



La bioenergetica con i bambini. Intervista a Leonardo Moiser¹. di Mariella Semprini

Reich puntava ai “bambini del futuro”. In che modo pensava di migliorare la società attraverso di loro?

L’idea di Reich era che potesse esistere un carattere “genitale”, cioè completamente “risolto” e quindi scevro da tensioni, che è un altro modo per dire libero da armatura caratteriale. Allora: come si può far sì che crescano bambini scevri da tensioni? Lavorando con gli adulti, nel migliore dei casi si può fare parecchio, ma certamente non tutto (alcuni di loro poi, pur avendo bisogno di aiuto, per vari motivi non fanno ricorso alla terapia).

Reich dunque intende lavorare sulla prevenzione. Ogni bambino che noi educiamo in maniera “autoregolativa” crescerà sano e non avrà bisogno di terapia. Reich credeva molto nel lavoro volto in questa direzione. Era il suo sogno, che comportava rendere inutile la figura del terapeuta. Questa posizione rientrava nella sua ideologia: far nascere una società ispirata a un umanesimo egualitario fondato sull’amore, il lavoro e la conoscenza. Quello relativo ai bambini era il progetto dell’OIRC (Orgonomic Infant Research Center - Centro Orgonomico per la Ricerca sull’Infanzia) a cui si dedicò con molta intransigenza e altrettanto cuore. La nascita di generazioni senza biopatie avrebbe costituito una specie di “anno zero” per il futuro. Ogni individuo sano sarebbe stato un seme che si sarebbe potuto spargere positivamente in tutta la società. Da figlio di carattere genitale, altri figli di carattere genitale e così via. È stato un progetto che ha avuto decenni di investimento, ma non se ne parla molto...

Reich, come testimoniano non solo la sua teoria e la sua pratica clinica ma tutta la sua vita, è stato un grande idealista. Va detto però che la nostra società richiede la morte di alcune parti di ciascuna persona e il soffocamento di tante pulsioni.

Lowen parla di “caratteri” in base a “tratti” che si fissano nell’infanzia. Si è mai occupato di prevenzione della salute psicologica dei bambini?

Lowen, per quanto ne so, non ha mai lavorato direttamente con i bambini. Aveva un altro concetto di prevenzione. Da americano pragmatico ha lavorato più con i piedi per terra. Nella sua visione, non esiste un carattere genitale all’interno della nostra società: dobbiamo avere delle difese, possiamo esaltare i tratti specifici dei tipi caratteriali e lavorare sulla adattabilità della corazza. Un corpo sano è un corpo che, in certe situazioni, può fare a meno delle tensioni.

Lowen parla molto di bambini; l’eziologia dei caratteri, infatti, risale alla prima infanzia.

¹ Leonardo Moiser, psicologo, psicoterapeuta bioenergetico, conduttore di gruppi di pratica bioenergetica, lavora da anni, oltre che con gli adulti, anche con bambini e adolescenti.

Reich dice: partiamo da lì, dai bambini piccoli. Lowen dice: lavoriamo per poter alleggerire l'armatura, per avere una armatura più porosa, di maggior respiro. La creazione delle classi di esercizi di autoregolazione bioenergetica va proprio in questa direzione.

Lowen non ha mai avuto rapporti terapeutici con i bambini, però è un profondo conoscitore della loro evoluzione psicofisica.

Dottor Moiser, che cosa l'ha portata a occuparsi dei bambini nella sua pratica terapeutica?

È una cosa curiosa. Potrei dire casuale ma, forse, è più veritiero dire "inconsciamente diretta": all'università gli esami più pesanti, per me, erano quelli che riguardavano la psicologia e la psicopatologia dell'età evolutiva. Dopo la laurea, chiamato per sbaglio, ho lavorato come educatore in un servizio di assistenza domiciliare con "focus" sui bambini. Nello stesso periodo ho vissuto un'esperienza toccante durante un weekend di training. Il docente aveva proposto una visualizzazione per farci incontrare il nostro bambino interiore. Dovevamo promettere che la nostra parte adulta si sarebbe presa cura di lui. Io ho sentito di non essere pronto, mi sembrava un impegno che non avevo la certezza di poter mantenere. Mi sono reso conto poi, però, che in realtà questa cosa la facevo con Riccardo (chiamiamo così il bambino che assistevo) e ho sentito che lavorare con i bambini rassicurava il mio bambino interiore. I bambini possono essere rassicurati, appoggiati, ascoltati. Ho elaborato il percorso di riappropriazione del mio passato sia attraverso le mie analisi sia attraverso il lavoro che svolgo con i bambini.

