

# **PSYCHOMEDIA**

## **Psycho-Conferences**

### **DANZAMOVIMENTOTERAPIA E CORPO CONTEMPORANEO**

#### **Convegno Nazionale APID**

**Roma, 26-28 Marzo 2010**

#### **IL LUOGO SICURO IO E IL MIO BEBE'**

di **Antonella Monteleone**

#### **PROGRAMMA DI INTERVENTO IO E IL MIO BEBE'**

Percorso di gruppo di 8 incontri a cadenza settimanale rivolto ad un gruppo di mamme con i loro bambini a partire dal loro 2°- 3° mese di vita. Numero medio di partecipanti 6 –8 diadi madre bambino  
Conduttori: - psicoterapeuta

-assistente sanitaria

Un luogo e una base sicura per le madri per confrontarsi e condividere sentimenti, sensazioni, intuizioni, pensieri, memorie, desideri, aspettative e un luogo caldo amorevole sensibile accogliente per lo sviluppo di un attaccamento sicuro nella prima infanzia .

L'esperienza si propone metaforicamente come un luogo "contenitore di contenitori".

#### **FINALITA' GENERALI**

- PREVENZIONE PRIMARIA E SECONDARIA ( in particolare della depressione post partum e dei disturbi dell'attaccamento precoci)
- PREVENZIONE DEL DISAGIO E DELL'ISOLAMENTO INDIVIDUALE E FAMILIARE
- SOSTEGNO ALLA GENITORIALITA'
- PROMOZIONE ED EDUCAZIONE ALLA SALUTE NELLA RELAZIONE TRA NEOGENITORI E I LORO BAMBINI

#### **MOTIVAZIONE DEL PROGETTO**

**Io e il mio bebè** è inserito in un programma più vasto denominato "**Percorso Nascita**" promosso dagli operatori dei Consultori del Servizio Famiglia dell'ASLMI2 che comprende interventi (prevalentemente di gruppo) finalizzati a **promuovere la salute nella relazione genitori-figli e a**

**sostenere la genitorialità nel periodo che va dalla gestazione al primo anno di vita** . Esso si avvia nel 2000 su esperienze di progetti presentati nelle precedenti annualità sulla spinta della l.r. 34/96 che mira a riqualificare i servizi consultoriali quali strumenti di prevenzione pubblica , di educazione e promozione della salute.

## **ASSUNTI E CONCETTI TEORICI**

che hanno informato la creazione e lo sviluppo di un metodo di osservazione , analisi ed intervento specifico a livello relazionale

- Evento nascita come evento bio-psico-sociale
- Gravidanza e nascita come fase di passaggio nella vita di una famiglia
- Gravidanza come fase molto complessa e significativa nel processo evolutivo di una donna – “a turning point”- un cambiamento irreversibile nel ciclo di vita della stessa (Bibring, 1959,1960)
- Gravidanza e nascita come evento culturale con aspetti differenti a seconda del ruolo occupato dalla donna in una determinata società; il contesto culturale influenza le aspettative della donna e la sua attitudine alla gestione dell’esperienza. Il significato emozionale dell’evento va visto in relazione al contesto sociale e culturale.

- Assunti e concetti e temi teorici derivati dalla clinica, dalla psicoanalisi, dalla teoria dell’attaccamento e dall’infant research:  
sviluppo del Sé,  
interdipendenza tra mondo interno e realtà esterna,  
concetto di co-creazione dei processi interni e relazionali  
concetto di tipi psicologici e modelli operativi interni la cui evoluzione avviene nella matrice intersoggettiva, intrasoggettiva e interpersonale dell’esperienza,  
concetto di contenitore interno sicuro  
funzione di contenimento e reverie materna,  
concetto di nascita come occasione di rimodellamento delle problematiche conflittuali intrapsichiche e dei modelli operativi interni ,  
concetto di attaccamento e di sviluppo della funzione riflessiva,  
rispecchiamento e risonanza emotiva empatica tra bambino e caregiver  
empatia e neuroni specchio secondo il modello delle neuroscienze

Autori : Ainsworth M.D.(1973,1978), Bartenieff, L. e Lewis,D. (1980), Beebe B. , Lachmann F.M. et alii (1992,1994, 2000,2002), Bowlby J. (1988), Kestenberg J.S., (1975, 1977, 1979, 1993, 1994), Laban R. (1966), Jung C.G., Fordham M., Feldman B., Winnicott D., Stern D., Fonagy P, Adler, J, Chodorw).

## **OBBIETTIVI**

- promuovere l’attivazione dell’ascolto, della condivisione e del confronto fra persone che vivono la stessa esperienza

Spazio di ascolto delle madri rivolto a se stesse in presenza e con altre madri

- approfondire e sviluppare la consapevolezza attraverso una esperienza diretta delle competenze genitoriali comunicative-osservative- gestionali,in particolare della capacità metacognitiva di riflettere su di sé, sui propri stati mentali e su quelli degli altri

- testimoniare, rafforzare e sostenere lo sviluppo della comunicazione non verbale tra mamma e bambino

Spazio di ascolto della relazione tra la madre e il suo bebè

## METODO

Esplorazione di tematiche proposte dai conduttori e/o dai partecipanti attraverso una esperienza diretta e modalità espressivo creative (movimento espressivo, attività pittorico plastica, scrittura creativa) .

Questo modello d'intervento facilita l'ascolto attivo e l'osservazione attiva nel gruppo.

La rappresentazione attraverso *medium artistici* dei vissuti e dell'esperienza, divenendo un oggetto che funge da ponte tra mondo interno e realtà esterna , facilita la riflessione mutua e condivisa sia sui propri stati mentali che su quelli degli altri.

