitata da un'équipe di professionisti (psicologi, psichiatri, infermieri - integrati tra pubblico e privato sociale). L'inserimento eterofamiliare, nella sua forma di tempo pieno o parziale, viene ad assumere implicazioni terapeutico riabilitative, in quanto la famiglia



ospitante, attraverso le sue capacità naturali, affettive, educative, i suoi valori, legami, tradizioni, capacità di supporto e di strutturazione, acquisisce valenza di ambiente terapeutico.

Nasce altresì dalla necessità di confrontarsi con una politica economica sempre meno generosa per la sanità pubblica, e per le famiglie che spesso faticano ad arrivare a fine mese; in cambio dell'ospitalità offerta, infatti, la famiglia riceve un contributo economico sotto forma di rimborso spese mensile.

Il progetto è complementare ed integrato ad altre soluzioni extra-istituzionali (centri diurni, laboratori di lavoro protetto, ecc.) e si accompagna alla continuità delle cure e dei rapporti con il Servizio di Salute Mentale; per tutto il periodo di inserimento, inoltre, l'équipe Iesa monitora e supporta sia l'ospite che la famiglia con interventi domiciliari calibrati.

Gli altri temi della giornata sono stati:

**Presentazione Tesi:**

Meky Massa "Il counseling in medicina"

Laura Dozio: "Il viaggio nel lato oscuro"

Katya Buonomo: "Il cerchio delle Mamme – Un'esperienza di counseling a sostegno della maternità"

**Esperienza di un gruppo femminile della durata decennale** Donatella De Marinis

(studio in relazione alle focus community di Polster)

**Aggiornamento sui progetti di ricerca**

**Cinque anni del Progetto Orthos e avvio di Corpo e Imagine** (Riccardo Zerbetto e Giovanna Puntellini)

**Aspetti psicologici nel cardiopatico congenito adulto** (Edward Callus – Emilia Quadri)

**SOGNO E GRANDI ARCHETIPI**

*"Il sogno... è una specie di attacco frontale al cuore della nostra non-esistenza"* Fritz Perls

**Percorso teorico-esperienziale sul sogno tra Gestalt e psicologia archetipica condotto da:**

**Riccardo Zerbetto e Giorgio Antonelli  
con la partecipazione di Herbert Hoffman**

**Dreamwork:** il workshop teorico-esperienziale prevede un lavoro sui contenuti onirici presentati dai partecipanti in un'ottica gestaltica con integrazioni teoriche in una prospettiva freudiana, junghiana e hillmaniana con riferimenti di carattere antichistico e antropologico sulla pratica della incubazione e della oniromanzia.



**I Grandi Archetipi:** approfondimenti sul tema della dimensione immaginale e della psicologia archetipica nella prospettiva di James Hillman, Henry Corbin e Walter Otto. Verranno tratteggiati, nello specifico, i Grandi archetipi (divinità olimpiche) della tradizione greca con applicazione nel lavoro clinico della prospettiva archetipica.

**Sede e orario:** *Da giovedì 28 luglio ore 18,30 a domenica 31 luglio ore 13,30 2011. Il costo è di 80 euro al giorno per il lavoro teorico-esperienziale, 15 euro a notte per l'ospitalità e di 30 euro per la "pensione completa" al giorno.*

Il workshop prevede – oltre ad una serata "simposiale" 8 ore di lavoro teorico-esperienziale al giorno accreditabili per il Master su **Dreamwork e mondo immaginale** promosso dal CSTG e si svolgeranno presso il

**Podere di Noceto (Ville di Corsano), Via di Grotti-Bagnai 1216**

**Conducono il seminario:**

**Riccardo Zerbetto**, psichiatra, direttore Centro Studi Terapia della Gestalt

**Giorgio Antonelli**, psicoanalista junghiano, Pres. Associazione di Psicologia e letteratura fondata da Aldo Carotenuto

**Herbert Hoffman**, archeologo, psicoterapeuta Gestalt formato con Isha Bloomberg e James Hillman

Per informazioni, [www.psicoterapia.it/cstg](http://www.psicoterapia.it/cstg) e [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) – tel 0229408785



### **ARIANNA, DALLA VICENDA MITICA ALLA SINDROME CLINICA**

Giornata di studi promossa dal **Centro Studi di Terapia della Gestalt** e dal Gruppo "Periegesi del mondo antico" con il patrocinio della **Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP)**

#### **Naxos 05 Settembre 2011**

Porto Naxos Hotel, Ag. Giorgios Beach, città di Naxos

Ad Arianna avvenne di essere abbandonata due volte: da Teseo, che l'aveva portata con sé da Creta dove regnava come Signora del Labirinto, e successivamente da Dioniso. Le varianti del mito sono ovviamente molte e tutte cariche di significato che riverbera in molteplici rifrangenze sia di carattere mitico - letterario, che storico-antropologico, ma che comportano anche pregnanti collegamenti con la psiche umana. Con la psicologia femminile, in particolare, per questa singolare reiterazione del tema abbandonico e che viene richiamato, con sempre maggiore insistenza, come "sindrome di Arianna".

Su questo tema si confronteranno contributi di derivazione interdisciplinare – antichistica, storica, mitologica, psicopatologica, artistica – per favorire un *epanuissement* del tema nella polisemia di significati di cui è pregnante, come pochi altri.

L'incontro si svolgerà nell'isola dove Arianna venne abbandonata da Teseo, l'isola di Naxos, a metà del percorso tra Creta e l'Attica e che, metaforicamente, indica anche un passaggio epocale nella storia dell'Occidente.

L'incontro segue dieci anni di peregrinazioni "periegetiche" sulle orme di Pausania da parte di cultori delle discipline citate e che quest'anno hanno ritenuto interessante aprire il loro scambi di opinioni e suggestioni a Colleghi o persone comunque interessati a tale ibridazione di competenze. Nella salvaguardia di un appassionato approfondimento, il seminario di studio vuole configurarsi come momento che privilegia i contenuti stessi più che l'apparato organizzativo e di immagine.

Coordinano il Seminario, Riccardo Zerbetto, direttore del Centro Studi di Terapia della Gestalt e Primo Lorenzi, psicopatologo, autore di "Donne e Dee" (Alpes, Roma 2011) e "Mal d'amore, innamoramento, gelosia, malinconia amorosa, amore molesto" (Antigone, Torino, 2010)

#### **Programma della mattinata: Arianna, antropologia di una figura mitologica**

**ore 9- 12,30.**

Moderatori: Primo Lorenzi e Maria Teresa Fabbri

Ore 9 : Riccardo Zerbetto : "Polisemia e sovra determinazione nel mito di Arianna, Sul significato della giornata e articolazione della stessa"

9,30 Daniela Fausti : "La figura di Arianna nelle fonti antiche"

10,00: Moreno Lifodi : "Il mito di Arianna, fortuna letteraria"

10,30 : Marco Rapetti : "Il mito di Arianna nella musica colta occidentale"

11,00: Simona Pasquinucci, Gianluca Tormen : "Arianna , fortuna iconografica"

11,30 : Nicoletta Onesti e Cristina Lombardi : " Valchirie e regine abbandonate nelle saghe nordiche e nella poesia germanica medievale"

12,00 Discussione generale e pranzo

#### **Programma del pomeriggio: "Arianna, dimensioni mediche e psicologiche"**

**Ore 15 -18.**

Moderatori : Riccardo Zerbetto e Nora Griffiths

15,00: Primo Lorenzi: Arianna, figura della relazionalità amorosa

15,30: Concetta Stornante: "Arianna a Naxos: note sul lutto da abbandono amoroso"

16,00: Laura Bracco : "Emozioni e memoria, correlati neurobiologici"

16,30: Franco Savelli : "Correlati internistici delle sindromi abbandoniche"

17,00: Riccardo Zerbetto, Lorenzi Primo : "La sindrome di Arianna"

17,30 : discussione Generale



Note: è prevista la raccolta degli interventi e pubblicazione in un volume monografico. Ove potrebbero essere anche accolti altri contributi sul tema che dovessero aggiungersi successivamente.

**Segreteria scientifica:** Riccardo Zerbetto ([zerbetto.r@mclink.it](mailto:zerbetto.r@mclink.it)), Primo Lorenzi ([p.lorenzi@libero.it](mailto:p.lorenzi@libero.it)); e Daniela Fausti ([fausti@unisi.it](mailto:fausti@unisi.it))  
**Segreteria organizzativa:** Nora Griffiths ([noragri23@gmail.com](mailto:noragri23@gmail.com)).  
Info su Naxos: <http://www.naxos.gr>

Costo per la partecipazione: 80 euro escluso il pranzo.

