

PSYCHOMEDIA

Psycho-Conferences

DANZAMOVIMENTOTERAPIA E CORPO CONTEMPORANEO

Convegno Nazionale APID

Roma, 26-28 Marzo 2010

CORPO VELATO CORPO S-VELATO

di Paola de Vera d'Aragona

Uno studio commissionato da un importante organismo internazionale ha permesso di individuare la DMT con il suo corredo di danze libere, rituali e popolari, quale strumento potenzialmente idoneo all'integrazione.

Un progetto di Gruppo Integrato...per l'integrazione

E' stato dunque formulato un Progetto di Gruppo Integrato dove fossero presenti donne italiane normalmente nevrotiche, immigrate ed immigrate velate.

Inizialmente l'integrazione è stata la motivazione principale del Progetto che era stato richiesto da alcune Strutture di Accoglienza del territorio e dai Consulenti.

Essendo stato espressamente richiesto da parte di chi scrive un colloquio iniziale ed un incontro di DMT di prova con le potenziali utenti per verificare che ci fossero le premesse necessarie per affrontare un lavoro con una Terapia Espressiva quale è la Danza Movimento Terapia, sono emersi quadri clinici precisi che necessitano di maggiori dettagli.

Durata del Progetto sei mesi, partecipanti: 9

Disturbi in generale

I disturbi maggiormente presenti tra le donne immigrate sono disturbi di ansia ma anche sindromi depressive da sradicamento e un nutrito corteo di disturbi psicosomatici essenzialmente cutanei.

Nei casi di ansia è presente una forte anticipazione pessimistica riguardo alla perdita delle proprie "radici" e all'adattamento ad un nuovo stile di vita e ad una nuova cultura. Tale disagio si manifesta principalmente con segni di tensione fisica e muscolare, scarsa concentrazione, irrequietezza, affaticabilità, difficoltà a concentrarsi, irritabilità e alterazioni del sonno.

L'ansia da separazione dalla loro casa e dal loro paese, in alcune, arriva a veri e propri attacchi di panico. Si rivelano presenti anche forme di fobia sociale quali ad es l'imbarazzo in pubblico, forme di disturbi ossessivi/compulsivi quali il sentirsi contaminate (soprattutto per le donne velate). Inoltre forme di ipocondria e somatizzazioni a carico soprattutto della cute.

L'esordio del disturbo per la maggior parte delle pazienti è stato immediatamente successivo all'arrivo in Italia (evento stressante) per le immigrate, e in adolescenza o subito dopo il matrimonio/convivenza per le italiane. Tale disturbo perdura da un minimo di sei mesi consecutivi. In alcune donne si associa come comorbidità con disturbi dell'umore (quali quadri depressivi, umore triste, vissuti di scoraggiamento e demoralizzazione etc).

Chi scrive ha già trattato casi analoghi (1). In sintesi, al Convegno APID di Genova nel 2004, fu riportato il caso di Mohammed. Il paziente di nazionalità tunisina, era stato travolto da una sindrome vertiginosa senza precedenti. Tentativi di cura tradizionali non erano andati a buon fine: al termine dei cicli di terapia il disturbo si ripresentava essendo di matrice psicosomatica. Si trattava di un paziente “perfettamente integrato” a suo dire, e anche regolarizzato secondo la legge. Chi scrive aveva individuato invece il simbolo sottostante la patologia: quello di uno sradicamento totale che il soggetto si era autoimposto. Mohammed soffriva, senza saperlo coscientemente, del “taglio” radicale e totalizzante che lui stesso aveva operato nei confronti delle proprie radici. Dopo un percorso in DMT in chiave simbolica® dove erano state percorse le vie della Tradizione utilizzando strumenti diversificati, il paziente era riuscito a ritrovare la sua magrebinità e a farla convivere con la sua occidentalizzazione.

Disturbi psicosomatici

Tornando al Progetto in oggetto, si ricorda anche la incidenza di disturbi psicosomatici della cute: in tre donne velate la psoriasi ed in un'altra un grave caso di acne. La psoriasi è una patologia caratterizzata da lesioni eritemato-squamose che danno prurito: la cute presenta un ricambio accelerato del ciclo cellulare che non le permette di “compattarsi” armonicamente creando invece una scaglia che si squamerà alla prima frizione lasciando intravedere una piccola lesione.

In Psicosomatica(2) è un fuoco che arde sotto la cenere, un fuoco spesso carico di aggressività. Chi ne soffre, frequentemente, vive calato in una realtà pesante ed oppressiva e l'accelerazione del ricambio cellulare sembra alludere ad un conflitto che vede l'alternanza veloce tra il bisogno di costituire una nuova pelle e la difesa nei confronti di emozioni ritenute destabilizzanti. Le valenze aggressive finiscono, essendo bloccate, per volgersi in senso auto-aggressivo. E' un “fuoco” di ostilità rimossa.

