

Articolo pubblicato in “Danza Movimento Terapia, modelli e pratiche nell’esperienza italiana” a Cura di A. Adorisio, Maria Elena Garcia, Ed. Magi Roma 2004

## ESSERE UNO

PRIMO ATTO TERAPEUTICO CON UNA PAZIENTE PSICOTICA  
MARÍA ELENA GARCÍA

Questo lavoro mette l’accento sul corpo del danzaterapeuta, sul suo movimento espressivo e lo stato di coscienza ad esso legato. La descrizione dell’esperienza è il punto di partenza per una riflessione sul modo in cui il controtransfert corporeo e in particolare il controtransfer somatico può essere utilizzato come fondamentale risorsa terapeutica, soprattutto con pazienti psichiatrici.

### L’ESPERIENZA

*“Sensazione di vuoto interiore, e di freddo. Il flusso dei miei ritmi vitali sembra congelato, interrotto. Nell’inutile tentativo di ripristinarlo, le mie braccia e gambe premono sul muro e il pavimento. L’angoscia di non poter scaldare e riempire il centro del mio corpo è tanto intensa quanto lo è il desiderio di essere abbracciata, nella consapevolezza che solo così potrei trovare calore e morbidezza.*

*Il mio osservatore interno<sup>1</sup> è comunque molto vigile, lucido, e all’improvviso scopro che lei è qui. In qualche misteriosa maniera Alice, una mia paziente di 21 anni, si è fatta presente, oserei dire si è incarnata in me, eppure,*

---

<sup>1</sup> Per Tart (1977) l’osservatore interno o testimone è una quota di attenzione-consapevolezza attraverso la quale è possibile osservare le caratteristiche della propria esperienza e del proprio stato di coscienza.

*paradossalmente sono distinta da lei, malgrado quello che in questo momento osservo è allo stesso tempo me e non me”*

Quella che sto descrivendo è stata un’esperienza vissuta in prima persona, durante una supervisione in gruppo con i miei colleghi dell’Art Therapy Italiana, tutti danzamentoterapeuti. Durante questi incontri si utilizza l’improvvisazione in movimento e la costante autosservazione, per far emergere quelli aspetti della relazione terapeuta-paziente che sono stato registrati dal corpo, ma rimangono ancora nello sfondo della coscienza.

Quello che caratterizzava l’esperienza era un ***forte vissuto d’unità; unità tra me e la mia paziente, unità tra il mio testimone interiore e il mio processo esperienziale.*** Mi trovavo inoltre in uno stato di *grande chiarezza*, come in un momento di illuminazione che si impone e cancella dubbi e ambivalenze, nel quale però *alcuni dei parametri del mio stato ordinario di coscienza si erano modificati.* **Vivevo un senso amplificato del tempo e mi sentivo parte di uno spazio globale, con più di tre dimensioni, nel quale il tutto si riconosceva nelle parti e la distinzione tra dentro e fuori, distanza e vicinanza, osservatore ed osservato, perdevano significato.** Avevo la sensazione di possedere uno spazio psichico multidimensionale che mi permetteva di contemplare la totalità della mia esperienza da qualsiasi angolatura avessi scelto. Non trovo migliore espressione che “**percezione olografica**”; cioè simile a quella offerta da un ologramma per cercare di descrivere questo vissuto che per me era anche una forma di conoscenza.

Questa esperienza, che come vedremo più avanti, considero un caso di controtransfer somatico, è stato il fattore che ha orientato tutto il mio lavoro terapeutico con una giovane donna che chiamerò Alice. La terapia, durata purtroppo solo due anni e mezzo per cause

istituzionali, si è svolta nella Comunità Reverie<sup>2</sup> per pazienti psichiatrici di Roma. Dopo aver sperimentato e analizzato questo mio vissuto, le iniziali intuizioni avute sulla ragazza, frutto dell'osservazione del suo stile di movimento e della coreografia della nostra relazione, acquistarono per me *profondità e tessuto emozionale*. **Da quel momento ho sentito che era avvenuta l'apertura di un canale empatico, riconoscevo in me i registri emozionali che mi avrebbero, in seguito, permesso sia di dare senso agli stati d'animo della ragazza che di sintonizzare con essi.**

## **IL CORPO E IL MOVIMENTO DELLA PAZIENTE ALLA LUCE DEL VISSUTO DEL TERAPEUTA**

*«Il mio vissuto di vuoto e freddo era congruente con le caratteristiche del corpo di Alice che, sempre in espansione, come un pallone, dava la sensazione di essere composto soltanto di una superficie molto tesa, senza densità e senza un fluido contatto tra interno ed esterno. Il centro si percepiva teso, senza ampiezza del respiro, senza calore.*

*Alice inventava con facilità danze che sembravano avere una funzione difensiva, anche sui temi più astratti. La forma di queste danze era sempre chiara, precisa, pulita ma il suo corpo "sentito" era escluso da esse. Di fatto anche la mia reazione emozionale era fredda. Il suo stile era sempre uguale e molto riconoscibile; usava movimenti in espansione che andavano in fuori, allontanandosi dal centro del corpo e dalla propria esperienza sensoriale ed emozionale, e avvenivano con una coreografia che sembrava studiata precedentemente. Non mostrava mai un raccoglimento verso sé stessa, tra movimento e movimento, le transizioni erano veloci e decise.*

---

<sup>2</sup> La Comunità Reverie è definita come una comunità psico-socio-riabilitativa, è situata a Capena ed è una struttura residenziale per giovani di ambedue i sessi.

*I suoi movimenti mancavano però di una vera intenzionalità verso lo spazio (“no space” secondo Laban). E neanche era attivo l’uso che faceva del suo peso corporeo. Nonostante la sua mole, non sembrava pesante, si vedeva come sospesa (“limp” secondo Laban), come un pallone, come se fosse sempre al culmine di un’ispirazione. Non sembrava capace di concedersi il riposo, l’abbandono rilassato.*

*C’era tra noi un tipo di danza che avveniva sempre nello spazio di tempo tra il mio arrivo nella comunità e l’inizio della seduta. **Era una danza di avvicinamento e di allontanamento, fatta di momenti d’intimità interrotti bruscamente che creavano in me un senso di frammentazione e discontinuità e la paura di non potere trattenere né la presenza né l’attenzione di Alice.** Generalmente lei arrivava molto vicino, invadendo velocemente e con durezza il mio spazio personale esigendo “massaggini”. . Un richiamo così intenso risvegliava in me l’impulso di accontentarla e di massaggiarla, ma con forza, come “impastandola” quasi per darle forma e limiti, ammorbidendo allo stesso tempo la sua corazza. Questa forte spinta ad aggire si trasformava in una forte reazione corporea quando lei si allontanava improvvisamente. Mi sentivo sbilanciata verso il fuori, vivevo un senso di vuoto e il mio respiro era sospeso così come lo era sempre il suo”*

In questi elementi, c’era già materiale sufficiente per formulare un’ipotesi iniziale. **La possibilità di percepire il suo corpo con i suoi limiti, con il suo interno e il suo esterno, come nucleo del suo Sé immaginario, sembrava preclusa a A. Nel suo caso sembrava fallita quello che Winnicot chiama la collusione psicosomatica....**

**(è possibile richiedere l’articolo completo all’autrice ml2770@mclink.it)**

-