La partecipazione è gratuita per i partecipanti alla XI Periegesi il cui programma si può richiedere alla segreteria ([noragri23@gmail.com](mailto:noragri23@gmail.com))



Nel periodo dal 24 pomeriggio al 28 luglio a pranzo si svolgerà il programma residenziale del Master in Conduzione dei gruppi nell'approccio gestaltico (**Gestalt Leadership**) condotto da Riccardo Zerbetto.

È possibile partecipare in qualità di "model patient" avendo opportunità di fare lavoro clinico-esperienziale ma non la conduzione del gruppo in supervisione diretta, opportunità che viene riservata ai partecipanti al master. I costi sono di 50 euro al giorno per 8 ore di lavoro oltre ai costi abituali per l'ospitalità.

gli argomenti trattati saranno:

- processo di individuazione e costruzione della noità di gruppo
- riferimenti archetipi e realtà attuale del lavoro con i gruppi
- le funzioni del sé nella dinamica gruppale
- elementi di confrontation group e di catarsi emozionale
- la funzione ad-gressiva e l'autorizzazione ad esplorare. rischio della diversità e unicità dell'essere al mondo
- l'uso della musica nel lavoro di gruppo

## Eventi

### "SOSTENERSI NEL TEMPO "

**gruppo di incontro per confrontarsi, ri-attivarsi e star bene dopo i 60 anni**

L'età avanza e per tutti e c'è una fase della vita in cui questo incedere è sottolineato, oltre che dall'aumentare degli anni, anche da una serie di fattori esterni/interni che segnano importanti differenze rispetto alle età passate.

Quali sono questi fattori? Cosa significa avanzare negli anni in un momento socio-storico in cui le aspettative di vita aumentano, quali sono le nuove risorse a disposizione quale la visione del futuro e le riflessioni sul presente? Quali temi, problematiche camminano con noi, cosa ci aspettiamo, cosa rimpiangiamo, di cosa siamo soddisfatti e cosa invece non ci consente di procedere serenamente?

Presso Studio Metafora è nato il Gruppo **"SOSTENERSI NEL TEMPO"** attivo per persone oltre i 60 anni. Gli incontri hanno l'obiettivo di facilitare il miglioramento della qualità della vita attraverso la condivisione, il sostegno e la solidarietà e si svilupperanno attorno all'utilizzo delle risorse personali e ambientali per continuare a stimolare la capacità di vivere con soddisfazione e serenità.



Alcune delle tematiche trattate saranno:

- cessazione dell'attività lavorativa
- riduzione dei contatti sociali





- senso di solitudine
- cambiamento fisico
- diminuzione dell'autonomia
- perdita di persone care

Il Gruppo si incontra con cadenza quindicinale martedì il 07.06.2011 dalle 16.30 alle 18 presso Studio Metafora. Il contributo per la partecipazione è di 10€ e il numero massimo di partecipanti è 15.

**Per informazioni e iscrizioni:**

**Alessia Coari** Psicologa, Psicoterapeuta **Antje Lier** Counselor, Mediatrice familiare

**Studio Metafora** Via Vitruvio, 4 – Milano T 02 29522329  
[sostenersineltempo@libero.it](mailto:sostenersineltempo@libero.it)

**INVITO PER IL GRUPPO SOS-SEPARATI ( [www.sos-separati.it](http://www.sos-separati.it) )**

Il **gruppo di auto-aiuto SOS Separati** è un gruppo di persone che condividono la stessa situazione e la stesse difficoltà: la vita dopo la separazione.

Nel nostro gruppo le persone che attraversano un periodo di crisi escono da una situazione di passività e diventano protagoniste. Conoscere persone che hanno attraversato o stanno attraversando le stesse difficoltà fa sentire meno soli e aiuta a capire che sentimenti e reazioni che appaiono "cattivi" o "folli", non sono affatto tali. Inoltre incontrare persone che hanno superato gli stessi problemi o hanno trovato modi ottimali per affrontarli e gestirli può regalare speranza e ottimismo.

**Le regole**

Nel nostro gruppo desideriamo creare per tutti gli utenti uno spazio dove non debbano avere paura di essere giudicati o valutati.

1. Tutto ciò che verrà detto nel gruppo, rimarrà nel gruppo.
2. Chi non se la sente ancora di parlare, non è obbligato a farlo e non subirà alcuna pressione in tal senso, nè verrà giudicato negativamente per questo motivo. Semplicemente "regalerà" le sue confidenze in un altro momento.
3. Tutti hanno i propri tempi e le proprie necessità.

**Date e luogo dei prossimi incontri**

15. giugno 2011 ore 20:30-22:30

29. giugno 2011 ore 20:30-22.30

Per informazioni e prenotazioni ( massimo 12 utenti per ogni incontro ) scrivere a [info@sos-separati.it](mailto:info@sos-separati.it) oppure telefonare al numero 370 3046358 (Antje Lier e Alberto Cericola)

presso: Studio Associato Metafora Via Petrella, 9 20124 Milano

Contributo: 10 Euro a incontro

**INCONTRO CON OTTO F. KERNBERG: "FORMARE PSICOTERAPEUTI, OGGI"**

in occasione del Quarantacinquesimo Anniversario della rivista *Psicoterapia e Scienze Umane* (1967-2011)

Bologna, 20 settembre 2011, ore 14.30-18.30 Sala Bolognini del *Convento di San Domenico*  
Piazza San Domenico 13, 40124 Bologna

Kernberg, anche quando era presidente dell'*International Psychoanalytic Association* (IPA), si è occupato a fondo del tema della formazione, sia sul versante degli aspetti critici degli istituti di training (si vedano ad esempio i suoi articoli pubblicati nei numeri 4/1987 e 2/2003) sia sul versante delle modificazioni delle cosiddetta "tecnica classica" per il trattamento dei pazienti più gravi (si vedano i suoi articoli nei numeri 4/1983, 3/1994 e 2/2009).

Questo incontro con Otto Kernberg sarà gratuito e riservato agli abbonati. Chi intende partecipare deve prenotarsi inviando una E-Mail a [migone@unipr.it](mailto:migone@unipr.it)





## Segnalazioni



### Novita FrancoAngeli:

A cura di *Mario Mengheri*

#### **FORMAZIONE ALLA RELAZIONE D'AIUTO**

#### **Il counseling ad approccio integrato**

pp. 384, € 38,00

Collana: Psicologia - Saggi e studi

Come si forma il buon counselor? Quali le qualità che deve avere?

Un buon counselor deve essere una persona autentica e cercare dentro sé la propria vera soggettività, confrontarsi con le parti di sé che meno accetta e armonizzarle con il resto della personalità. Deve imparare a sapersi amare o amarsi di meno. Deve capire che può vivere meglio se riconosce gli istinti ed impara a gestirli.

Un buon counselor deve impegnarsi ad accrescere la propria consapevolezza giorno dopo giorno, per tutta la vita. Deve imparare a dare il giusto spessore alla concretezza, ridimensionandola a "valor sfuggente" pur dandole il senso e l'ascolto opportuni. Un buon counselor deve imparare a vivere la vita e non da essa essere vissuto.

Ma, soprattutto, un buon counselor deve sapere che ogni teoria, anche la più elaborata, può rivelarsi utile in alcune occasioni ma non in altre.

Non deve rimanere legato a "rigidi" schemi teorici di riferimento, ma deve acquisire un'elasticità mentale e una formazione multidisciplinare che gli consentano di attivare di volta in volta le teorie e le prassi, più adeguate alla situazione contingente.

In questo senso, gli autori propongono qui, per la formazione del "buon counselor", un approccio pluralistico integrato che, attraverso l'esperienza supervisionata, integri un pluralismo teorico e metodologico.

Un approccio, in sintesi, che può essere descritto come imperniato sull'ascolto, sul dialogo, sullo scambio e sull'integrazione fra differenti modelli di intervento.

**Mario Mengheri**, counselor, psicologo, psicologo clinico, psicoterapeuta, psicanalista (AIPA), psicosomatista, specialista in psicologia e sessuologia clinica, è presidente dell'Associazione Italiana Ricerca Psicosomatica ([www.airp.livorno.it](http://www.airp.livorno.it)). Tra le sue ultime opere ricordiamo: *Mi sento diverso: la conoscenza abbatte il pregiudizio* (ETS, Pisa, 2008); *Dall'alienazione alla riappropriazione della salute* (ETS, Pisa, 2006); *Genitori e figli. Conoscere per avvicinarsi* (EUR, Roma, 2001); *Il precipitare dei pensieri nel corpo* (Melusina, Roma, 1992); *Il gioco della sabbia* (ETS, Pisa, 1991).

