UNIVERSITA' G. D'ANNUNZIO
Chieti-Pescara
CORSO DI LAUREA IN
Scienze e Tecniche Psicologiche
Anno Accademico 2015-2016

L'IMPORTANZA DEL CARATTERE IN RELAZIONE ALLA POSTURA

Nel corso dell'evoluzione si è passati da forme di vita uni e pluricellulari che assorbono le sostanze nutritizie per filtrazione dall'ambiente acquoso (es. alghe) a forme più complesse dotate di un'unità funzionale motoria in grado di consentire il reperimento attivo delle materie nutritive nell'ambiente:

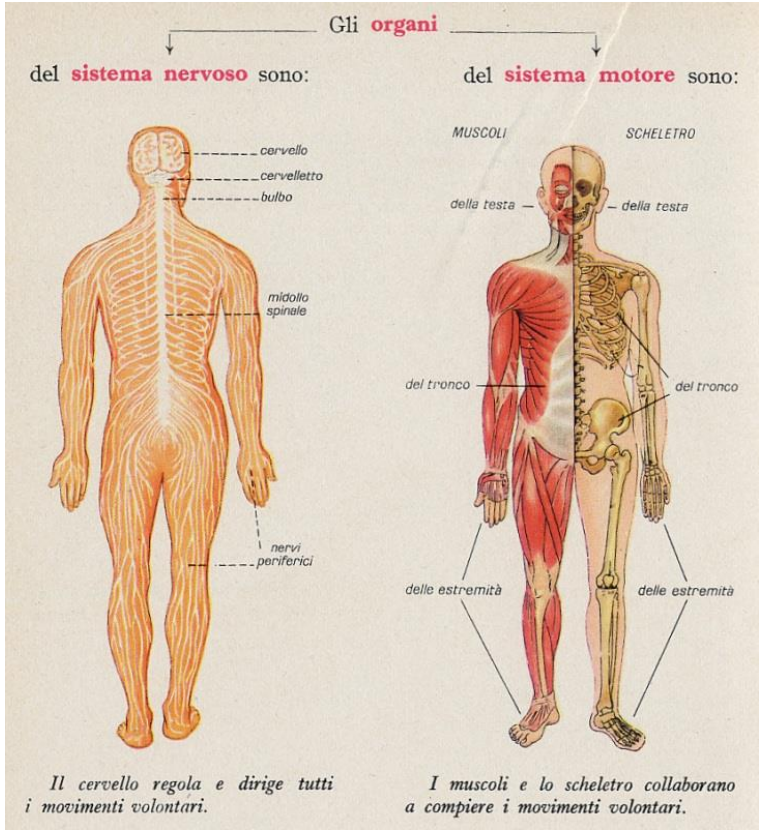
VEGETALI dotati di un apparato radicolare

