

DIMENTICARE RICORDARE E DISCORSO PSICOSOMATICO

Piero Piretti

Sono particolarmente attratto dai vocabolari e ne possiedo un certo numero; forse si tratta di una perversione scoptofila che, da ragazzino, agivo ricercando nascostamente sul dizionario, che naturalmente era di mio padre, le 'parolacce'.

A quei tempi, in cui le possibilità di informazione sul 'proibito' erano piuttosto scarse, si trattava di una pratica piuttosto abituale, mentre i ragazzini di oggi mi sembrano avere ben altre e maggiori possibilità di acculturamento.

Ho però scoperto che anche mio figlio usa allo stesso modo il vocabolario ed ho ironizzato sulla possibile presenza di una linea genetica.

Questo anche perché la 'perversione' di ricercare certe parole sul vocabolario a me non è passata anche se i termini cercati sono, apparentemente, cambiati e non si riferiscono più all'ambito escatologico e sessuale ma a quello che ha a che fare con la professione ed, in particolare, con l'uso che gli strumenti di diffusione informativa fanno dei concetti relativi all'attività che svolgo.

È stato così pressoché automatico, nell'accingermi a elaborare l'intervento per il Convegno, trovarmi col dizionario aperto sul termine 'psicosomatico' che, nel "Nuovo Zingarelli", è presente in una serie di espressioni quali:

Psicosomatico: 'che riguarda la mente ed il corpo'

Malattia psicosomatica: 'malattia di origine psichica con sintomi somatici e fisiologici' (?)

Medicina psicosomatica: 'che studia le ripercussioni dei fenomeni psichi ci sull'organismo'.

Innestata la reazione il giuochino perverso non poteva che continuare seguendo una linea associativa che, seppure particolare, mi permetteva di rimanere all'interno di uno degli strumenti rituali della professione.

Ecco pertanto cosa ne è venuto fuori:

CORPO... 'parte di materia che occupa spazio e presenta una forma determinata' ... 'complesso di organi che costituisce la parte materiale ed organica dell'uomo e degli animali'.

/' MENTE... 'intelligenza, intelletto, anche nelle sue varie funzioni di attenzione del pensiero, intenzione, proposito, intendimento, memoria' ,

da cui:

MEMORIA come: 'funzione generale della mente consistente nel far riconoscere l'esperienza passata tramite le 4 fasi di: memorizzazione-ritenzione-richiamo-riconoscimento'

e quindi le associazioni su:

RICORDARE come 'serbare memoria, essere presente nella memoria'; .

DIMENTICARE come 'perdere la memoria delle cose, togliersi dal la mente qualche cosa' .

A questo punto mi ero però 'dimenticato' di che cosa stavo cercando e, avendo ancora nelle mani il vocabolario, mi è stato spontaneo cercare il significato anche di questo termine da cui è risultato: VOCABOLARIO: 'raccolta ordinata di vocaboli di una lingua corredati da definizioni, applicazioni, traslati, usi fraseologici ecc.'

da cui:

FRASE come 'unità linguistica indipendente di senso compiuto'; FRASEOLOGIA: 'insieme di frasi proprie di un determinato sistema linguistico'.

Da linguistico a linguaggio l'associazione è banalmente automatica per cui:

LINGUAGGIO: 'capacità peculiare alla specie umana di comunicare per mezzo di un sistema di segni vocali che mette in giuoco una tecnica fisiologica complessa, la quale presuppone l'esistenza di una

funzione simbolica e di centri nervosi geneticamente specializzati'.

L'espressione 'funzione simbolica' rimanda inevitabilmente ad altri termini quali simbolo, simbolico, simbolismo da cui:

SIMBOLISMO come: 'insieme di processi di rappresentazione, deformata nella coscienza, di eventi inconsci' ... 'tendenza spontanea a trasformare le esperienze conoscitive in simboli mitici' ... 'forma di interpretazione dei materiali storico-religiosi (miti, riti, espressioni figurative) che vengono considerati rappresentazioni di realtà spirituali, di idee ed istinti diversi da quelli che risultano dalla forma esteriore..' ... 'forma di espressione del linguaggio e della comunicazione (non solo) religiosa allorché un segno contiene un messaggio diverso o più ampio di quello letterale od esterno...'

Penso allora, anche in funzione delle definizioni fornite dal dizionario, che si possano formulare le seguenti sintesi:

1) Esiste qualche cosa che riguarda:

il CORPO quale risultante della presenza e della attività funzionale di un complesso di organi che occupa *spazio* ed è fornito di una *forma*;

la MENTE quale espressione metaforica che, quando riferita al corporeo, può essere intesa come 'contenitore' del 'corpo' in quanto 'vissuto personale' del soggetto in relazione sia con *se stesso* (il proprio mondo interiore), sia con *gli altri* (ambiente esterno e contesto culturale).

2) Vi è una branca o disciplina scientifica che studia le ripercussioni dei fenomeni psichici sull'organismo che viene definita '*medicina psicosomatica*'.

