

TRAUMA E PSICOPATOLOGIA

*Collana a cura di
Giuseppe Craparo*

BRAINSPOTTING E DISSOCIAZIONE

UNA NUOVA TERAPIA
NEUROPSICOLOGICA
PER TRATTARE I TRAUMI
PSICHICI E GLI STATI
DISSOCIATIVI

Bernard Mayer e Françoise Pasqualin

Prefazioni di *David Grand* e di *Onno van der Hart*

GIUNTI
PSICOLOGIA

Psicologia.io

Traduzione di *Fedra Cocca*

Titolo originale: *Brainspotting et dissociation. Une nouvelle thérapie neuropsychologique pour traiter les psychotraumatismes et les états dissociatifs*

Copyright © 2022 SATAS s.a.

Tutti i diritti sono riservati. Traduzione autorizzata dall'edizione francese pubblicata da SATAS s.a.

È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa con qualsiasi mezzo, se non espressamente autorizzata dall'editore.

www.psicologia.io

www.giuntipsy.it

www.giunti.it

© 2024 Giunti Psicologia.io S.r.l.

Via Fra' Paolo Sarpi 7/A, 50136 Firenze – Italia

Prima edizione: luglio 2024



Stampato presso Rotolito S.p.A. – Seggiano di Pioltello (MI)

INDICE

RINGRAZIAMENTI	VII
PREFAZIONE (<i>David Grand</i>)	IX
PREFAZIONE (<i>Onno van der Hart</i>)	XI
PREMESSA DEGLI AUTORI	XV
BIOGRAFIE DEGLI AUTORI	XVII

PARTE I

ORIGINI E PRINCIPI FONDAMENTALI DEL BRAINSPOTTING	1
1. Un lungo cammino, da Pierre Janet a David Grand. Dall'ipnosi al Brainspotting	3
2. Dissociazione e trauma: l'iscrizione somatica	13
3. La memoria subcorticale e il suo trattamento neurobiologico	29

PARTE II

LA PRATICA DEL BRAINSPOTTING	45
4. La ricerca dei Brainspot e l'“autoscan”	47
5. Doppia sintonizzazione relazionale e neurobiologica	61
6. La piena consapevolezza mirata	79
CONCLUSIONE	
Il Brainspotting, una terapia neuroesperienziale	89
GLOSSARIO	93
BIBLIOGRAFIA	95

RINGRAZIAMENTI

Ringraziamo in particolare il professor Onno van der Hart (Paesi Bassi), di fama internazionale, che ha permesso la riabilitazione fondamentale e molto attuale dell'opera di Pierre Janet (1859-1947), essenziale per la comprensione e il trattamento del trauma psichico complesso, e che ha notevolmente contribuito allo sviluppo delle competenze dei terapeuti francesi e internazionali, che hanno in tal modo potuto dare sollievo ai pazienti affetti da traumi psichici e disturbi dissociativi.

Ringraziamo il nostro amico David Grand, PhD (USA), ideatore del BRAINSPOTTING, per la qualità rivoluzionaria di questa nuova psicoterapia dal sorprendente potenziale di guarigione. Lo ringraziamo per aver trasmesso ai professionisti della salute questo nuovo modello psicoterapeutico che diventa, per i nostri colleghi, imprescindibile nel trattamento dei loro pazienti. Lo ringraziamo per la sua fiducia nell'IETSP, che è riconosciuto da Brainspotting International come il solo organismo ufficiale abilitato in Francia a trasmettere la formazione dei terapeuti qualificati nel Brainspotting.

Ringraziamo gli ideatori clinici che hanno presentato per la prima volta, in Francia all'IETSP, nuove terapie, come l'Ego-State Therapy di Maggie Philips, PhD (USA), la terapia dell'integrazione del ciclo di vita [ICV] di Peggy Pace, la Psicoterapia Sensomotoria (SPI) di Pat Ogden, la dissociazione strutturale della personalità (DSP) di Onno van der Hart e i suoi collaboratori internazionali, il BRAINSPOTTING (Brainspotting) di David Grand, nonché i formatori specializzati in EMDR (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*): Janina Fisher PhD (USA), Philip Manfield PhD (USA), Robert Miller PhD (USA) e Roger Solomon PhD (USA).

Ringraziamo i colleghi professionisti della salute che ci seguono da molti anni.