**Ringraziamenti** di *Mario Mengheri* - **Presentazione** di *Federico Gelli, Mario Lupi e Maria Pia Lessi* - **Introduzione** del Comitato Redazionale di *Sentieri. Itinerari di psicopatologia, psicosomatica, psichiatria* - **Dalla malattia mentale... verso la salute** di *Mario Mengheri* (Introduzione; La riforma Basaglia e il processo di deistituzionalizzazione; Per la 180, per il counseling; Nasce la Facoltà di Psicologia in Italia; Psicologia e Counseling; I counselor; Bibliografia) **Prospettiva storica: come nasce il counseling e come si è sviluppato nell'incontro con i più importanti contesti americani ed europei** di *Mario Mengheri* (Introduzione; Confusività del termine; Sviluppo e trasformazione del counseling negli anni e nei diversi quadri storico-sociali; Il Counseling oggi; Bibliografia) **Psicologia, counseling, psicoterapia: i confini** di *Mario Mengheri* (Origine e sviluppo della psicologia; Counseling e le attuali normative; Dalla psicologia alla psicoterapia; Confini tra psicologia, counseling e psicoterapia; Bibliografia) **Approccio integrato al counseling: ascolto e applicazioni** di *Mario Mengheri* (Introduzione; Ascolto; Approccio integrato: tentativi di definizione; Approcci al counseling: una panoramica; Approccio psicodinamico; Percorso e impiego del counselor ad approccio integrato; Bibliografia) **La Psicosintesi al servizio del counseling**, di *Francesco Lamioni* (Introduzione; Sovrapposibilità tra psicosintesi e counseling; Lo specifico psicosintetico: valutazione della persona nel counseling psicologico; Conclusioni; Bibliografia) **L'approccio sistemico nella formazione del counseling** di *Antonio Puleggio* (Definizione; Un po' di storia; La lettura del problema; L'approccio sistemico nella formazione; Un caso di counseling; Bibliografia) **Il counseling a orientamento Gestaltico**, di *Riccardo Zerbetto* (Premessa; Gli elementi costitutivi del counseling; Gestalt... più che semplice forma. Partire da adesso; Partire da "adesso"; L'istanza dialogica tra relazione transferale e relazione intersoggettiva; Il rapporto figura/sfondo; Una terapia per sani; Il principio di responsabilità; *So what?* E il recupero della funzione aggressiva; Interrompere le interruzioni, Bodywork, Dreamwork; La relazione di counseling come strumento di cura; Bibliografia) **Un "approccio rogersiano": il Counseling Centrato sulla Persona** di *Alberto Zucconi, Marta Borrelli e Gianni Sulprizio* (Introduzione; Epistemologia del Counselling Centrato sulla Persona; La relazione di counselling nel Counselling Centrato sulla Persona; L'analisi della domanda; La gestione del colloquio: il rimando empatico e la ricontestualizzazione; Il processo nel Counselling Centrato sulla Persona; Bibliografia) **Il counseling attraverso l'Analisi Transazionale** di *Elisabetta Diadori* (Premessa: definizioni e delimitazioni del



contesto; Principi dell'Analisi Transazionale; Il contratto nel counseling; Il piano di intervento; Conclusioni; Bibliografia) **Approccio neo-Junghiano al counseling** di *Mario Mengheri* (Introduzione; Jung: l'educazione "non nasce già bella e pronta"; Jung già counselor (e la pedagogia); Come si arriva alla teoria (junghiana) degli opposti Complessi, affetti e archetipi; Curiosità culturali; Bibliografia) **Fondamenti per un counseling Rogersiano** di *Giammarco Bonsanti* (Introduzione al counseling Rogersiano; Storia di P.; Bibliografia) **Il contributo del modello costruttivista e post-razionalista** di *Barbara Marzioni e Luigi Sardella* (Il cognitivismo; Il cognitivismo post-razionalista e la psicoterapia; Il significato personale; L'attaccamento e la strutturazione del significato personale; Organizzazione di significato tipo depressiva (DEP); Organizzazione di significato tipo fobica (FOB); Organizzazione di significato tipo "Disturbi Alimentari Psicogeni" (DAP); Organizzazione di significato tipo ossessiva (OSS); Il counseling secondo l'ottica costruttivista; Conclusioni Bibliografia) **Counseling con soggetti in situazioni di marginalità sociale**, di *Mario Mengheri* (Marginalità sociale: alcune definizioni; Il counseling in ambito multiculturale; Il counseling nell'handicap; Counseling e tossicodipendenza; Counseling e sieropositività; Counseling nella terza età; Bibliografia) **Counseling alla coppia e alla famiglia**, di *Mario Mengheri* (Il ciclo vitale della famiglia; Counseling alla coppia e alla famiglia: alcune linee guida; Bibliografia) **Le abilità di counseling: uno sguardo d'insieme** di *Lara Busoni* (Le condizioni di base nel counseling; Al di là delle condizioni di Rogers: abilità di base e microabilità; Bibliografia) **La conclusione del processo di aiuto e la difficoltà a separarsi** di *Corrado Bogliolo* (Introduzione; Le difficoltà al distacco dell'utente; Le difficoltà al distacco dell'operatore; L'importanza della formazione; Bibliografia) **Counseling in medicina** di *Mario Mengheri* (Introduzione; Cosa si intende per counseling in medicina; L'importanza di far "sentire" il paziente in un gruppo; Guida per creare un buon ambiente per il lavoro di gruppo; Esempi di supporto e altre forme di assistenza; Confini dell'attività; Regole del "ritorno" al paziente; Conclusioni; Bibliografia) **Il teatro delle identificazioni** di *Oliviero Rossi* (Introduzione; Identità e ruoli; La terapia della Gestalt: alcuni principi e tecniche; La narrazione come processo attivo di produzione di senso; L'operazione narrativa all'interno del dialogo terapeutico; Il teatro delle identificazioni; La drammatizzazione nella terapia; La drammatizzazione nel counseling; Bibliografia) **Ecopsicologia: crescita personale e coscienza ambientale** di *Marcella Danori*; Bibliografia - **AssoCounseling: un progetto condiviso per il futuro della professione**, di *Tommaso Valleri*, Bibliografia.

da [www.psiconline.it](http://www.psiconline.it):

Mallery Becky, Russell Katherine **PNL per Rookies**  
2011, Pagine: 189 Prezzo: € 12.00 Editore: Vallardi A.

Longoni Umberto **Istruzioni di sano egoismo**  
2011, Collana: Le Comete Pagine: 144 Prezzo: € 17,00  
Editore: Franco Angeli

Sampaio Daniel **Nella tempesta dell'adolescenza**  
2011, Collana: Le Comete Pagine: 160 Prezzo: € 19,00  
Editore: Franco Angeli

White Emily **La stanza vuota. Uscire dalla solitudine**  
2011, Collana: Saggistica straniera Pagine: 348 Prezzo: €  
20.00 Editore: Mondadori

Fontanel Sophie **Avrò cura di te**  
2011, Collana: Ingrandimenti Pagine: 134 Prezzo: € 17.00 Editore: Mondadori

Scott T. Meier, Susan R. Davis **Guida al counseling. In 61 regole fondamentali cosa fare e non fare per costruire un buon rapporto d'aiuto**  
2011, Collana: Strumenti per il lavoro psico-sociale ed educativo Pagine: 144 Prezzo: € 18,00 Editore: Franco Angeli

De Luca Katia, Spalletta Enrichetta **Praticare il tempo. Come ottimizzare la vita personale e professionale**  
2011, Collana: Psicoterapia e counseling Pagine: 256 Prezzo: € 24.00 Editore: Sovera Edizioni

Toller Lorena **Che stress! Come riconoscerlo, fronteggiarlo e prevenire il burn-out**  
2011, Collana: Autoaiuto per il benessere Pagine: 96 Prezzo: € 9.00 Editore: Sovera Edizioni

Fabiana Corica **Come sono nato? Il libro per mamma e papà**  
2011, Collana: Autoaiuto per il benessere Pagine: 96 Prezzo: € 9.00 Editore: Sovera

Buzzi Andrea **Leggere i disegni dei bambini**  
2011, Collana: Autoaiuto per il benessere Pagine: 96 Prezzo: € 9.00 Editore: Sovera Edizioni

Andrea Lavazza, Giuseppe Sartori (a cura di) **Neuroetica. Scienze del cervello, filosofia e libero arbitrio**  
2011, Collana: Prismi Pagine: 253 Prezzo: € 22.00 Editore: Il Mulino