Le cose poi sono cambiate. All'inizio il mio bambino si faceva rassicurare "transitivamente", adesso il mio bambino gioca un sacco, è diventato parte attiva del processo terapeutico con i bambini in disagio. Alice Miller nel libro *Il dramma del bambino* dotato racconta che tutte le persone che lavorano nella relazione di aiuto lo fanno per se stesse. Ho cominciato così anch'io, per poi andare avanti. Prima era il mio bambino che aveva bisogno di essere rassicurato. Ora è lui a rassicurare. Nella terapia con i bambini mi diverto moltissimo.

Riscontra sempre buone probabilità di successo nella terapia con i bambini?

L'adulto porta dentro di sé le sue dinamiche familiari. Con il bambino c'è una complessità: è necessario tener conto del suo mondo relazionale, per cui è fondamentale il lavoro con la famiglia, la scuola e tutte le figure di affiancamento.

Di solito faccio incontri ogni due mesi circa con i genitori e propongo loro anche la partecipazione a gruppi di sostegno alla genitorialità. Faccio incontri con insegnanti, psicologi, assistenti scolastici per sapere "chi è" il bambino in altri contesti e per trovare con loro la stessa linea di condotta, che può essere di maggiore rigore o maggiore morbidezza. Quello che conta è che sia condivisa e unidirezionale. Se si riesce a trovare una buona interrelazione, la terapia con i bambini muove tante cose. Spesso il disagio del bambino è legato soprattutto a un problema familiare dove lui è l'anello debole. È capitato che, dopo la terapia del figlio, la coppia abbia divorziato. Evidentemente c'era un "non detto" di cui il bambino sentiva tutta la fatica.

A volte è vero il contrario: dove cambia la struttura del bambino cambia tutta la struttura familiare in meglio. È responsabilità della famiglia scegliere l'una o l'altra strada. In ogni caso i genitori non posso delegare tutto al terapeuta o ad altre istituzioni per "rimettere in sesto" i propri figli. A volte tentano di farlo: sono i casi più difficili. Nell'ultimo paio di anni ho introdotto con i bambini in maniera più forte il discorso del corpo. Prima stavo più sul gioco e sull'aspetto relazionale. I bambini, una volta che si sia avviato il lavoro, sanno leggere molto bene i movimenti energetici del loro corpo.

Quali sono i principali disagi psicoemotivi nei bambini di oggi?

Io posso parlare della mia esperienza. Da me arrivano bambini con tic e balbuzie. Arrivano bambini senza confini, quindi che non sono stati in grado di strutturare un Io valido, per cui si ritrovano a gestire la realtà pur essendo ancora ancorati al principio del piacere, senza essere in grado di posticiparlo, e dunque incapaci di stare dentro le regole. Vedo bambini tanto timorosi del giudizio degli altri da dover chiuder alcune loro relazioni. Vedo bambini che non si strutturano, che hanno un Io troppo debole. Il mio compito consiste nel rappresentare un Io ausiliario che gli insegni come strutturare il loro Io, che gli permetta di scoprire le loro risorse per poter imparare e crescere. Qui il corpo diventa spettacolare: possono imparare a mettere la mano sulla pancia e sentirsi tranquillizzati, sentire che l'ansia diminuisce. Questo dà loro un grande supporto a stare meglio.

I bambini in trattamento terapeutico incontrano le stesse resistenze degli adulti?

Rispondo con un dato: la terapia più lunga conclusa con un bambino è andata avanti per meno di tre anni. A volte un adulto dopo tre anni "inizia" a entrare in terapia. Mediamente la terapia con i bambini ha la durata di uno/due anni. Questo perché non ci sono venti o trenta anni di "tenuta" di tensioni caratteriali. Nei bambini si incontrano le stesse identiche resistenze degli adulti, ma non così strutturate. Per questo il lavoro diventa estremamente più facile e immediato.