L'acne, con le sue pustole invece, arriva a “cambiare” il volto e le sembianze. La Maschera Acneica abbruttisce e “tiene a distanza”. Viso come “facciata” e “specchio dell'anima”...(3)

Viste le premesse di cui sopra, il Progetto è stato, in sintesi, elaborato come segue.

Un linguaggio universale

Donne di differenti culture, che vivono nel nostro territorio, possono, attraverso la DMT, far fronte alla loro situazione di adattamento utilizzando nuovi linguaggi capaci di infrangere ogni barriera.

In DMT il corpo incontra sensazioni, emozioni, relazioni attraverso il gesto/movimento, il suono, lo sguardo, il ritmo, i materiali, il disegno o un'attività plastica.

Si tratta di un'esperienza per incontrare l'altro, sfiorando il limite tra realtà e fantasia. Il corpo della donna non può fermarsi davanti ad un “velo” né davanti ad una differenza di cultura: la donna ha da sempre la capacità ad andare oltre.

La danza ed il movimento del corpo, dunque il non verbale, “assorbono” ogni differenza.

La Danza Movimento Terapia in chiave simbolica® ed elementi di Arte Terapia sembrano davvero gli strumenti più adatti per l'integrazione.

Inconscio psichico e “corporeo”

In un'ottica psicosomatica l'inconscio è “psichico” e “corporeo”: il linguaggio dinamico del corpo – il movimento - è strettamente legato alla sfera interiore che “rappresenta” in forma simbolica.

Il corpo, visto in chiave simbolica, è composto di organi ed apparati che sono “depositi” di Archetipi, entità universali somatizzate che si collocano in quell'eterno presente in cui regnano, intessuti

dall'analogico, il Mito ed il Rito.

Estendendo tale concetto si potrebbe, in una sorta di amplificazione analogica, vedere il disturbo e la malattia come un mitologema, come un tema rituale.

Ogni funzione corporea è uno stato di coscienza – forse inconscio – ma tuttavia presente: la patologia sarebbe allora la metafora della storia personale del soggetto, sarebbe cioè il tentativo di “scorporare” parti del corpo pregne della loro componente emotiva facendole vivere autonomamente (concetto di dimensione d'organo). In Terapia viene dato loro spazio e “voce” per coglierne il messaggio: il corpo ritrova così la sua capacità di raccontarsi.

Come far “raccontare” il corpo?

Come si raccontano il fuoco della psoriasi e le pustole acneiche?

La DMT fornisce potenzialmente il setting giusto e gli stimoli più disparati per farlo.

Ma per donne così diverse tra loro?

Cosa può funzionare?

E lo psichismo?

Come “si racconta” senza le parole?

La risposta è il Mito, “narrato” dal corpo agito.

Ben sapendo che ogni Tradizione ha i suoi miti e che nel Gruppo sarebbero state presenti donne di tradizioni molto diverse, la grande domanda da porsi è: Come fare?

In compagnia di Hillman

Utilizzando elementi tratti dall’“immaginazione attiva” in senso junghiano, passando attraverso lo sviluppo hillmaniano (4) che pone il problema dell'introspezione in termini ancora diversi ed altamente creativi, si intende esplorare il mistero interiore di ognuno là dove alberga il proprio mito o la propria fiaba...

Il movimento del corpo e la danza danno “spazio” e “voce” per coglierne il messaggio.

Il corpo ritrova così una straordinaria capacità di “raccontarsi” (5) (6): sulla scena agita del setting compaiono fantasmi, demoni o il daimon...La forma coreografica “descrivendo” le istanze psicologiche ed emotive emerse, ne dipinge il ritmo e l'intensità. All'interno del Gruppo, la “restituzione” motoria può ri-organizzare tutto in una “forma” nuova, integrata e appagante.

Alcune possibilità

Nel caso della donna velata c'è una fuga dal corpo? Si tratta di una fuga da una tradizione che fugge dal corpo?

Dafne ed Eco potrebbe essere dietro l'angolo...

O si tratta della paura di scoprire potenzialità nascoste? Se non si conosce se stesse, come si può incontrare l'altro, scoprirlo e scoprirsi? Che sia la paura dell'incontro e della relazione?

La magia della creatività e il suo potere di trasformazione, la forza del cambiamento, la nascita di una vita nuova, metafora dell'evoluzione della psiche non ci rimanda ad Afrodite?

E in ogni donna non sono forse presenti Eva e Lilith ma anche Sophia. Quale di queste dee non si lascia dominare dal Maschile e da esso è temuto? Anche in questo caso si parla di due energie da non contrapporre ma da integrare perché è solo dal dialogo fra entrambe che l'energia creativa dell'essere

vivente può emergere.