Broks Paul **Nelle terre del silenzio. Viaggio nella zona buia della mente umana**  
2011, Collana: Il Cammeo Pagine: 248 Prezzo: € 20.00 Editore: Longanesi

Costa Emilia **La follia è donna? Diagnosi e clinica di isteria, anoressia e depressione**  
2011, Collana: Psicoterapie Pagine: 192 Prezzo: € 24.00 Editore: Franco Angeli

Barsotti Alessandra, Desideri Giada **Stalking. Quando il rifiuto di essere rifiutati conduce alla violenza**  
2011, Collana: Saggi di terapia breve Pagine: 133 Prezzo: € 13.00 Editore: Ponte alle Grazie

Berthoz Alain **La semplicità**  
2011, Pagine: 207 Prezzo: € 25.00 Editore: Codice

Anna Costanza Baldry, Fabio Roia **Strategie efficaci per il contrasto ai maltrattamenti e allo stalking. Aspetti giuridici e criminologici**  
2011, Collana: Strumenti per il lavoro psico-sociale ed educativo Pagine: 144 Prezzo: € 19,00 Editore: Franco Angeli

Tullio Scrimali **Il vincolo della dipendenza. Un modello cognitivista e complesso per le dipendenze patologiche e la loro terapia**  
2011, Collana: Psicoterapie Pagine: 272 Prezzo: € 34,00 Editore: Franco Angeli

Scarpa Ludovica **Senza offesa, fai schifo. La critica che fa bene agli altri e fa star meglio te**  
2011, Collana: Saggi Pagine: 202 Prezzo: € 13.00 Editore: Ponte alle Grazie

Leonardo Angelini, Deliana Bertani, Susanna Cagossi, Mariella Cantini **I giovani come risorsa**  
2011, Collana Punti di Vista Pagine: 380 Prezzo: € 30.00 Editore: Psiconline

Cargnello Danilo **Il caso Ernst Wagner: lo sterminatore e il drammaturgo**  
2011, Collana: Psicopatologia Pagine: 188 Prezzo: € 23.00 Editore: Giovanni Fioriti

Heinz Haefner **Psicopatici**  
2011, Collana: Psicopatologia Pagine: 201 Prezzo: € 28,00 Editore: Giovanni Fioriti

Ballerini Arnaldo **Esperienze psicotiche: percorsi psicopatologici e di cura**  
2011, Collana: Psicopatologia Pagine: 309 Prezzo: € 29.00 Editore: Giovanni Fioriti

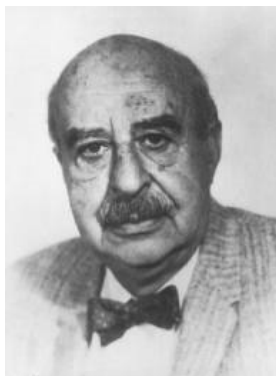
Marazziti Donatella **Psicofarmacoterapia clinica**  
2011, Collana: Psiconeurofarmacologia clinica Pagine: 346 Prezzo: € 30.00 Editore: Giovanni Fioriti

Sasso Giampaolo **La nascita della coscienza**  
2011, Collana: Psiche e coscienza Pagine: 308 Prezzo: € 27.00 Editore: Astrolabio Ubaldini

Gelsomino Paola **Brutti caratteri. Persone proprio così**  
2011, Collana: Varia Pagine: 230 Prezzo: € 15.00 Editore: Pendragon

Perna Giampaolo **Fobie. Conoscerle e sconfiggerle per ritrovare la libertà perduta**  
2011, Pagine: 223 Prezzo: € 16.00 Editore: Piemme

Pillay Srinivasan S. **La calma in tasca. Un metodo rivoluzionario per ritrovare la serenità e imparare a essere felici**  
2011, Collana: Grandi manuali Newton Pagine: 249 Prezzo: € 12.90 Editore: Newton Compton



### *Perls's pearls*

*Citazioni da Perls e non solo  
(a cura di Laura Bianchi laurabm@libero.it)*

"Il Roshi era un monaco zen... Mi diede solo un Koan di semplicità infantile: "Di che colore è il vento?" e mi sembrò soddisfatto quando, per tutta risposta, gli soffiai sul viso."

"The Roshi was a Zen monk... He only gave me one childishly simple koan: "What colour is the wind" and he seemed to be satisfied when, as an answer, I blew in his face."

da *In and out the garbage pail* (trad. It. : *Qui e ora*) di F. Perls





## Risonanze

(a cura di Fabio Rizzo: rizzofa@fastwebnet.it)

Le storie presentate hanno in comune un elemento molto importante. Tutte quante servono a elaborare le impressioni sommarie sulle quali il narratore basa la propria esistenza. Ogni astrazione - incongruenza, grandezza, timidezza, stupro o qualsiasi altro termine riassuntivo - serve da introduzione all'esperienza complessa. L'astrazione suscita la curiosità del terapeuta. Quando questa curiosità viene avvertita anche dal paziente, questi in un certo senso si trasforma in insegnante, e fornisce al terapeuta informazioni sulla propria persona.

E. Polster, *Ogni vita merita un romanzo*, p. 110 (Astrolabio, 1988)

Ai miei pazienti  
che hanno pagato per insegnarmi.

D.W. Winnicot, *Gioco e realtà*, p. 7 (Armando, 2005)

L'idea del paziente che insegna non è certo inedita, tuttavia mi ha colpito trovarla espressa in modo così esplicito da due grandi della psicologia. Polster ne esemplifica concisamente ma con precisione un possibile aspetto, mentre Winnicot la sceglie come contenuto di una sua epigrafe, quasi a porla come cifra del suo lavoro. Entrambi sembrano quindi evidenziare che il terapeuta in quanto tale non smette mai di essere un allievo...



## Visti e letti

### IL RAGAZZO CON LA BICICLETTA

Di Jean-Pierre e Luc Dardenne

a cura di Margherita Fratantonio

da: [www.cabiriamagazine.it](http://www.cabiriamagazine.it)

Immaginiamo che qualcuno per la prima volta si accosti al cinema dei fratelli Dardenne partendo dall'ultimo film, *Il ragazzo con la bicicletta*; immaginiamo ne abbia letto le recensioni che lo presentano come il lavoro più ottimista e luminoso dei due autori, e la loro stessa definizione ("una favola moderna", "una bella storia a lieto fine"); beh, sarebbe legittimato a chiedersi cosa mai saranno

stati i film precedenti dei Dardenne!

Noi, che li abbiamo visti tutti, potremmo accontentarci di "un lieto fine" (se basta, una volta tanto, l'evitamento della tragedia), ma non è scontato, e di un'ambiguità poi che inquieta e ci fa uscire dal cinema con uno sgradevole senso di oppressione.

Di solare c'è solo la scena ritratta nella locandina: il giro in bici della coppia Cyril e Samantha, il picnic insieme e, dopo tanto patire, un'intesa finalmente raggiunta. Ma è un radiosità di breve durata, perché Cyril si ritrova, suo malgrado, ancora una volta a fare i conti con la violenza e, la lezione di vita che ha imparato, anche questa, è accompagnata da un senso di sconfitta.

L'idea della favola moderna la prendiamo seriamente solo perché l'hanno detto loro, i fratelli Dardenne, intervistati a Cannes. Secondo lo studioso Vladimir Propp (*Morfologia della fiaba*), l'incipit è sempre quello di un equilibrio iniziale che viene momentaneamente interrotto, per dare inizio alla narrazione. *Il ragazzo con la bicicletta* comincia con un equilibrio che si è rotto ancor prima: non sappiamo cosa sia stato della madre e lo vediamo già in una casa accoglienza, dalla quale fugge di continuo nella ricerca esasperata del padre.

C'è l'abbandono, sì, e sembra che il nostro piccolo eroe non abbia avuto neanche il tempo di seminare dietro di sé i sassolini per ritrovare la strada; o, come Hansel e Gretel, quelle briciole di pane mangiate dagli uccellini. Non c'è matrigna, né un padre tentennante che da lei si fa convincere a lasciare nottetempo i figli nel bosco, o forse sì: potrebbe essere la sua nuova convivente, intravista appena, chissà. Qui il padre ritrovato sembra fermo nel suo rifiuto. Povero, come nelle fiabe, non sarà giudicato male dal figlio, che, come nelle fiabe, per farsi accettare, gli porterà in dono un tesoro: le banconote *guadagnate* con l'aggressione e il furto.

