

## Winnicot e l'integrazione psico-somatica

Nel libro "Sulla natura umana", uscito postumo, Winnicot parla molto di psicosomatica e usa uno specchietto ammaliante:

- Il corpo del bambino appartiene al pediatra
- L'anima appartiene al ministro di culto
- La psiche appartiene allo psicologo dinamico
- L'intelletto appartiene allo psicologo
- La mente appartiene al filosofo

Winnicot dice che *la psiche si insedia nel corpo*. All'inizio psiche e soma non sono unite, il corpo viene prima poi viene la psiche e dal loro rapporto nascerà la mente. I termini mentale e fisico non sono contrapposti, lo sono la psiche e il soma, dice W. La psiche è l'elaborazione immaginativa del funzionamento del corpo.

L'unione dei due è un obiettivo, un traguardo, non un dato di fatto. Poi la mente è un aspetto del loro funzionamento. Il soma è il corpo vivente, che man mano si personalizza mentre viene elaborato immaginativamente dalla psiche. L'elaborazione immaginativa del funzionamento del corpo si organizza in fantasie che sono determinate dalla localizzazione corporea. La cura della pelle è un fattore fondamentale per tale conquista. Sensazioni epidermiche, erotismo muscolare, cioè movimento libero, aiutano tale processo. Le gratificazioni corporee libere e istintuali portano a tale processo. Servono quindi esperienze funzionali personali e cure ambientali. Le frustrazioni rallentano il formarsi di questa unione.

Attento all'aspetto esperienziale Winnicot dice che un conto è crescere, un conto è diventare una persona. La natura umana è questione di psiche e soma che sono distinte e separate ma debbono essere intimamente connesse perché ci sia l'esistenza umana. Il corpo non è solo anatomia e fisiologia, è un essere vivo per gli influssi della psiche che elabora le parti somatiche, i sentimenti, le funzioni corporee. Il bambino tenuto in braccio dalla madre non sa di essere fatto di un insieme di parti. E' in quell'essere tenuto in braccio tutto che comincia a sentirsi una cosa sola.

Qualsiasi cosa faccia il neonato è la psiche a dargli un senso. Mangiare non è solo nutrirsi, immaginativamente è un gioco di gratificazioni, di istinti appagati che lo fanno sentire una persona viva.

Si crea un prima e un dopo, un'aspettativa e un ricordo poi le memorie vengono riunite, richiamate.

Mentre le sue parti vengono assemblate si forma una schematizzazione corporea, senza ancora la partecipazione della mente. Se non ci sono cure adeguate la psiche questo lavoro non riesce a farlo, non è un processo che avviene a priori, ha bisogno dell'ambiente. Sentirsi sostenuto nelle situazioni di eccitazione è fondamentale. La psiche comincia ad abitare il suo corpo come lui abita nelle braccia materne.

Un sostegno impacciato, evitante va a sfavore dell'integrazione psicosomatica, non si sviluppa il tono muscolare, la coordinazione, il ben-essere del bambino.

Qualche volta le madri ignorano che c'è una persona in quel corpo che stanno lavando e che nutrono. Lo psiche-soma non si integra.

L'integrazione non è data una volta per tutte, è un processo che inizia allora ma che persiste per tutta la vita. A volte tale coesione si rompe.

L'elaborazione immaginativa persiste per tutta la vita.

Esiste anche un funzionamento intellettuale, che ha un'altra strada, ha come basi somatiche certe parti del corpo (il cervello) e di per sé non può mai essere malato. Può essere malata la psiche non l'intelletto (a parte i casi di mancato sviluppo cerebrale o simili). La psiche può essere ammalata per distorsione dello sviluppo emozionale.

W fa l'esempio di bambini con QI di 80 e QI molto alti: i primi possono essere psichicamente sani, i secondi più facilmente no. I test intellettivi sono indebitamente riveriti, sopravvalutati. E' la psiche, la soggettività tutta che entra in gioco nei test.

Né si può curare la salute fisica di un bambino se non si contemplano gli effetti dello sviluppo emozionale, perché il fisico per svilupparsi bene deve essere libero dai grossi conflitti emozionali e di questo il pediatra deve tenere conto. Si può separare la psichiatria dell'adulto dalla clinica medica nell'adulto, ma non si può fare questo col bambino, qui la psichiatria fa parte della Pediatria! Era circa il 1954 quando W scriveva queste cose.

*"Io desidero che arrivi quel giorno (il riconoscimento della psichiatria infantile). E l'ho desiderato per 30 anni! Il pericolo è che venga aggirato l'aspetto più gravoso del nuovo sviluppo e si cerchi di trovare una scorciatoia; le teorie saranno riformulate, sottintendendo che il disturbo psichiatrico non è un prodotto dello sviluppo emozionale ma dell'ereditarietà, della costituzione, dello squilibrio endocrino e di grossolani errori di allevamento".*

Il compito della psiche è tenere assieme esperienze passate, potenzialità, consapevolezza del presente, aspettative del futuro.

Così il Sé verrà a esistere. Così ne viene l'esperienza dell'Io. L'Io si sviluppa solo se riceve le necessarie cure ambientali che favoriscono l'insediamento della psiche nel corpo, insediamento che dipende dalla relazione del bambino con la madre /ambiente.

E' come se il Sé si assemblasse attraverso il mettere assieme varie parti, in un gioco di movimento tra la persecuzione e l'ingenuità. Cioè in funzione della protezione del me dal non-me che può essere visto come buono o come pericoloso. L'eccesso di sensazione di pericolo dà persecuzione, l'ingenuità non dà abbastanza protezione. W paragona l'essere umano ad una membrana delimitante con un dentro ed un fuori, il dentro va protetto da ciò che viene da fuori ma deve anche prendere dall'ambiente.

L'eccesso di sviluppo intellettuale può fare felici gli insegnanti o certi genitori ma non fa bene all'integrazione psicosomatica. L'intellettualizzazione allontana la psiche dal corpo, da questo punto di vista la scissione è "più benevola" perché mantiene, pur se nascosto, un legame psiche-corpo.

W sottolinea che la scissione è uno dei meccanismi di difesa di pazienti con malattie psicosomatiche. Scissione che si vede bene anche nella frammentazione e scissione interpersonale nei sistemi di cura, che il paziente tiene separati come tiene separato la sua psiche dal suo corpo (per la medicina cinese non esiste separazione tra mentale e corporeo)

La malattia psicosomatica è la parte negativa di un processo positivo, quello che unisce psiche e soma.

L'angoscia ipocondriaca è un dubbio sul Sé! (non sul corpo) E' un dubbio tra le forze del bene e del male. Pensiamo a quanto la salute fisica sia rassicurante per il bambino.

André Green commentando tale lavoro di W dice come per W le emozioni siano incarnate! Per arrivare all'integrazione psicosomatica il bambino deve impadronirsi della relazione tra sé e la madre. Forse è per questo che Winnicott dice che la psiche si inserisce dopo, perché voleva dare massima attenzione all'ambiente!

*Lauretta Romani*