Identificazione del metodo
Biodinamica Terapia

Breve descrizione del metodo

La Biodinamica Terapia è una terapia del corpo secondo Wilhelm Reich. Questa terapia fu sviluppata dalla psicologa e psicoterapeute norvegese Gerda Boyesen (1922-2005).

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

Ognuno uomo e ognuna donna fa l'esperienza d'offesa nella sua vita, a causa di limitazioni inevitabili o pure traumatismi e violazioni seriosi. La conseguenza è un disequilibrio fra il corpo, l'anima e lo spirito che porta a disarmonie. Per evitare questa sofferenza, ogni persona sviluppa delle strategie di protezione, che si riflettono in tensioni, stasi o blocchi sui tessuti stratificati del corpo.

Gerda Boyesen scopriva la restituzione dell'auto-regolazione del corpo a traverso il trattamento sul corpo. Il sistema nervoso vegetativo stimolato attraverso il contatto, prende una parte significante in questo processo.

Il trattamento della tensione corporale ha come scopo quello di rimettere gli strati in omeostasi. Quello permette al cliente di percepire di più il flusso energetico liberato nel suo corpo e di ritrovare la coscienza della sua integrità originaria.

Storia

Sigmund Freud (1856-1939) spiegò che l'io è prima di tutto e soprattutto un «corpo io». Wilhelm Reich (1897-1957), il suo discepolo, era uno dei primi terapeuti corporali. Nel suo opero principale «Analisi del Carattere», descriva il suo lavoro e spiegava l'origine della corazza muscolare. Egli riscoprì il significato centrale della respirazione bloccata e della corazza muscolare nella formazione di stati nevrotici. Seguì Freud nella ricerca della nascita della struttura de carattere e dimostravo come la struttura de carattere si manifesta nel corpo.

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

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

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

Esercizio del metodo

Poiché nella Biodinamica Terapia si guarda il livero flusso energetico dell'energia vitale, il terapeuta apprende cautamente e a contatto con il cliente come si esprime l'energia, dove essa scorre e dove si blocca. Già Ippocrate renda responsabili le forze di autocura, da questa energia vitale, per la salute e la malattia. Questa energia vitale, chiamata da Wilhelm Reich «flusso libidinale» si esprime strutturalmente et energeticamente nel tessuto corporeo e nell'atteggiamento del cliente. Il terapeuta esperto nella sua rilevazione diagnostica si fa un'idea del cliente che diviene la base del modo di procedere terapeutico. In essa vi convergono: l'atteggiamento del cliente, il suo modello di respirazione, il suo modo di esprimersi e la sua situazione di salute attuale. Attraverso la rilevazione tattile, il terapeuta percepisce sulla superficie del corpo lo stato dei diversi tessuti e lo integra nel quadro generale.

Come strumento per il processo vegetativo (relativo al sistema nervoso autonomo) la terapeuta utilizza nel lavoro sul corpo lo stetoscopio, e lo pone sulla pancia del cliente. Poiché l'energia stagnante si mostra sempre in uno spostamento dei flussi (omeostasi disturbata), la Psicoperistalsi reagisce allentando o attivando questa energia.

La Psicoperistalsi è un'espressione del sistema nervoso autonomo, indicando che il sistema parasimpatico e attivato, e che i processi di rigenerazione a essa collegati sono attivati (autoregolazione).

Per i clienti questo diventa percepibile in un sentimento della calma, dello scorrere, della rilassatezza e dell'essere un insieme con il tutto, fino ad addormentarsi. Questo «processo di fusione», il cambio sulla parte parasimpatica della rigenerazione, può avvenire solo in uno spazio sicuro tranquillo e affidabile.

Limiti del Metodo

Il metodo Biodinamica Terapia è adottato terapeuticamente con bambini, giovani et adulti.

La Biodinamica Terapia non è adatta per il trattamento di

- Disturbi comportamentali, cognitivi
- Psicosi acute
- Depressione maiore
- Disturbo bipolare
- (Ipo-) Manie
- Malattie organiche del cervello
- Sindromi psichiche
- Seri disturbi della personalità
- Seri forme di anoressia nervosa

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