3) Esistono malattie, definite 'psicosomatiche' che hanno nella loro genesi una componente psichica o mentale (quindi riferita alle relazioni del soggetto con il suo mondo interno e con l'ambiente esterno) che può interagire con la fisiologicità delle funzioni dell'organismo ed esprimersi attraverso sintomi somatici.

4) Esiste una facoltà della mente costituita dalla capacità di '*dimensionare*' e di '*ricordare*' eventi e fatti riguardanti l'esperienza individuale del singolo (e, forse, della specie).

5) Nell'uomo è presente la peculiarità di poter 'comunicare' anche attraverso un sistema di segni che, imperniato sulla 'funzione simbolica', gli permette di 'rappresentare' qualcosa attraverso qualcosa d'altro potendo attribuire al 'rappresentato' significati che possono essere anche diversi da quelli che la modalità rappresentativa ha mostrato.

6) La 'facoltà simbolizzante' può attivare, tramite il simbolismo, 'processi di rappresentazione' di contenuti che sono definiti 'inconsci' in quanto non sono decodificabili attraverso il codice utilizzato dall'attività mentale consapevole.

In base a quanto detto si potrebbe allora ipotizzare che l'attività

mentale non consapevole dell'uomo, cioè l'inconscio, sia caratterizzata dalla capacità di *produrre segni*, quella capacità che Fornari ebbe a definire, citando Freud, come 'facultas signatrix'.

In base a tale prospettiva l'attività inconscia della mente potrebbe allora essere vista, anche, come una 'modalità di rappresentazione', quindi di codificazione, e decodificazione di messaggi con livelli diversi di simbolizzazione.

Un aspetto peculiare di tale facoltà potrebbe essere quello relativo al modo di funzionare, quindi di esprimersi e di comunicare, delle varie componenti che, tramite il così detto 'linguaggio d'organo', con

tribuiscono alla costruzione di quella gestalt rappresentata dal '*linguaggio del corpo*'.

Lo studio di quelle forme morbose in cui componenti psicologiche o mentali incidono sulla funzionalità dell'organismo, alterandolo, può allora essere effettuato anche seguendo l'iter che i processi di rappresentazione della attività funzionale dell'organismo compiono per costruire quelle modalità di integrazione che sono proprie di un funzionamento psicofisico definibile come 'normale'.

Secondo questo angolo visuale la ricerca psicosomatica potrebbe allora orientare l'indagine verso possibili distorsioni comunicative, intra ed inter personali, correlandole alle vicende emozionali che sono state e sono proprie del soggetto.

Sembra infatti che la vita degli 'affetti' (definiti dallo Zingarelli come 'moti dell'animo o inclinazioni o sentimentali..' in cui il '*sentimento*' sarebbe 'coscienza, consapevolezza di sé, della propria esistenza e delle proprie emozioni') condiziona la 'risposta emozionale' (o ve '*emozione* viene definita come sentimento accompagnato da attività motorie e ghiandolari..) intesa quale primitiva forma di comunicazione del soggetto in relazione alle diverse vicende costituite dai suoi rapporti

con l'ambiente familiare e le figure parentali.

A me sembra se non significativo quantomeno interessante che questa specie di giuoco associativo tramite l'uso del dizionario porti a delle valutazioni abbastanza simili a quelle cui sono giunte approfondite ricerche psicosomatologiche.

Sono infatti parecchi gli autori che, a proposito della patologia psicosomatica, si sono imbattuti in problematiche connesse all'linguaggio o, più particolarmente, con la sua 'funzione simbolizzante' e con la connessa 'attività immaginativa'.

P. Marty, ad esempio, ha parlato di una 'organizzazione psicosomatica' la cui base sarebbe costituita non tanto da 'meccanismi mentali' quanto invece da 'attività sensomotorie' e da modalità funzionali fisiologiche sovraccaricate o distorte a seguito del disinvestimento dei sistemi relazionali della mente con gli 'oggetti interni'.

Questo meccanismo, definibile col termine di 'dementalizzazione'; comporterebbe l'instaurarsi di una specie di corto circuito da parte dell'energiapulsionale che, anziché percorrere la normale via di accesso al 'mentale simbolico', si scaricherebbe prevalentemente nella sfera del somatico e dell'attività operativa conseguente ('pensiero operativo').

A seguito di questa supposta deviazione pulsionale sul versante del funzionamento somatico si creerebbero delle condizioni di carenza libidica, non solo nei meccanismi di investimento degli 'oggetti interni' ma anche nei confronti degli oggetti del mondo esterno.

Conseguenza di tale carenza a livello fantasmatico sarebbe una sorta di 'opacità' del sintomo psicosomatico che si tradurrebbe, nel rapporto terapeutico, in quella che è stata definita come 'relazione bianca' che costringe il medico ad intervenire per cercare di 'riportare a galla' lo scambio comunicativo col paziente.

Un aspetto applicativo della ricerca psicosomatologica è quello che si dedica alla elaborazione di strumenti che siano in grado di riportare alla superficie del 'simbolico' quanto sarebbe invece affondato nelle profondità della funzionalità organismica.

Nel contesto dell'attuale argomentare la componente 'leggera', necessaria a permettere il ripristino della funzione galleggiante, potrebbe essere tradotta con il termine 'trasparente' connesso alla possibilità di essere abitato da 'attività fantastiche', quindi 'simboliche' e pertanto accessibili al 'mentale'.