E se si potesse essere completamente indipendenti dal maschile? Dove può portare l'antagonismo con il maschile? Quanto questo è un "nodo nevrotico" tipico anche della donna occidentale?

Ecco che si affaccia Artemide che non ha bisogno della protezione maschile ma che indica la solidarietà fra donne.

E in ogni tradizione, con nomi diverse, vi sono Artemide, Dafne, Lilith etc

Strumenti esplorativi e creativi

Il setting quale "spazio di incontro e aggregazione" ha permesso di esplorare il movimento libero ed espressivo, di ascoltare col corpo e ricontattare miti e riti che appartengono all'universo donna. La condivisione di esperienze attraverso il ritmo ha permesso di riscoprire il piacere di essere in armonia con se stesse e con le altre.

La Danza Movimento Terapia in chiave simbolica® ha utilizzato principalmente strumenti creativi, relazionali e potenzialità coreografiche del gruppo.

Dalla danza individuale e libera, all'improvvisazione accompagnata da suoni e vocalizzi, ai dialoghi motori, alle danze in gruppo. L'unico elemento bandito...la parola ...in qualunque sua accezione....

Ma quali danze?

Per par condicio si sono voluto tenere fuori espressamente tutte le danze dei paesi di provenienza dei partecipanti.

E allora coreografie spontanee sono scaturite da Movimento Libero e Improvvisazione, dal lavoro mirato sui Piani dello Spazio, dal lavoro con il Ritmo e con i Giochi Motori. Poi, le Sculture, lo Specchio, i Materiali... Ma anche l'Automassaggio con oli essenziali, i Dialoghi Motori, gli Esercizi di Rispecchiamento, le esperienze basate sulla Tecnica degli Opposti e l'emissione di Cori e Vocalizzi

Schede di Osservazione

E' stata usata la Scheda DIA.DE di Sara Diamare e Paola de Vera d'Aragona che prevede la lettura e la decodifica del Corpo e del Movimento tenendo in particolare considerazione determinati items..

Sulla Scheda di Lettura del Corpo si sono evidenziati, per molte partecipanti, sintomi corporei da attivazione vegetativa come palpitazioni, sudorazione e tremori.

Inoltre blocco del segmento toracico e diaframmatico manifestati attraverso difficoltà nel respiro e senso di soffocamento (in 5 utenti)

Blocco del segmento addominale con disturbi come nausea e dolori da colon spastico e sintomi più generali quali formicolii, dolori muscolari, irrequietezza etc (in 6 utenti)

Blocco del segmento pelvico ben visibile attraverso una grande rigidità a livello delle ginocchia (in 6 utenti)

Sulla Scheda di Lettura del Movimento sono stati annotati i tipi di movimenti prevalenti, che sono risultati essere quelli in uno spazio anteriore al corpo mentre il piano spaziale prevalentemente usato è stato quello intermedio.

Dal corpo velato al corpo s-velato

Alla fine del percorso previsto si è potuto verificare un grado di integrazione raggiunto che sarebbe stato davvero difficile da ipotizzare all'inizio.

Inoltre c'è stata una notevole remissione della sintomatologia psoriasica ed acneica ed una forte

diminuzione della sindrome ansiosa. Paradossalmente sembravano essersi avvantaggiate del lavoro maggiormente le utenti immigrate. Per le italiane sarebbe stato, a mio avviso, necessario un lavoro più lungo nel tempo.

BIBLIOGRAFIA

1. **Autori Vari**, “*Un faro nel mare*”, de **Vera d'Aragona P.**, “*Dall'unicità dell'archetipo alla pluralità di simboli e di segni: un viaggio trasversale nella interculturalità*”, Erga Edizioni, Genova, 2006
2. **de Vera d'Aragona P.**, “*Come danza la Psoriasi*”, Caso Clinico, Riza Psicosomatica, N.43, 1984
3. **de Vera d'Aragona P.**, “*La Maschera di Eros*”, Caso Clinico, Riza Psicosomatica, N.267, 2003
4. **Hillman J.**, “*Le storie che curano*”, Raffaello Cortina Editore, Milano, 1984
5. **Autori Vari**, “*Danzamovimento terapia: modelli e pratiche nell'esperienza italiana*”, de **Vera d'Aragona P.**, “*La fiaba danzata*”, Edizione Magi, Roma, 2004
6. **Naccari A.G.**, “*Le vie della danza*”, de **Vera d'Aragona P.**, “*Danzare la fiaba*”, Morlacchi Editore, Perugia, 2004
7. **Altri riferimenti bibliografici sul SITO www.paoladevera.it**