Poi c'è la fata, Samantha (**Cécile De France**). Non ha i capelli turchini, ma, guarda caso, fa la parrucchiera e dà rifugio a Cyril nel suo negozio e nell'appartamento adiacente. Sembra che il salone di bellezza sia diventato un luogo simbolico ricorrente nel cinema (si affacciano alla memoria, vagamente, *Caramel* di Nadine Labaki, e *Il marito della parrucchiera* di Patrice Leconte), luogo del prendersi cura e del contenimento emozionale.



Anche del passato di Samantha non sappiamo nulla. Lei è lì, a testimoniare che "c'è amore un po' per tutti"; a salvare Cyril dalla cattiva strada; a tollerare le sue crisi, la rabbia aggressiva ed autolesionista, qualche gesto maniaco-compulsivo, e i morsi che sono la sua personale difesa dal mondo. E' lì a non risparmiarsi nei sorrisi e negli abbracci, fino a far breccia nell'intimità del figlio adottivo.

Nonostante tutti questi elementi di commozione, il film, duro dall'inizio alla fine, non sa arrivare al cuore. La determinazione di Samantha ricorda il personaggio interpretato da Valeria Golino nel film *La guerra di Mario* di Antonio Capuano, ma se ne allontana, perché ci viene raccontata solo in funzione di Cyril; come fosse l'aiutante delle fiabe che salva l'eroe, proprio nel momento in cui l'eroe è consapevole del suo bisogno di essere salvato.

Anche nel film di Capuano, lo stile è disadorno; tutto sembra raccontare l'essenziale. Ma la passione della madre adottiva e il suo conflitto con il marito (che riconosce quanto la presenza del bambino sia destabilizzante per lui), sono resi in tutta la loro drammaticità; non con quell'improvviso e poco credibile "O me o lui" che l'uomo di Samantha pronuncia dopo una delle tante intemperanze di Cyril. L'ostinazione poi con cui la madre di Mario scambia le azioni devianti del bambino per atteggiamenti artistici, fa riflettere su certe prese di posizioni materne, sempre sbagliate, sia che si tratti di adozione o di figli naturali. La madre di Mario è, decisamente, un personaggio più completo e complesso. Invece, il ritornello della favola moderna che abbiamo letto in tutte le recensioni, fa sì che Samantha sia lì a svolgere il suo ruolo (di fata, di aiutante), ma i sorrisi, gli sguardi e gli abbracci più teneri non riescono a darle spessore psicologico.

Riusciranno comunque a rallentare, per fortuna, le pericolose fughe in bicicletta di Cyril (per niente aeree e leggere, come le ha volute vedere qualche critico), le sue rabbiose corse nel traffico, molto simili a quelle di Mario. Mario è attratto anche dai luoghi alti e ci fa venire quasi le vertigini, come i due ragazzini del recente *In un mondo migliore*, che trovano rifugio su un grattacielo. Film bellissimo, questo di Susanne Bier, quasi perfetto, ma non sempre emozionante.

Eppure, anche qui si parla di ferite infantili, di un mondo ostile fuori dalla famiglia, di abbandoni genitoriali, reali o solo immaginati, di adulti che tradiscono, come la madre che muore o il padre assente perché lavora dall'altra parte del mondo. Cyril vive un rifiuto vero che brucia come nei romanzi di Dickens, senza neanche la sua bicicletta, unico bene, venduta distrattamente dal padre e riscattata da Samantha. Eppure, che dire? E' come ci fosse un filtro nel film belga e in quello danese della Bier, che non esiste in quello napoletano. Se poi vogliamo rimanere ancora un po' nei rimandi alle fiabe (ma sempre e solo perché lo dicono gli autori) in questa narrazione ritroviamo anche il bosco, luogo fiabesco per eccellenza, dove Cyril incontra il lupo, o Lucignolo, impersonati da uno spacciatore senza scrupoli. Ovviamente, lui ne sarà attratto, fino a compiere una violenza eccessiva, un po' come i ragazzini che *In un mondo migliore* imparano a costruire esplosivi e li usano per sentirsi più forti. L'esplosione sfiora la tragedia: atto estremo (catartico?) che riporta al senso della realtà, come per Cyril l'aver procurato dolore (non a caso proprio ad una coppia, padre e figlio). E ci sono anche le prove da superare, che non sono quelle classiche, ma ci siamo un po' stufati di questi rimandi.

Troppo generoso il paragone a Truffaut, a *Gli anni in tasca* o a *I quattrocento colpi*. I fratelli Dardenne, che si dichiarano amanti del cinema italiano, forse dovrebbero imparare quel po' di calore di cui il nostro cinema, checché se ne dica, è così capace. Non basta girare un film in estate, con il sole, per scaldare l'anima degli spettatori, né inserire per la prima volta un piccolo, se pure intenso, intervento musicale. E nemmeno l'impegno civile di cui i fratelli Dardenne, questo bisogna dirlo, sono stati maestri in tutta la loro carriera.



## Da giornali e riviste

(a cura di Silvia Ronzani: [ronzani.s@tiscali.it](mailto:ronzani.s@tiscali.it))

### QUANDO VINCONO I BUONI

di DAVID BROOKS

Da La Repubblica del 17 giugno 2001

La teoria evoluzionistica ci insegna che a sopravvivere sono gli individui che meglio si adattano all'ambiente. Il più forte prevale sul più debole. Le creature che si adattano trasmettono i propri, egoistici, geni. Quelle incapaci di adattarsi vanno incontro all'estinzione. Stando a questa tesi noi esseri umani siamo marcati da un profondo egoismo, alla stregua di tutti gli altri animali. Puntiamo al massimo risultato entrando in competizione per la posizione sociale, il reddito, le opportunità di trovare un partner. I comportamenti apparentemente altruistici sono in realtà dettati da un interesse personale dissimulato. Carità e fratellanza non sono altro che una mistificazione culturale apposta sulla logica ferrea della natura. Tutto ciò è in parte vero, ovviamente. Ma ogni giorno mi arriva sulla scrivania un libro che pone la questione sotto una luce diversa. Libri sulla solidarietà, l'empatia, la cooperazione e la collaborazione, scritti da scienziati, psicologi evoluzionisti,

neuroscienziati. A quanto sembra gli studiosi di questa materia hanno cambiato orientamento, dando vita a un'immagine più sfumata e spesso più tenera della natura. Partiamo dal saggio più modesto. Si tratta di *SuperCooperators* scritto da Martin Nowak assieme a Roger Highfield. Nowak ricorre alla matematica superiore per



dimostrare che «cooperazione e competizione sono perennemente e strettamente interconnesse». Intenti a perseguire il nostro interesse personale spesso siamo portati a restituire una gentilezza ricevuta, così da poter contare sugli altri in caso di bisogno. Siamo stimolati a crearci la reputazione di persone gentili con l'intento di invogliare gli altri a collaborare con noi. Siamo incentivati al lavoro di squadra, anche se nel breve periodo può risultare controproducente rispetto ai nostri interessi personali, perché i gruppi coesi sono destinati al successo. Nowak attribuisce alla cooperazione un ruolo centrale nell'evoluzione equiparandola alla mutazione e alla selezione. Ma gran parte dei nuovi saggi superano la teoria dell'incentivazione in senso stretto. Michael Tomasello, autore di "Why We Cooperate", ha creato una serie di test adatti, con poche variazioni, sia agli scimpanzé che ai bambini. Dalla sperimentazione è emerso che già in tenerissima età i bambini hanno un comportamento collaborativo e condividono le informazioni, a differenza di quanto accade negli scimpanzé adulti. Un bimbo di un anno informa gli altri della presenza di qualcosa indicandolo. Gli scimpanzé e le altre scimmie non condividono le informazioni con spirito collaborativo. I bambini sono pronti a condividere il cibo con estranei. Gli scimpanzé generalmente non offrono cibo, neanche alla prole. Se un bimbo di 14 mesi si accorge che un adulto è in difficoltà, non riesce ad esempio ad aprire la porta perché ha le mani impegnate, cercherà di aiutarlo. La tesi di Tomasello è che l'uomo mentalmente si è differenziato dagli altri primati. La disponibilità alla cooperazione è una qualità umana innata che viene intenzionalmente esaltata nelle varie culture. In *Born to Be Good*, Dacher Keltner illustra gli studi su cui è impegnato, assieme ad altri, sui meccanismi dell'empatia e della connessione, descrivendo le dinamiche del sorriso, dell'arrossire, del riso e del contatto fisico. Quando si ride assieme agli amici si parte con vocalizzazioni separate che poi però si fondono in suoni interconnessi. Pare che il riso si sia sviluppato milioni di anni fa, ben prima delle vocali e delle consonanti, come meccanismo per costruire cooperazione. Fa parte del ricco strumentario innato della collaborazione tra esseri umani. In un saggio Keltner cita l'opera di James Rilling e Gregory Berns, dell'università di Emory. I due neuroscienziati hanno scoperto che l'atto di aiutare il prossimo attiva le aree del nucleo caudato e della corteccia cingolata anteriore coinvolte nei meccanismi del piacere e della gratificazione. Significa che rendersi utili agli altri è fonte di piacere, come soddisfare un desiderio personale. Nel suo libro *The Righteous Mind*, in uscita all'inizio del prossimo anno, Jonathan Haidt si associa a Edward O. Wilson, David Sloan Wilson ed altri nel sostenere che la selezione naturale avviene non solo attraverso la competizione a livello individuale, ma anche tra gruppi. In entrambi i casi la carta vincente è la capacità di adattamento, ma nella competizione tra gruppi la capacità di coesione, di cooperazione, l'altruismo dei membri, sono fattori determinanti per imporsi e trasmettere i propri geni. Parlare di "selezione di gruppo" era eresia fino a qualche anno fa, oggi questa teoria sta prendendo piede. Gli esseri umani, sostiene Haidt, sono le "giraffe dell'altruismo". Come le giraffe hanno sviluppato il collo per sopravvivere, così gli uomini hanno sviluppato il senso morale per vincere nella competizione, a livello individuale e di gruppo. Gli uomini danno vita a comunità morali condividendo regole, abitudini, emozioni e divinità per poi combattere e addirittura talvolta morire per difenderle. Le nuove tesi evoluzionistiche che esaltano il fattore cooperazione fanno sì che si rivedano vecchi criteri di analisi come quello che imponeva nelle scienze sociali e in particolare in economia il modello del massimo vantaggio sulla base del principio della competizione egoista. Ma l'aspetto più rivoluzionario riguarda il rapporto tra comportamento e morale, per decenni negato in base a criteri cosiddetti "scientifici". Se è vero però che la cooperazione è parte integrante della nostra natura umana, altrettanto vale per la moralità, non possiamo capire chi siamo e come siamo arrivati fin qui senza considerare l'etica, le emozioni e la religione. (© New York Times-la Repubblica Traduzione di Emilia Benghi) -