Bernard Mayer, Françoise Pasqualin
www.ietisp.com

PREFAZIONE

David Grand

Il libro di Bernard Mayer e Françoise Pasqualin, *Brainspotting e dissociazione*, completa in maniera competente ed efficace la base delle conoscenze del Brainspotting in numerosi modi. Non si tratta, dunque, solo di un'integrazione esemplare alla nostra saggezza, bensì di una svolta verso un nuovo territorio clinico. Questo libro ripercorre storicamente l'evoluzione teorica dell'ipnosi, di Pierre Janet, di Onno van der Hart, del mio lavoro e oltre. Pertanto, questo libro spiega come la teoria evolve, si reinventa e contemporaneamente si convalida. Il Brainspotting e la dissociazione sono realmente intrecciati e inseparabili. Tutte le manifestazioni che portano le persone a ricorrere al Brainspotting sono di derivazione dissociativa, alcuni dei problemi presentati emanano esclusivamente dai traumi dello sviluppo e dai fenomeni dissociativi. Ogni aspetto del Brainspotting è legato alla dissociazione. Il principio di incertezza postula che la natura quasi infinita (da uno a quattro quadrilioni di connessioni sinaptiche) del sistema nervoso umano è inconoscibile: la dissociazione in quanto fenomeno è pressoché impossibile da spiegare e comprendere.

Come sa il cervello dividersi al servizio della sopravvivenza? Questa capacità di autoprotezione comincia nell'utero? Si tratta di un riflesso di sopravvivenza a livello autonomo o forse a livello spinale? Come è in grado di dissociarsi il sistema umano? In una prospettiva storica, Bernard Mayer e Françoise Pasqualin esaminano e chiariscono il modo in cui il Brainspotting si interfaccia in maniera unica con questo(i) sistema(i) magico(i) e inconoscibile(i). Essi rivelano come il(i) sistema(i) non può (vuole) conoscersi se non al di fuori della saggezza dell'osservatore terapeutico. Non si accontentano di passare in rassegna la teoria e le pratiche fondamentali del Brainspotting (il corpo sa, la doppia sintonizzazione, la piena consapevolezza mirata), ma le condividono nei percorsi di guarigione di numerosi pazienti in esempi di casi suggestivi. Il processo di guarigione degli stati dissociativi è la quintessenza dell'integrazione. Non è un caso se questo libro è un modello di integrazione, al contempo teorico e storico.

In quest'ottica, vorrei proporre qualche riflessione supplementare sul Brainspotting e sulla dissociazione. Conformemente al principio di incertezza, il cervello è in definitiva inconoscibile. Di conseguenza, l'evoluzione e i processi di dissociazione sono, essi stessi, inconoscibili. Quando tentiamo maldestramente di descrivere il corpo-cervello, e il modo in cui si dissocia, utilizziamo delle metafore che sono destinate a fallire nella loro letteralità. Descriviamo barriere e capsule mentre inseguiamo vanamente ombre fugaci che non sono mai esistite. Il cervello è un mago quantico, un illusionista, che contemporaneamente rivela e nasconde le cose ai nostri occhi. Poco importa ciò che apprendiamo di più sulla struttura e sul funzionamento del cervello, ci rendiamo conto in ultima analisi che non sappiamo e forse non sapremo mai. Non lasciatevi scoraggiare, come recita l'adagio del Brainspotting: «Non è necessario sapere cos'è per sapere che lo è».

Siate dunque entusiasti, riconoscenti e affascinati mentre penetrate nel regno del cervello e della sua capacità di dissociarsi. Lo strumento o gli strumenti del Brainspotting vi guideranno e vi aiuteranno a liberarvi dall'obbligo di sapere ciò che non potete sapere. Questo libro vi servirà da guida e da sostegno in questa impresa. Leggetelo lentamente perché vi è molto da assimilare. Non esitate a rileggere un capitolo, e anzi vi invito a rileggere il libro qualche mese dopo averlo terminato. Salite a bordo ora e apprezzate questo generoso viaggio che Bernard Mayer e Françoise Pasqualin vi propongono.

