



Istituto per lo Studio delle Psicoterapie S.r.l.
Scuola di Specializzazione in Psicoterapie Brevi ad Approccio Strategico

D.ssa Antonella Pievaioli
Ricerca

LA POSTURA COME METAFORA DELLA MENTE

Nella visione integrata del Prof. V.Ruggieri, il corpo si configura quale metafora della mente e la postura, ossia quell'insieme di atteggiamenti che assumiamo in un contesto relazionale, rappresenta una sintesi di afferenze, una sintesi dunque psicofisiologica attraverso cui diviene possibile integrare le diverse parti, le diverse aree del corpo e le loro funzioni.

Dunque la postura può, vista come un insieme complesso, favorire o inibire importanti funzioni relazionali.

La postura, per Ruggieri V.(1984,1987,1988, 1994, 2002), rappresenta il protomentale del narcisismo primario, è il risultato delle afferenze e delle introiezioni generate, nate dalla relazione con l'altro.

Il narcisismo primario è la forza che compatta, è un processo di strutturazione del sé che comprende i processi fisiologici che preludono stati di concettualizzazione, come trattenere, espellere, contenere. Questa visione si collega al concetto di "protomentale" elaborata da W.Bion.

Questo autore ha sottolineato che le attività elementari e basilari, presenti anche nella vita intrauterina, sono strettamente legate ad originarie attività biologiche integrate.

Così il processo del “trattenere-espellere” non è di natura soltanto fisiologica, ma corrisponde ad una processualità che si ritrova nell’ambito dell’attività mentale: da processo fisiologico diviene modo di funzionare della mente.

Secondo Ruggieri, è possibile ipotizzare che processi inibitori modifichino gli stili proto mentali, oppure che questi stili, eccessivamente rigidi e stereotipati, interferiscano, generando una inibizione da conflitto, con l’acquisizione di nuove modalità adattive, di nuovi schemi comportamentali.

Ci sono posture tenute insieme con forza, altre mollemente.

Per questo, ad esempio, come sottolinea l’autore, se si chiede ad un soggetto di “perdere” qualche idea di sé o una gestualità se c’è coesione, “perdere” non provocherà l’esplosione delle diverse parti.

Esistono comunque due spinte: quella integrativa e quella distruttiva; così come esiste una linea di continuità tra la flaccidità e la contrattura. Per Ruggieri., alcune persone oscillano tra l’abbandono-assenza di appoggio e la resa alla tensione-stress che vanno sostituiti con l’appoggio tonico, cioè un appoggio caratterizzato dall’assenza di sforzo per essere nel qui ed ora, dalla consapevolezza e dal rendere cosciente soprattutto l’abbandono su certi punti di appoggio, di contatto. L’energia del rimbalzo, di ritorno dopo l’abbandono, può servire come elemento ricompattante, reintegrante.

L’Io sviluppa le sue forze proprio quando si compatta, si integra.

Questo modo di vedere la persona rappresenta il corpo come un segnale per essere attivo nella relazione, con una postura flessibile, accogliente e rilassata; essere passivo con segnali di chiusura; non voler essere in relazione con segnali di chiusura, difesa, etc.

Il corpo è l'immagine del corpo stesso: tutto il sistema percettivo costruisce l'immaginario del mondo interno ed esterno, spiegabile attraverso la doppia linea della percezione/immaginazione.

La visione psicofisiologica di Ruggieri combina inscindibilmente la mente ed il corpo, è biopsicologica, ed il tono muscolare è inteso come espressione dell'esserci in un dato momento.

Il rilassamento, la contrazione di alcuni o di uno dei distretti corporei, rivelano eventuali difficoltà nel gestire determinate emozioni/sensazioni che provengono dal corpo in un determinato contesto relazionale.

Altri due concetti, presenti nel modello psicofisiologico integrato sono quelli di: organizzazione posturale e segnapassi posturale.

Il primo identifica un luogo, un punto del corpo intorno al quale si origina la postura tutta e dal quale si diparte la tensione. E' possibile che siano presenti più organizzatori posturali, ordinati gerarchicamente.

Il secondo è per l'autore, un organizzatore funzionale, un pacemaker. Pribram (1976) parla di pacemaker ogni volta che in una zona qualsiasi del sistema nervoso, l'attività spontanea del potenziale neurolettico diventa sufficientemente stabile per organizzare l'attività di altri aggregati neuronali.

L'autore sottolinea che qualsiasi modello comportamentale acquisito, indipendentemente dal suo contenuto, forma un sistema funzionale che in particolari situazioni acquista il significato di segnapassi (pacemaker dominante): esso ha sede in alcuni gruppi di cellule del sistema nervoso centrale e seleziona gli stimoli, decide di rispondere, formula i programmi, esegue le risposte verificandone la corretta esecuzione.

Ruggieri evidenzia, poi, come anche un modello socio-culturale è segnapassi poiché seleziona, tra tutti gli stimoli, l'emissione delle risposte. Possono generarsi conflitti tra modelli, anche se temporanei e superficiali.

La postura, sempre nella visione del modello psicofisiologico integrato, nasce dal gioco di bilanciamento e controbilanciamento di forze gravitazionali e antigravitazionali.

Un'emozione come la rabbia può modificare consistentemente una posizione di riposo e la postura assunta dal soggetto emozionato non sarà altro che una riorganizzazione di quelle tensioni, di quelle forze. Quanto detto non si riferisce esclusivamente alla relazione esistente tra tono del soggetto e attività miografica fasica (di singoli atti comportamentali), ma anche alla possibilità che l'assunzione di un atteggiamento emozionale possa protrarsi nel tempo per cui l'ipotetica postura di base è modificata da un nuovo abito tonico.(Ruggieri, V. 1987)

La postura, quindi, è espressione contemporaneamente sia di un atteggiamento generale della persona che del sommarsi funzionale, per l'equilibrio statico, degli atteggiamenti dei singoli distretti corporei.

Pribram, K.H.: "I linguaggi del cervello". Bologna. Il Mulino; Franco Angeli, 1976.

Ruggieri V. (1987): "Semeiotica dei processi psicofisiologici e psicosomatici". Il pensiero Scientifico Editore, Roma.

Ruggieri V. (1988): "Mente corpo e malattia". Il pensiero Scientifico Editore, Roma.

Ruggieri V. (1997): "L'esperienza estetica. Fondamenti psicofisiologici per un'educazione estetica. Armando Editore, Roma.

Ruggieri V. (2002): "L'identità in psicologia e teatro". Analisi psicofisiologica della struttura dell'Io. Edizioni scientifiche Magi, Roma.