## IL GENE DELL' OTTIMISMO. PERCHÈ IL CERVELLO PENSA POSITIVO

di ANGELO AQUARO

Da La Repubblica del 30 maggio 2011

Cassandra aveva ragione: ma se fossimo tutti Cassandre il mondo non andrebbe da nessuna parte. Per questo siamo tutti ottimisti per natura: anche chi è così pessimista da nasconderselo. Non è un mito: è scienza. La scienza dell'ottimismo che proprio nell'annus horribilis di tsunami e alluvioni - per tacere della recessione - scoppia improvvisamente di salute. Libri. Studi. Inchieste. Tranquilli: non è l'ennesima moltiplicazione di opinabilissimi psicologi. Il mondo ci appare rosa perché così ha deciso nel corso della nostra milionaria evoluzione l'unico demone a cui dobbiamo davvero - nel bene e nel male - obbedienza assoluta: il cervello. Finalmente abbiamo le prove: quella fotografia particolare che si chiama risonanza magnetica e ricostruisce il gran da fare della nostra corteccia cerebrale. È l'area che si sviluppa dietro alla fronte e che in quel primate da primato chiamato uomo è molto più grande che tra i cuginetti più pelosi. È l'area formatasi più recentemente: quella che sovrintende alle funzioni del linguaggio e dell'individuazione di uno scopo. Ed è qui che - adesso si scopre - si nasconde anche il segreto della positività. L'insostenibile leggerezza dell'ottimismo è stata messa in discussione per anni dagli scienziati che spingono invece dall'altra parte: "Optimism Bias" contro "Pessimism Bias". Bias è una parolina pericolosa che in inglese ha un significato biforcuto: come quel farmaco che già nell'antica Grecia voleva dire "droga" e "medicina". Bias vuol dire "pregiudizio" ma anche "influenza". E "The Optimism Bias" si chiama il libro







di Tali Sharot che il settimanale Time ha celebrato con un'inchiesta di copertina. Sharot è una neuroscienziata che lavora tra gli Usa e l'Inghilterra. Ma la scienza dell'ottimismo ha varcato da tempo i confini delle neuroscienze. The Rational Optimist è il titolo con cui l'esperto di evoluzione e genetica Matt Ridley racconta perché il mondo è destinato a inseguire - malgrado quello che siamo tentati di pensare - le sue magnifiche sorti e progressive. E il futuro in rosa ha conquistato perfino due economisti come Manju Puri e David T. Robinson che hanno dato forse la definizione più colorita ma efficace del mistero. L'ottimismo è come un buon bicchiere di vino rosso: un bicchiere al giorno fa bene ma una bottiglia potrebbe essere pericolosa. La cosa più curiosa è che la superiorità "genetica" dell'ottimismo - il fatto cioè che si sia dimostrato più utile all'evoluzione e per questo è uscito vincente nella furiosa battaglia della selezione - è paradossalmente dimostrata dall'esistenza del meccanismo appunto opposto: il pessimismo. La fotografia della corteccia cerebrale segnala l'attività che si configura soprattutto in due aree: l'amigdala e la corteccia cingolare anteriore. La prima è responsabile delle emozioni. La seconda delle motivazioni. Gli studi e le "foto" dimostrano che l'attività e l'interconnessione tra queste due aree aumentano nelle persone più ottimiste: mentre diminuisce in quelle più depresse. L'equazione tra depressione e pessimismo non deve trarre in inganno. «La gente depressa tende a essere più precisa nella previsione del futuro: vede il mondo così com'è» scrive Sharot. Che conclude: «In assenza di questi meccanismi neuronali, che generano l'irrealistico ottimismo, gli esseri umani sarebbero tendenzialmente più depressi». Ecco dunque il segreto: quei meccanismi neuronali che ci portano a vedere il mondo non com'è realmente ma come vorremmo che fosse. Insomma quelle vituperate "lenti rosa" della tradizione popolare: senza le quali resteremmo rinchiusi nel nostro grigiore. Il nostro innato ottimismo è tradito anche dalla statistica. Uno su dieci crede di poter vivere fino a cent'anni. La realtà è molto meno rosea - la percentuale è dello 0,02 per cento: ma perché non provare a crederci? Gli americani, che sono culturalmente più ottimisti di tanti altri popoli, riducono addirittura a zero la percentuale di probabilità di divorzio: ma questo nel momento in cui si sposano, quando cioè scommettono su una scelta che cambia la vita. In realtà, dagli anni '60 a oggi la percentuale dei divorzi è passata dal 5 al 14 per cento. Confermando l'aforisma di Samuel Johnson: il matrimonio come trionfo della speranza sull'esperienza. Proprio l'incapacità della maggioranza di intravedere il baratro su cui si affaccia ha portato però Nassim Taleb a elaborare la teoria del "cigno nero": l'avvenimento così altamente imprevedibile da essere conseguentemente ineluttabile. La risposta di Taleb - che l'altra sera ha riassunto la sua teoria all'Istituto italiano di cultura di New York - è pedagogica. Di fronte all'ineluttabile imprevedibile l'unica difesa è la riduzione del danno: quindi l'allargamento delle opzioni di scelta. Taleb è filosofo ma anche investitore: arricchitosi - alla vigilia della recessione che ottimisticamente nessuno aveva voluto prevedere - scommettendo su tavoli multipli. Cigno nero contro lenti rosa: chi ha ragione? La verità è che troppo ottimismo stroppia: portandoci appunto a sbagliare calcoli. Lo dice anche Tali Sharot elencando le banalità che ci fanno male. Il check-up medico? Non servirà. La crema solare? Precauzione inutile. Eppure per progredire l'uomo ha bisogno di ingannarsi: un altro mondo è possibile. Quanta retorica sull'esperienza e la necessità di non dimenticare? Tutto giusto. Eppure proprio lavorando sui superstiti dell'11 settembre gli studiosi hanno scoperto quegli straordinari meccanismi che Sigmund Freud aveva già chiamato di rimozione: e che la moderna neuroscienza spiega individuando l'area dell'ippocampo. È quella parte del cervello fondamentale nella costruzione dei meccanismi della memoria: ma anche nella costruzione del futuro. E gli ultimi studi hanno dimostrato che il nostro sistema non è disegnato per rivolgersi al passato: ma per partire da qui (dall'esperienza appunto) per elaborare mappe del futuro. Ecco perché dopo appena 11 mesi i ricordi dei superstiti di Ground Zero erano accurati solo al 63 per cento. Il sistema cancella ricordi (negativi) per fare spazio all'elaborazione del futuro (positivo). Non solo. Malgrado i cigni neri l'ottimismo sarebbe un meccanismo così forte da influenzare i mercati finanziari: con il boom che naturalmente può trasformarsi in bolla. Benedetto De Martino è un studioso che ha lavorato anche con Tali Sharot ma è più orientato a scoprire i meccanismi motivazionali che agiscono per esempio nel campo finanziario. «Il nostro cervello produce continuamente credenze per conseguire azioni particolari. E le azioni sono frutto di scelte che non sono mai neutre». Ottimismo e pessimismo si sfidano su questa scena. E la finanza è uno di quei mondi in cui davvero l'ottimismo può determinare il futuro. «Le nozze di Kate e William hanno risollevato, anche se di poco, la sterlina sull'euro». La gente "ci crede" e la sterlina va davvero su perché la domanda di un prodotto tiene alto il prezzo. Poi, certo, avrà ragione la solita Cassandra. Ma intanto l'economia s'è data una mossa.