PREFAZIONE

Onno van der Hart

Viviamo in un mondo dove gli effetti biopsicosociali deleteri dei traumi psichici, che si tratti di esperienze traumatiche uniche vissute in età adulta o di abusi e negligenze croniche subite durante l'infanzia, sono sempre più riconosciuti. E oggi siamo obbligati a rammentare e ad essere intensamente consapevoli delle conseguenze devastanti della guerra. Mediante tale crescente presa di coscienza, si riconosce sempre più la necessità di un trattamento adattato a questi effetti traumatici, come testimonia l'enorme crescita dei servizi e delle modalità di trattamento. Tuttavia, il fatto che i segni e i sintomi che numerosi sopravvissuti al trauma psichico manifestano non siano riconosciuti come tali né dai sopravvissuti né dai clinici costituisce una fastidiosa complicazione.

Nel corso dell'ultimo secolo e mezzo, alcuni clinici – sovente esperti di ipnosi – sono stati in grado di comprendere le relazioni tra i differenti sintomi e i ricordi traumatici soggiacenti di cui erano espressione diretta o indiretta. In Francia, il maestro fu senza alcun dubbio Pierre Janet (1859-1947), per lungo tempo direttore del laboratorio di psicologia della Salpêtrière a Parigi e ancor più a lungo docente al Collège de France a Parigi. Sulla base di numerose osservazioni cliniche, egli stabilì che nel trauma psichico si sviluppa una dissociazione della personalità che, col passare del tempo, ostacola l'integrazione dei ricordi traumatici e la risoluzione del traumatismo.

Inoltre, Janet diede prova di grande creatività nello sviluppo di nuovi metodi di trattamento. Nel corso delle due guerre mondiali, poi della guerra del Vietnam, numerosi clinici militari si sono ispirati alle sue lezioni e hanno sviluppato nuovi approcci terapeutici. A partire dagli anni Ottanta, alcuni di coloro che lavorano con i sopravvissuti ai traumi civili (bambini e adulti vittime di abuso o trascuratezza, di violenza domestica, di stupro, di aggressioni e di incidenti stradali) si sono ispirati agli studi pionieristici di Janet o li hanno validati indipendentemente, creando in tal modo le loro modalità di trattamento.

In questi sviluppi ricchi e promettenti, l'approccio clinico che Bernard Mayer e Françoise Pasqualin presentano nel loro libro *Brainspotting e dissociazione: una nuova terapia neuropsicologica per trattare i traumi psichici e gli stati dissociativi* occupa un posto particolare. Questo libro illustra un trattamento dei traumi psichici all'avanguardia, seguendo le orme del Brainspotting di David Grand (2013) e delle terapie connesse, sostanzialmente non verbali. Gli autori integrano altresì questi nuovi progressi con le migliori conoscenze disponibili su come il trauma psichico influisce sul nostro essere biopsicosociale che altrove è stato sovente ridotto alle dimensioni mente-corpo. In realtà, la mente e il corpo sono immensamente più complessi, collegati tra loro e in ultima analisi non separati. Come ha concluso Charles S. Myers, uno dei pionieri della psicotraumatologia: «La nozione di una qualunque relazione tra la mente e il corpo è assurda poiché l'attività mentale e l'attività corporea vivente sono identiche» (1937, p. 189). Questo libro è stato scritto secondo lo spirito della saggezza di Myers.

Come ben descritto all'interno del volume, il Brainspotting è stato sviluppato per caso da David Grand; a mio parere, si tratta di un approccio terapeutico particolarmente piacevole per il paziente, anche in virtù della sua applicazione apparentemente semplice, fedele al principio di Boerhaave secondo il quale «la semplicità è il marchio della verità». L'apparente semplicità del Brainspotting, oltre alla sua squisita familiarità per il paziente, esige una profonda saggezza clinica, nonché una comprensione approfondita della dissociazione della personalità generata da un trauma psichico, come già formulato da Pierre Janet. Tale conoscenza è particolarmente importante per comprendere e trattare i sopravvissuti dei traumi psichici complessi e cronici, il cui esito più complesso è il disturbo dissociativo d'identità (DID). Lo speciale contributo di Bernard Mayer e Françoise Pasqualin è una preziosa integrazione del Brainspotting con altri approcci di trattamento corpo-mente, e una comprensione janetiana della dissociazione della personalità generata dal trauma psichico. Come testimoniano i loro esempi di casi ispiratori, nella pratica clinica essi realizzano tutto ciò nell'ambito della grande attenzione riservata alla qualità della relazione terapeutica. Così facendo, gli autori rendono omaggio agli studi di Pierre Janet, le cui osservazioni pionieristiche hanno resistito alla prova del tempo, ma sono state troppo spesso ignorate. Bernard Mayer e Françoise Pasqualin collegano dunque magnificamente il presente al passato e al futuro.

