



Terapia integrata per la prevenzione e la cura dello stress e del trauma

EDIZIONE 2022

Congresso ibrido

LA COMUNICAZIONE ENTRA NEL CORPO

Varese, 15 ottobre 2022

Sala Giuseppe Montanari - Via Luigi Sacco, 9, 21100 Varese VA

Ostacoli Luca

I livelli della relazione corpo-mente e l'integrazione delle attività corporee all'interno dei percorsi di psicoterapia

L'approccio corporeo permette d'incrementare l'efficacia della psicoterapia, inserendosi in modo sinergico al processo in corso. L'integrazione somatica deve tener conto di diversi fattori, come il livello di arousal, l'obiettivo prevalente di costruzione di risorse o di elaborazione traumatica, il focus sull'età adulta o sull'attaccamento, la qualità della relazione terapeutica.

Un aspetto importante è il Livello relazionale in cui avviene il lavoro in seduta: lo stato di affiliazione, rispetto al livello lotta fuga o al blocco/sottomissione cambiano la percezione di se e dell'altro, dello spazio e del tempo e del vissuto del corpo.

Comprendere la fenomenologia di questi stati permette di scegliere le tecniche somatiche più adatte a sostenere l'esperienza del momento presente anche di fronte a stati emotivi intensi e accedere in modo protetto al core del dolore infantile accogliendolo in modo nuovo e trasformativo.