### **SUL LETTINO DI MISS FREUD - LA PSICHE CURATA DALLE DONNE**

**di Schiavazzi Vera**

Da Repubblica del 31 maggio 2011

Tra vent'anni, sarà impossibile raccontare i propri guai, dal divorzio all'impotenza, dallo stress sul lavoro ai fantasmi sessuali, a uno psicoterapeuta maschio. Lo dicono i numeri (il 94 per cento degli psicologi sotto i 29 anni è femmina), lo dice la tendenza mondiale (anche negli Stati Uniti le cose vanno così) e lo ammettono i protagonisti, impegnati ad analizzare il terremoto — non solo femminile—che negli ultimi anni ha investito tutto il mondo del disagio psicologico, dal lettino freudiano di un tempo alle terapie brevi o brevissime di oggi. "E vero — dice Vittorio Lingiardi, psichiatra e docente, autore con





altri colleghi di un libro appena pubblicato per Raffaello Cortina sulla "svolta" della psicoanalisi in Italia— spesso è difficile trovare un bravo collega maschio al quale inviare un paziente che per la sua storia o i suoi problemi vorrebbe una persona del suo stesso sesso. Questo dipende dall'aumento delle donne in questo campo, dalla loro bravura e più in generale da una certa "femminilizzazione" del nostro mestiere. Il punto di vista delle donne ha avuto molto peso nella storia recente della psicoterapia, e per gli uomini è più difficile affrontare la propria vita interiore». Ma Lingiardi aggiunge: «In generale, noi pensiamo che il sesso del terapeuta non abbia rilevanza nel successo della cura. Ma il punto di vista del paziente va tenuto in considerazione».

È un tema, quello del possibile disagio nei confronti di chi sta di fronte a noi e dovrebbe curare la nostra anima, o almeno i nostri sintomi, che secondo alcuni andrebbe affrontato fin dalla prima seduta. «Io invito sempre i pazienti a farlo, e trovo giusto che loro se lo chiedano — dice Silvana Quadrino, psicoterapeuta e fondatrice dell'Istituto Change — Possono esserci elementi nella storia personale e nei problemi per i quali ciascuno ricorre a una terapia che suggeriscono una soluzione piuttosto che un'altra. Ed è giusto parlarne, anche tra colleghi». All'Ordine nazionale degli Psicologi, dove ogni anno si registra l'ondata di nuove iscritte, l'analisi è più prosaica: «Le psicoterapeute aumentano così come le donne medico o le infermiere, si tratta di un lavoro di cura che è più facilmente scelto dalle donne — dice il consigliere Raffaele Felaco—Si tratta, anche, di un lavoro dove si guadagna poco, specialmente in tempi di crisi come questi, e a dimostrarlo c'è il crollo dei contributi che ognuno versa alla nostra cassa previdenziale. È normale che i maschi siano attratti da maggiori prospettive di guadagno».

Fino a quando la psicoterapia era, soprattutto, l'analisi classica, freudiana e junghiana in primo luogo, lunga e costosa, basata su sedute frequenti prolungate per anni, in effetti, i terapeuti maschi erano numerosi e autorevoli. Ora di quel dotto esercito è rimasta una qualificata retroguardia, mentre l'onda rosa invade il mondo delle terapie cognitive e comportamentali, di chi vuole curare il sintomo piuttosto che l'anima, di chi non cerca di frugare a mani nude nell'inconscio altrui ma preferisce piuttosto offrire un aiuto spiccio e concreto, e proprio per questo criticatissimo dai "veri" analisti. Sulla carta, dal 1989, tutti sono uguali: laureati in medicina e in psicologia possono frequentare per 4 anni una delle scuole riconosciute di psicoterapia, poi un tirocinio e un esame, e infine iscriversi nei due elenchi tenuti dai rispettivi Ordini. Anche un nome famoso della psicoanalisi italiana, Luigi Zoja (a lungo alla guida della società scientifica che riunisce gli junghiani, e tra poco in libreria per Bollati Boringhieri con "Al di là delle intenzioni. Etica e analisi", riconosce alla teoria dei bassi guadagni qualche dignità: «Proprio come in medicina, a mano a mano che la piramide allarga la propria base entra un numero maggiore di donne, e in prospettiva la professione potrebbe diventare femminile tanto quanto lo è stato l'insegnamento. Il mondo italiano risente del proprio provincialismo e maschilismo, ma anche negli Stati Uniti, da tempo, le donne sono maggioranza nel nostro lavoro. La mentalità puritana e rigorosa degli americani ha individuato così il rimedio agli esempi storici di abuso del terapeuta sulla paziente. In verità il genere sessuale del terapeuta dovrebbe essere indifferente rispetto alla riuscita del percorso, così come i possibili abusi possono avvenire in tutte le direzioni. Noi pensiamo che chi fa questo lavoro dovrebbe avere un sufficiente equilibrio e una preparazione abbastanza solida da evitare qualunque disagio al paziente». «Noi psicoterapeuti dovremmo essere come gli angeli, senza sesso — ironizza Vera Slepj, una delle più note e autorevoli psicoterapeute italiane, autrice di testi come "Le ferite delle donne", ma anche psicologa di squadre di calcio come il Palermo — In generale dunque bisognerebbe affermare che il sesso del terapeuta non ha alcuna importanza. Ma naturalmente questo può avvenire soltanto se il lavoro su se stessi è stato fatto fino in fondo e se si è capaci di escludere qualunque forma seduttiva, dal maschio che cura verso la paziente e viceversa. Le celebri storie del passato, da Freud in giù, non possono più influenzare la realtà di oggi». Slepj, però, spinge il giudizio più in là: «Centinaia di giovani donne studiano psicologia e diventano terapeute perché sono interessate alla propria conflittualità, al desiderio di curare se stessi o gli altri. È importante distinguere tra questi due bisogni, e non lasciarsi tentare dall'onnipotenza di chi cura, un'inclinazione tipicamente femminile». La psicoterapeuta che siede di fronte al paziente, dunque, non dev'essere né mamma né fidanzata, né sorella né amante, o —almeno —non deve esserlo di più di quanto non facciano i colleghi maschi alle prese con fantasie e fantasmi delle pazienti femmine. Per curare un uomo bisogna conoscerlo bene, studiarne i limiti e le timidezze, dice Vera Slepj. Altrimenti, è facile trovarsi davanti a un muro di silenzio, lo stesso che spinge moltissimi maschi a non iniziare neppure una terapia: «Imprigionato nella dinamica del potere, l'uomo ha immiserito anche il proprio corpo, rinchiodandolo in una separatezza che ha atrofizzato le sue capacità di relazione», spiega Stefano Ciccone, biologo, autore di "Essere maschi" per Rosenberg & Sellier. Ma è davvero cosa difficile trovare un brav'uomo, e soprattutto un bravo psicologo, come ha titolato pochi giorni fa il New York Times alle prese con le lamentele dei propri lettori che dopo la difficile scelta di iniziare un percorso di sostegno psicologico o di analisi si ritrovavano circondati da un mondo di sole donne? No, assicura il presidente dell'Ordine degli Psicologi italiani, Luigi Palma: «Il vero problema è un altro, cioè la mancanza di servizi pubblici in grado di rispondere alla domanda crescente di cure. È vero che le donne crescono molto nella nostra categoria, ma non al punto da costituire un problema, anzi, sono una risorsa. Il fatto è che gli italiani non dispongono delle risorse economiche, e spesso anche delle conoscenze necessarie, per rivolgersi a terapie qualificate». Non servono più maschi, insomma, ma soltanto più professionisti, di qualunque sesso e pagati dal servizio sanitario pubblico, per curare nevrosi e paure di 60 milioni di italiani.