Sul piano pratico una tecnica adeguata di intervento dovrebbe comportare la possibilità di realizzare articolati scambi comunicativi passanti attraverso il linguaggio come tramite per 'accendere' vissuti emozionali connessi al somatico dei vari organi.

Questo per cercare di 'sradicare' dal somatico quella quota di eccedenza pulsionale libidica, cortocircuitata sulla funzionalità del soma, per poterla reimmettere nell'ambito simbolico del mentale.

Si dovrebbero inoltre cercare di attivare 'esperienze di tipo immaginativo polisensoriale', tra cui quelle a carattere visivo, seppure prevalenti, non sarebbero le sole.

La possibilità di poter effettuare queste 'manovre' sembrerebbe dover passare, continuando ad utilizzare la metafora del 'riportare a galla', attraverso ripetute immersioni a diverse profondità per cercare di 'agganciare' il sommerso e l'"affondato" al fine di immettere in esso il 'leggero' che gli permetta di riemergere e galleggiare.

In termini meno metaforici si tratterebbe di trovare un mezzo, cioè una tecnica, per rendere 'simbolizzabili' quelle funzioni fisiologiche sovraccaricate dall'investimento pulsionale di cui dicevo prima.

Avendo presenti questi aspetti ed utilizzando esperienze didattiche e formative fatte nell'ambito delle attività dell'Istituto di Studi sull'Ipnosi e la Psicoterapia 'H. Bernheim' è stata progressivamente elaborata una tecnica che, prevalentemente basata sulla triade: rilassamento corporeo - attività immaginativa - elaborazione dei vissuti, è stata denominata 'DISTENSIONE IMMAGINATIVA'.

Questa tecnica che, particolarmente in collaborazione con i colleghi Zenoni e Setton, viene utilizzata nel contesto dell'attività formativa della Società Italiana di Medicina Psicosomatica e dell'Istituto Riza di Medicina Psicosomatica, prevede una serie articolata di momenti o fasi così definiti:

- 1) *Fase della Contrazione / Distensione* in cui tramite una serie di attività muscolari volontarie che interessano una serie di distretti corporei il paziente viene addestrato ad apprendere il controllo, secondo uno schema derivato da Jacobson, della contrazione e del rilassamento muscolare

correlati, il primo alla attività, il secondo alla inattività.

- 2) *Fase della Contrazione / Distensione Immaginata* in cui, dopo che ha appreso quanto previsto dalla fase precedente, il paziente viene addestrato ad 'immaginare' le attività ed i movimenti previsti, *senza effettuarli*. Questo momento dovrebbe portare ad un'attivazione delle possibilità e capacità immaginative del soggetto.
- 3) *Fase deWInventario Corporeo* in cui il paziente<; che ormai dovrebbe avere appreso sia a 'rilassarsi', sperimentando i correlati vissuti di tipo regressivo, sia a 'immaginare', chiamando in causa distretti corporei diversi ed attivando capacità di simbolizzare, apprende le modalità per procedere ad un '*Inventario Corporeo di Tipo Immaginato*'. Questo 'inventario' consiste in una attivazione, per quanto possibile spontanea, di 'immagini' collegate al 'ripercorrere immaginativamente' il 'corpo proprio' da parte del paziente. Questo sia con la guida ed in presenza del terapeuta - pertanto in una situazione relazionale particolarmente stretta e densa di implicazioni sul piano emozionale - sia in condizioni 'autogene' di allenamento personale.
- 4) *Fase della Verbalizzazione dei Vissuti* in cui paziente e terapeuta utilizzano il materiale emerso nelle varie esperienze, lo confrontano, lo usano come materiale associativo, ne ricercano possibili significati.

Le esperienze progressivamente effettuate con questa tecnica (che aveva particolarmente interessato Franco Fornari con il cui supporto era in atto l'elaborazione di un progetto di ricerca, anche perché la chiave interpretativa coinemica permetteva significativi riscontri) sembra aprire prospettive non prive di interesse.

Infatti, tramite essa sembrerebbe possibile realizzare un progressivo altalenare di attività somatica ed immaginativa decodificabile in termini di registro simbolico.

Sembrerebbe inoltre possibile cercare di dare un senso, quindi un significato, alle emozioni 'somatizzate' tentando un collegamento tra 'affetto' e possibile 'rappresentazione' dello stesso.

Sembrerebbe ancora possibile tentare il passaggio da una modalità verbale di linguaggio ad una *non verbale*, utilizzando il corpo sia quale mezzo di attività somatica sia quale attivatore di vissuti emozionali.

Sembrerebbe infine possibile cercare di comprendere, tramite il recupero di un codice di decifrazione simbolica connotato e specifico dell'uomo, un '*linguaggio dimenticato*' in quanto sepolto nella somaticità della funzione organismica che lo opacizza per riportarlo, tramite il '*ricordare*' (anche affettivo), ad essere protagonista di un lavoro di reintegrazione psicosomatica necessario ad ogni adeguata azione terapeutica in questo campo.