Nei bambini è leggibile la tipologia caratteriale degli adulti che sono avviati a diventare?

Nei bambini si vedono chiaramente le strutture caratteriali: nel corpo, nel carattere, nel comportamento. È interessante confrontare i loro tratti con quelli dei genitori. Questo ci permette di capire molte cose e di intervenire con gli adulti. Io lavoro abitualmente con bambini delle elementari e delle medie. Mi è capitato di trattare anche bambini molto più piccoli. Ricordo in particolare il lavoro con un bambino autistico di tre anni.

Già a nove anni è ben chiara la struttura che si porteranno avanti nella vita. La cosa interessante è fare in modo che il corpo diventi una risorsa per gestire al meglio questa struttura (dato che la struttura si crea necessariamente). Con i bambini è più facile passare dal "mi metto" al "mi tolgo" l'armatura. Il bambino dà più fiducia. Si apre se sperimenta che non c'è nessuno che gli dice – a parole o in modo indiretto –: "vergo-

gnati, ti abbandono, ti mando in collegio...”. Ci sono delle situazioni in cui l’armatura si può togliere: questa è la cosa più importante.

Che cosa le hanno insegnato i bambini?

Mi hanno insegnato è a prendermi cura di me. Mi hanno insegnato a stupirmi perché ogni tanto saltano fuori con cose straordinarie. Mi hanno insegnato ad “allontanarmi” per avere più cose sottocchio: se ci si allontana si vede in maniera più completa. Se ho sia la lente di ingrandimento sia il binocolo vedo meglio.

Il lavoro con i bambini mi ha insegnato che qualunque genitore fa del suo meglio rispetto a quello che può fare, come dice anche Winnicott. Quello che non fa è perché non può, allora diventa necessario il sostegno alla genitorialità.

I bambini mi hanno insegnato che a volte è necessario prendere posizioni forti – o morbidamente forti. Ma la cosa più importante, alla fine l’unica cosa veramente importante, è stare lì con loro. Esserci senza farsi tanti problemi: “oggi cosa gli propongo... che giochi gli faccio fare...”. Di molte terapie andate a buon fine non saprei nemmeno dire che cosa ha funzionato. I bambini non si fregano. O ci sei o non ci sei. Con troppe tecniche non si va da nessuna parte.

Pensa che l’approccio bioenergetico sia generalizzabile, sia cioè trasferibile anche ai bambini “sani”?

Sì. Una delle cose che mi piacerebbe tanto fare, e che è ancora un progetto “in fieri”, è fare classi di esercizi di bioenergetica per tutti... qualcosa di simile alla Pratica Psicomotoria già esistente. Penso che questo si possa applicare sia ai bambini con disagi sia ai bambini sani. Diventerebbero dei momenti di consapevolezza corporea attraverso giochi, e non solo, in base alle fasce di età. Fino ai cinque, sei, sette anni c’è più difficoltà a verbalizzare. Sarebbe bello sperimentare, più che classi vere e proprie, dei momenti di consapevolezza corporea. Ai bambini piace molto essere presi sul serio. Io gioco con loro, ma faccio anche esercizi simili a quelli degli adulti. Sarebbero molto promettenti dei laboratori in cui i bambini potessero scoprire il linguaggio del corpo e le risorse che di lì provengono rispetto ai disagi che possono incontrare nel quotidiano.

Interessante sarebbe anche fare delle classi per genitori per far loro acquisire strumenti di comprensione rispetto ai bisogni dei loro figli. Per esempio piuttosto: che punirli perché non stanno fermi, poter capire come farli sfogare.

Ha qualche caso particolarmente esemplificativo dell’efficacia dell’approccio terapeutico con i bambini?

Uno per tutti. Ho lavorato quattro o cinque mesi con un bambino che presentava dei tic. Quello che ho potuto vedere è che il tic è qualcosa che scarica una tensione senza che l’accumulo energetico assuma una colorazione emotiva e consapevole: la tensione si scarica attraverso il tic senza che sia cognitivizzata.