Tra vent'anni la psicoterapia sarà appannaggio esclusivamente femminile. Lo dicono i numeri che già oggi registrano il 94% di psicologhe sotto i 29 anni. Una svolta dovuta alla capacità di gestire meglio la vita interiore. Ma anche alla scarsa redditività della professione.

### **Psicoterapia in Italia**

78.000 gli psicologi italiani di cui 35.000 abilitati all'esercizio della psicoterapia 5.000 gli psicoterapeuti che lavorano nel servizio pubblico

338 scuole di formazione con autorizzazione ministeriale



6.760 il numero dei laureati in psicologia ogni anno in Italia

### **Donne psicoterapeute per fasce di età**

Fino a 29 anni 94%

30-34 anni 86%

35-44 anni 82%

45-54 anni 73%

oltre 54 anni 66%

### **La crescita per fasce d'età psicologi iscritti all'ordine**

Nel 1998: 27.000

Nel 2007: 55.000

Nel 2009: 70.000

previsione 2014: 117.000

### **SOVRAPPESO E DEPRESSIONE, NESSO RECIPROCO**

Publicato da **Andrea Piccoli**

Fonte: <http://www.italiasalute.it/>

Per riuscire a dimagrire serve anche la psicologia. Secondo uno studio pubblicato sul General Hospital Psychiatry da un team di ricercatori del Group Health Research Institute di Seattle, chi ha bisogno di rimettersi in forma va aiutato anche da un punto di vista psicologico per vincere quei sintomi depressivi che vanno di pari passo con la condizione di sovrappeso o di obesità.

Lo studio ha dimostrato infatti che curare anche il malessere psicologico porta quasi a raddoppiare le probabilità di successo della dieta. Peraltro, già studi precedenti avevano stabilito che forme depressive nell'infanzia erano associate ad obesità nel corso dell'adolescenza e in età adulta. Allo stesso modo, l'obesità nel corso dell'adolescenza è associata a depressione nei giovani adulti.

Il team guidato da Gregory Simon ha verificato la condizione di 203 donne di età compresa fra i 40 e i 65 anni per un periodo di un anno. A tutte le donne erano stati diagnosticati sintomi depressivi. I ricercatori hanno diviso le donne in due gruppi, curandosi esclusivamente della perdita di peso nel caso del primo gruppo, affrontando invece anche i disturbi psicologici per il secondo. I risultati parlano chiaro: fra le donne del secondo gruppo, la percentuale di riuscita della dieta era del 38 per cento, contro il 22 del primo gruppo. Fondamentale è stato l'apporto dell'esercizio fisico. Infatti, spiega Simon, "il rapporto tra depressione e attività fisica è bidirezionale. Il buon umore fa venir voglia di fare movimento, e fare movimento mette a sua volta di buon umore". D'accordo con i risultati dello studio lo psichiatra Roshanaei-Moghaddam dell'Università di Washington: "la maggior parte dei programmi per dimagrire non presta sufficiente attenzione allo stato psicologico delle persone in sovrappeso. Questo studio sottolinea ancora una volta l'importanza di valutare subito eventuali sintomi depressivi nei pazienti obesi che chiedono aiuto: programmi combinati mirati al raggiungimento sia del benessere fisico sia di quello psicologico, possono risultare sicuramente più efficaci su entrambi i fronti".



La scala di valutazione utilizzata dai ricercatori per giungere alle loro conclusioni si è avvalsa di quattro parametri:

- misurazione diretta e oggettiva del peso corporeo;
- scala di 20 sintomi depressivi ricavata dalla Hopkins Symptom Checklist utilizzata in ambito psichiatrico;
- scala in 13 punti per la misurazione dell'attività fisica svolta, sviluppata da Jacobs, che consente di valutare il grado di frequenza con il quale i partecipanti si sono impegnati in attività fisiche moderate (ad esempio camminare, fare i lavori di casa ecc.) o intense (fare jogging, nuotare, partecipare a lezioni di aerobica);
- un questionario sul cibo basato sul consumo di 65 alimenti messo a punto dal National Cancer Institute.



## Fatti della vita

### Ciao NOINATI....

che rientro precipitoso solo un attimo ora  
per scrivervi...  
dove le curve dai colori mutevoli  
dove il vento che scompone le forme e  
risuona tra i volti  
dove le danze d'amore  
dove l'impulso a nascere, a sgocciolare il  
viso,  
dove le posate e i sapori  
dove la storia comune  
dove il gioco drammatico delle parti  
dove la fiducia  
dove l'abbraccio che incontra e pervade  
dove il fuoco sacro  
dove il desiderio e la vita

perchè nel quotidiano rimanga traccia di eccezionalità e bellezza  
quella che ciascuno di noi ha generosamente condiviso,  
la nostra,

*Francesca (Noceto Terzo Anno del Corso di Psicoterapia)*

## Poesis

*l'angolo della poesia e dell'arte*

*(a cura di Silvia Lorè: loresilvia@libero.it)*

*Riccardo*

Viene la sera  
I pensieri più radi  
... quasi assopiti

E ritrovarci  
A sognare insieme  
L'unico sogno

Essere stanchi  
E senza più forze da  
Tutta una vita

Siamo verdure  
Diverse. Non ancora  
Un minestrone

Si rincorrono  
Per fuggirsi ancora  
I nostri sguardi

Cosa sappiamo  
L'uno dell'altro, noi  
Non lo sappiamo

*Giuseppe*  
Via dal mare se  
Il fuoco già oscura  
L'animo stanco

Gioco ancora  
Al sommo silenzio che  
Il cuore spinge



Chiara in attesa. Vi daremo notizie ...  
a breve

Anche morire  
Ecco violenza prima  
Mai domata

*Enrico*  
Via la crei  
Calpestando la terra  
Lasciando orme

Sguardo di lupo  
Ulula al cielo e  
Corre col branco

*Gabriella*  
Solamente io  
Senza il mio bel sogno  
Organizzata



Sempre attenta  
Lontana dal sentire  
Libertà cerco

Cuore senz'ali  
Sbatte triste in stanze  
Buie e vuote

Tristemente ma  
Rossa di vita piena  
Malgrado tutto

Luce schiarisci  
Ciò che il mio cuore no,  
non fa svelare

*Davide*  
Animo che cerchi  
ciò che non puoi trovare  
la ricerca vuoi

Piccole cose  
al cuore parlano più  
delle parole

Intorno a te  
il sole e ciò che vuoi  
dentro non sai

*Giulia*  
Sogno un luogo  
dove il mio silenzio  
suona musica

Un momento di  
gioia per sempre in me  
luce sul buio

*Luana*  
Il campo verde  
i bambini giocano  
il cane guaisce

la mosca ronza  
le persone ridono  
il sole piange

Lo specchio d'oro  
riflette una persona.  
Non sono io

*Elena*  
Danza nell'aria  
Una scimmia nel vuoto  
E poi cade giù

(Haiku composti dagli Allievi del Primo Anno del Corso di Psicoterapia)

L'antica ferita si riapre  
e oggi più consapevoli ieri  
resto al cospetto del dolore  
che come una macchia incombe  
nell'esistenza  
Ma che cosa anima il bisogno?  
Lenire la ferita  
e l'impossibilità mi rende fragile  
davanti alla natura del mondo  
che tacito resta a guardare

*Mariella*



## *Witz e Giochi*

*per sorridere un po'*

### **CONOSCIAMO IL SUONO DELLE DUE MANI - QUAL È IL SUONO DI UNA MANO SOLA?**

Enza	una mano sola ha calore, vibrazione, contatto, ricerca ... ma non ha suono
Ed	la sensazione del vento tra le dita
Chiara	una mano sola ... riverbera dentro
Atena	il suono di una mano sola è l'orecchio di chi ascolta
Linda	il suono di una mano sola è il mio, o il tuo o il suo
Silvia	Una mano risuona con le cose che tocca
Alessandro	una mano sola nel liscio, nel ruvido risuona
Alessandra	La mano sola ... suona se la sappiamo ascoltare
Milly	mano sola ... qual è il tuo suono?
Gabriella	non è suono il suono di una mano sola
Elena	mano sola ... cerchi il tuo suono
Matteo	è l'impercettibile suo spostarsi
Ilaria	voce di mare se l'accosti all'orecchio
Riccardo	il suono di una mano sola? È il suono di una mano sola

*KOAN Allievi del Quarto Anno del Corso di Psicoterapia Noceto 2011*