Personalmente, ho conosciuto Bernard Mayer per la prima volta nel 2003, in occasione di un incontro dell'ALFEST (Association de Langue Française pour l'Étude du Stress et du Trauma) presso l'ospedale di Val de Grâce, a Parigi. In quella circostanza rimasi impressionato dalla sua conoscenza e dalla sua affinità con le idee di Pierre Janet. Col passare degli

anni, ho appreso come Bernard Mayer, insieme a Françoise Pasqualin nel loro Institut Européen de Thérapies Somato-Psychiques (IETSP), si sia sempre sforzato, tanto nella pratica clinica che nell'insegnamento, di integrare i lavori di Janet agli approcci terapeutici moderni corpo-mente – tra i quali il Brainspotting occupa un posto di primo piano. Infine, rendo loro omaggio per aver fondato l'Association Française Pierre Janet (AFPJ), di cui Françoise Pasqualin è presidente.

PREMESSA DEGLI AUTORI

Quest'opera è scritta congiuntamente da due clinici che esercitano la professione in privato: Bernard Mayer, terapeuta psicosomatico, e Françoise Pasqualin, psicologa clinica.

Essi sono anche co-fondatori di:

IETSP

L'IETSP (Institut Européen de Thérapies Somato-Psychiques) – www.ietsp.fr – è un organismo per la formazione specialistica di professionisti della salute, la cui vocazione è sviluppare e promuovere gli approcci psicoterapeutici più avanzati, a livello internazionale, nel campo clinico del trauma psichico e in particolare dei disturbi dissociativi complessi e delle psicopatologie resistenti che possono derivarne.

AFPJ

L'AFPJ (Association Française Pierre Janet) – www.pierre-janet.org –, con sede legale a Parigi, rende omaggio a questo illustre clinico e teorico francese attraverso una newsletter consultabile sul sito dell'AFPJ. Essa propone articoli sulla dissociazione post-traumatica e informazioni sui lavori di Pierre Janet (1859-1947). Quest'ultimo, noto quanto Freud alla sua epoca, è stato riscoperto grazie ai lavori di esperti internazionali quali Henri F. Ellenberger, Gerhard Heim, Isabelle Saillot e Onno van der Hart, PhD (NL). L'opera di Pierre Janet è di enorme valore per la comprensione e il trattamento del trauma e della dissociazione. Ha ispirato numerose psicoterapie nei paesi anglosassoni che l'IETSP contribuisce a insegnare e a trasmettere ai professionisti della salute.

BRAINSPOTTING France

www.ietsp.fr

L'IETSP è il solo organismo ufficiale di formazione in Francia, abilitato e riconosciuto da David Grand e da BrainspottingTM International per organizzare le formazioni di BRAINSPOTTINGTM in Francia.

Bernard Mayer e Françoise Pasqualin sono i formatori e i supervisor certificati di Brainspotting France.

BIOGRAFIE DEGLI AUTORI

Bernard Mayer è presidente e co-fondatore dell'IETSP (Institut Européen de Thérapies Somato Psychiques) e dell'AFPJ (Association Française Pierre Janet). È esperto di psicoterapie a mediazione neurocorporea. Ideatore della TICE (Thérapie Intégrative Corps-Esprit™), professionista EMDR e Somating Experiencing, è supervisore e formatore di Brainspotting International.

Svolge attività privata a Parigi, in Francia. È autore di *La psychothérapie non verbale des traumas*, Éditions L'Harmattan, 2017, e co-autore di *Passé traumatique, présent chaotique, futur guéri*, Librinova, 2020.

Françoise Pasqualin è co-fondatrice dell'IETSP (Institut Européen de Thérapies Somato Psychiques) e presidente dell'AFPJ (Association Française Pierre Janet), nonché psicologa clinica e psicoterapeuta, ipnoterapeuta, supervisore EMDR-Europe, supervisore e formatrice di Brainspotting International.

Svolge attività privata a Strasburgo e a Versailles, in Francia.

È co-autrice di *Passé traumatique, présent chaotique, futur guéri*, Librinova, 2020.