I bambini che hanno tic hanno disagi soprattutto con i loro pari. Quando il tic è legato a problemi di tensione oculare, come spesso succede, si può procedere come ho fatto col bambino di cui parlavo: ci si girano reciprocamente le spalle. Con questo sempli-

ce accorgimento il tic non si verificava. Allora: se so che guardarsi negli occhi mi dà ansia, posso trovare un modo migliore di gestire la mia ansia. Era un bambino il cui corpo diceva cose molto nette di cui lui non si rendeva conto. Ho usato anche la telecamera: rivedendosi ha capito che il suo corpo diceva cose di cui non era consapevole.

Gradualmente le cose sono cambiate, ha cominciato a sentire il contatto con il corpo e a empatizzare le sensazioni, a capire cioè le informazioni che provenivano dal suo fisico e a collegarle alle emozioni. Ha cominciato a capire che il peso che avvertiva nel petto era dato dalla paura della sua rabbia. Man mano i tic sono andati scomparendo. A scuola ha cominciato a relazionarsi molto bene con i compagni, addirittura a essere lui l'organizzatore, mentre prima rimaneva dietro le quinte. Anche a calcio ha cominciato a farsi valere e a manifestare la sua rabbia.

I genitori, che erano stati avvertiti delle varie fasi che avrebbe incontrato il bambino, sono stati molto collaborativi e contenti dell'esito terapeutico.

Quando si parla di disgrafia si insiste sempre sul concetto che si scrive con il corpo, con tutto il corpo. Ha mai trattato bambini disgrafici?

Sì, due bambini forse non totalmente disgrafici ma che presentavano alcune caratteristiche di disgrafia, sempre non in presenza di disturbi neurologici. In quest'ultimo caso si possono sempre attivare delle risorse in terapia, ma non si ottiene un recupero totale. A proposito dei DSA penso che oggi ci sia troppa facilità nel catalogare i bambini in queste categorie. A volte si dà loro poca fiducia...

Uno dei due bambini è venuto perché a scuola gli hanno diagnosticato dei disturbi di disgrafia e disortografia per i quali si faceva richiesta anche del logopedista. I genitori mi hanno presentato dei quaderni di casa in cui la scrittura era molto diversa e migliore: era cioè in grado di scrivere meglio.

Il bambino era stato adottato, era di origini rumene, forse il suo era un modo di esprimere che qualcosa non andava. È stato in terapia per un anno al termine del quale anche la scrittura è migliorata. Sono stato semplicemente con lui, ma mettendo dei confini, senza farmi risucchiare in modalità simbiotiche. Il bambino, avendo strutturato un Io e dei confini, ha migliorato anche la scrittura. Questo è uno dei casi in cui i genitori hanno poi deciso di separarsi e lo hanno fatto nonostante il mio tentativo di responsabilizzarli in relazione alla storia del figlio. Il bambino poi ha continuato a essere seguito ancora per qualche tempo.

Un altro bambino aveva grande tensione nel cinto scapolare e nel petto, tensione legata al "mi devo proteggere, non posso aprirmi, non posso farmi vedere". I suoi genitori erano molto esigenti. Il loro messaggio era: "ci devi dare tutto quello che puoi", senza "comunque ci vai bene ugualmente". Piano piano, durante la terapia del figlio, hanno ribaltato l'ottica. Sono arrivati a: "ci sono molte cose che funzionano e qualcosa no" anziché il contrario. Il bambino all'inizio si costruiva con tutti i cubi colorati dello studio una casa che poi difendeva strenuamente con fucili. Piano piano ha allargato la sua casa fino a occupare tutto lo studio e infine ha permesso anche alla mamma di entrare.

In seguito ho mandato il bambino da una rieducatrice della scrittura con cui collaboro, per recuperare una miglior grafia. Il lavoro dunque è stato, prima che tecnico, relazionale e quindi terapeutico.

Ci sono esercizi corporei particolari che suggerisce di proporre ai bambini?

No, tutto quello che è corporeo e in linea con la loro storia. I bambini lo sanno di cosa hanno bisogno. Non: “hai bisogno di aprirti quindi ti faccio fare questo per aprirti”, ma “hai bisogno di proteggerti e forse, pian piano, puoi capire che ti puoi aprire”. Insomma il bambino può andare pian piano da solo verso il benessere, che è ciò verso cui tende. Posso aiutarlo a coscientizzare il processo che lo porta verso il benessere, assecondando la consapevolezza che va da sé verso il benessere.