ANIMALI dotati di un apparato locomotore

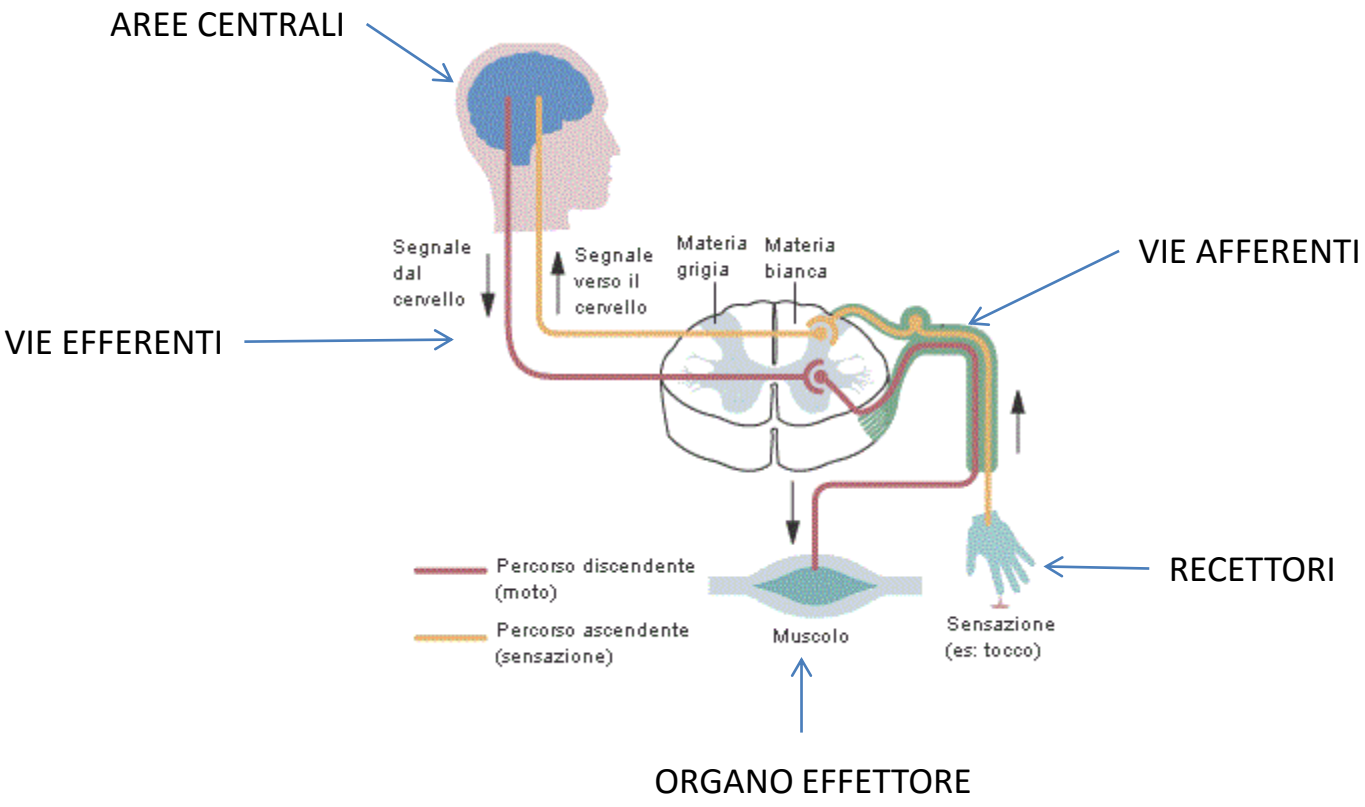
APPARATO LOCOMOTORE

Insieme di organi funzionalmente integrati che consentono il movimento.
E' formato da
-OSSA che unite a mezzo delle articolazioni formano lo scheletro
-MUSCOLI collegati a mezzo dei tendini alle estremità ossee (muscoli scheletrici)