Attraverso il medium artistico ed il processo creativo si offre al gruppo la possibilità di giocare, di rappresentare simbolicamente e di esplorare stati emotivi ed affettivi ed esperienze corporee che altrimenti non potrebbero trovare articolazione nel linguaggio verbale.

Importante per il processo che si intende attivare, la verbalizzazione circa la propria esperienza diretta soggettiva che avviene in un momento successivo ad essa e comprende *witnessing (testimonianza)* verbale da parte del conduttore.

Il metodo integra

- la metodologia e la cornice teorica della **DMT** in particolare:

Il *Kestenberg Movement Profile* ( J. Kestenberg, S. Loman, P. Lewis)

Il *Movimento Autentico* come tecnica di Immaginazione Attiva , in particolare il concetto di *internal witness* ( J. Chodorow, J. Adler)

La *DMT di gruppo* (C. Schmais)

La *psicoterapia espressiva* sec. A. Robbins

- con concetti teorici ed elementi di teoria della tecnica della psicoanalisi , dell'Infant Research, della teoria dell'attaccamento , di modelli di psicoterapia genitore-bambino

in particolare il concetto di **autoregolazione e regolazione interattiva e i 3 principi di salienza: il principio di regolazione attesa , il principio di rottura-riparazione, il principio dei momenti affettivi intensi**,che regolano l'interazione tra madre e infante e che costituiscono la matrice entro cui ha luogo il processo di formazione e sviluppo di identità del bambino

il **concetto di Momento Presente** (Stern )

il **concetto di attaccamento sicuro** come flusso di empatia e fiducia nella relazione bebè-genitore

## PERCORSO TEMATICO DEL GRUPPO “ IO E IL MIO BEBÈ”

**THIS IS ME** Presentazione e rappresentazione di madre e del proprio bambino (uguaglianze,

differenze, contrasti...).

### **THIS IS ME. THIS IS YOU . THIS IS MY WAY OF EXPRESSING AND COMMUNICATING**

Esplorazione delle modalità personali specifiche di esprimersi e comunicare attraverso il tatto, la vista, l'olfatto e l'udito e il senso kinestesico.

### **THIS IS ME AND YOU DANCING.ATTUNEMENT AND CLASHING**

Le qualità ritmiche della relazione (tra madri e loro bimbi; tra le madri). Sintonizzazione e rispecchiamento. L'empatia: Ritmo e attributi del flusso di tensione. Il senso di sicurezza e protezione: ritmi e flusso di forma bipolare e unipolare.

*SINTONIZZAZIONE E RISPECCHIAMENTO RECIPROCI*

*IL RITMO E LA COREOGRAFIA DELLA RELAZIONE*

*L'ESPRESSIONE E LA COMUNICAZIONE ATTRAVERSO I SENSI*

### **THIS IS MY SECURE SAFE PROTECTED PLACE .THESE ARE MY MEMORIES**

Il luogo sicuro della madre: la capacità della madre di accogliere, di prendersi cura, nutrire e contenere, nella esperienza attuale e nella memoria della propria infanzia

*IL LUOGO SICURO*

### **.THIS IS MY IDEALIZED MOTHER IN RELATIONSHIP WITH CULTURAL IMAGES OF THE MOTHER, THE BABY, THE WOMAN AND THE FAMILY**

La madre ideale : lavoro di gruppo su una sagoma di un corpo materno (body tracing) che contiene le immagini del bambino ideale, della madre ideale e di altri oggetti sé

*LA MADRE IDEALE*

### **FROM DIADIC TO TRIADIC**

Incontro con il "terzo": il padre, la rete di supporto, la rete familiare. Rappresentazioni e verbalizzazioni circa le interazioni interpersonali significative nella propria esperienza attuale come madri

*INCONTRO CON IL TERZO*

*IL PADRE E LA RETE DI SUPPORTO*

### **THIS IS MY BOX OF MEMORIES**

Le risorse: cosa mi porto a casa, cosa ho appreso, i benefici

*COSA MI PORTO A CASA*

## **DISCUSSIONE**

Le autovalutazioni delle madri rilevate attraverso dei questionari individuali alla fine del percorso concordano nel dichiarare un grado ottimale di raggiungimento degli obiettivi concordati con il gruppo all'inizio dell'esperienza e inoltre significativi cambiamenti qualitativi di tipo positivo.

I dati qualitativi finora rilevati circa il processo di sviluppo della relazione madre-bebè oltre che la correlazione tra questi e la metodologia di intervento utilizzata necessitano di essere ulteriormente

approfonditi attraverso uno studio e la pianificazione di una ricerca.

## **RISULTATI**

Il programma IO E IL MIO BEBÈ , dal 2003 al 2010, ha raggiunto una popolazione di 498 coppie mamma-bambino; 69 gruppi con una media di 7 diadi per gruppo.

Il 95% circa delle madri ha dichiarato

- di aver migliorato ed ampliato la comunicazione col proprio bimbo
- di essere abbastanza/molto migliorata nella gestione e nella comprensione delle proprie emozioni, affetti, dubbi , nella capacità empatica e nella sintonizzazione
- di essere abbastanza /molto migliorata nella capacità di negoziazione tra sé e il bimbo
- di essere abbastanza /molto migliorata nella sensibilizzazione e nella consapevolezza della CNV
- di essere abbastanza migliorata nella gestione dell'allattamento e del sonno del bimbo
- di essere molto migliorata nel gestire le coccole
- di aver migliorato ed ampliato la propria rete di sostegno.