

SALUTE. PER DISTURBI PSICOSOMATICI ARRIVA PSICOTERAPIA BIONOMICA

USA TRAINING AUTOGENO IN MODALITÀ INTROSPETTIVA 12/9 CONVEGNO IDO

Roma, 4 settembre - Il 12 e 13 settembre verrà presentato a Roma un approccio psicoterapeutico dotato di grandi potenzialità per il trattamento dei disturbi psicosomatici: la psicoterapia bionomica autogena. Ad illustrarla nell'ambito del convegno promosso dall'Istituto di Ortofonologia (IdO) sul tema 'Dal training autogeno analitico di Schultz alla psicoterapia bionomica-autogena di Schultz' (in via Alessandria 128/b dalle 9 alle 18), sarà Walter Orrù, psichiatra, psicoterapeuta e direttore dell'Icsat (Italian Committee for the Study of Autogenic Therapy and Autogenic Training).

L'Italia conta "circa 200 psicoterapeuti iscritti all'Icsat. L'approccio è presente anche in Giappone- precisa il medico- dove esiste una società scientifica con più di 2.000 iscritti, in Canada, Francia, Inghilterra, Austria, Svizzera e naturalmente in Germania, suo luogo d'origine".

- Cos'è la psicoterapia bionomica? "Bionomica viene dal greco bios (vita) e nomos (regola), significa seguire le leggi della vita", chiarisce lo psichiatra. "È un approccio che tiene conto delle leggi di vita nella psicoterapia. Leggi biologiche e psicologiche, perché Johannes Heinrich Schultz, l'inventore del training autogeno e di tale approccio, aveva una visione organismica alla vita, che integra l'aspetto psichico a quello biologico".

- Cos'è il training autogeno? "È una sequenza di esercizi di concentrazione che hanno per oggetto il corpo e la psiche insieme e che consentono un'introspezione, un'analisi e una presa di coscienza degli aspetti dell'interiorità sia corporea che psichica", risponde Orrù.

- Come si concilia il training autogeno con la psicoterapia bionomica autogena? "Nel contesto della psicoterapia bionomica il training autogeno diventa una modalità introspettiva che facilita l'emergere di immagini profonde e primordiali, racchiuse nel piano di vita di ogni individuo. Il training ha lo scopo di far emergere queste immagini profonde- conclude il direttore dell'Icsat- che sono vicine a quelle oniriche, in quanto appartengono all'inconscio". Il training autogeno "attraverso i suoi diversi esercizi di pesantezza, calore, cuore e respiro- ricorda il medico- attiva degli engrammi profondi e innati (quelli che Jung chiama archetipi) che hanno delle capacità auto-risananti".

- Questo approccio è valido anche per l'età evolutiva? "Si tratta di esercizi di concentrazione. Per i bambini al di sotto dei 10 anni è stata messa a punto una modalità di training autogeno nuova che utilizza le fiabe con risultati ottimi e innovativi. Per gli adolescenti dai 13 anni in poi viene invece adoperata la modalità classica leggermente adattata".

- Qual è la sua specificità? "Questa tecnica ha una specificità per gli aspetti psicocorporei e si presta molto al trattamento di tutte le problematiche dell'infanzia, poiché i bambini, come sappiamo - conclude Orrù- utilizzano molto il linguaggio corporeo. Si pensi solo al bambino iperattivo, alle disgrafie o alle enuresi".

Per informazioni sulle modalità di partecipazione, dato il numero limitato di posti, scrivere a scuolaps