La funzione dell'apparato locomotore è controllata dal SISTEMA NERVOSO



CONTROLLO NERVOSO DEL MOVIMENTO





Vista





Tatto





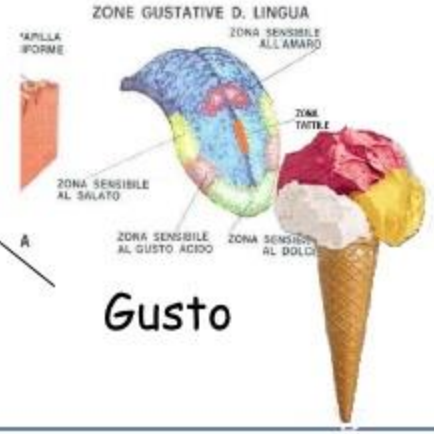
Udito

gli ORGANI DI SENSO ricevono INFORMAZIONI sul MONDO ESTERNO





Olfatto



Gusto

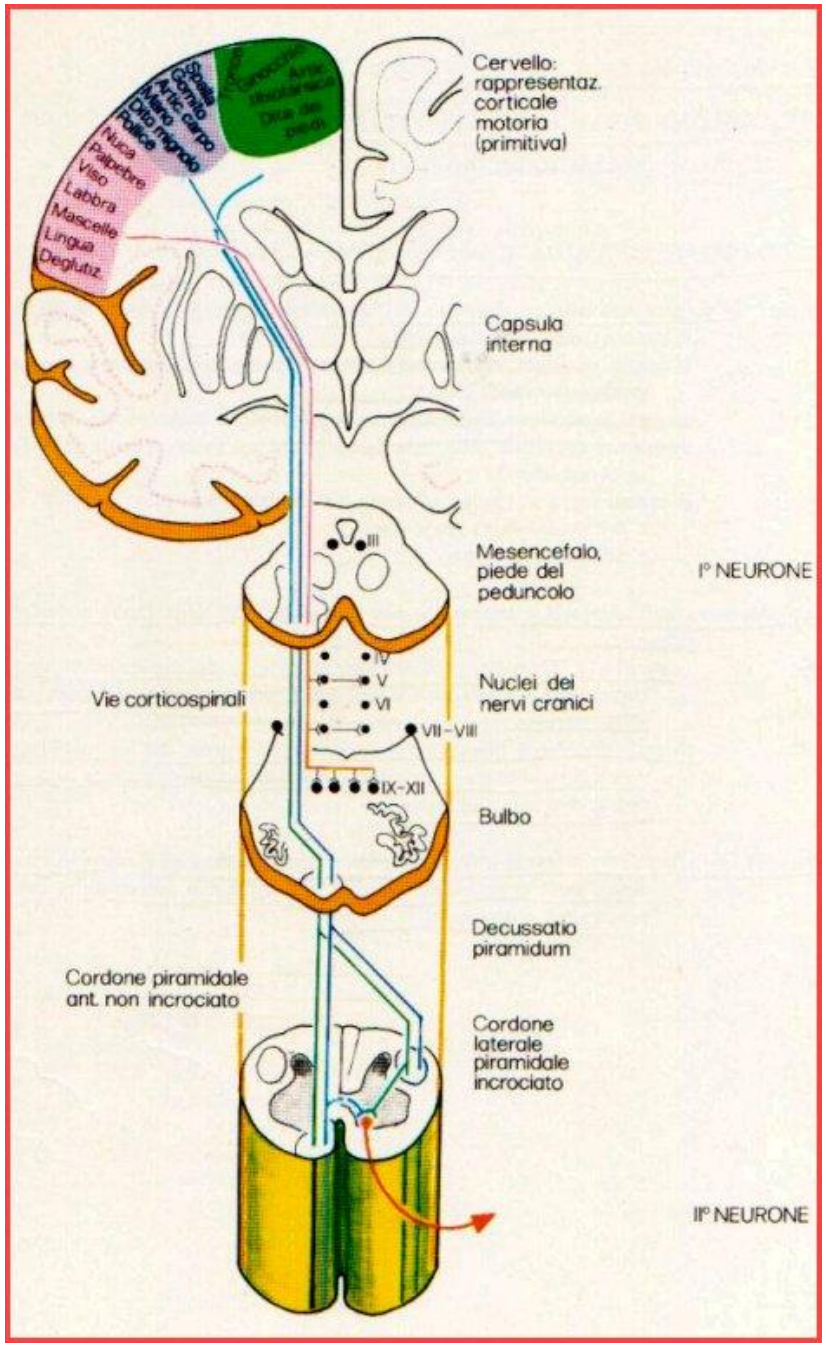
Copyright © 2006 Zanichelli editore

CONTROLLO NERVOSO DEL MOVIMENTO

Nell'ambito dei meccanismi nervosi di regolazione del movimento vanno distinti due sistemi:

Sistema di controllo del MOVIMENTO VOLONTARIO
Sistema di controllo della POSTURA

Benchè distinti questi sistemi operano sinergicamente



CONTROLLO DEL MOVIMENTO VOLONTARIO

SISTEMA PIRAMIDALE

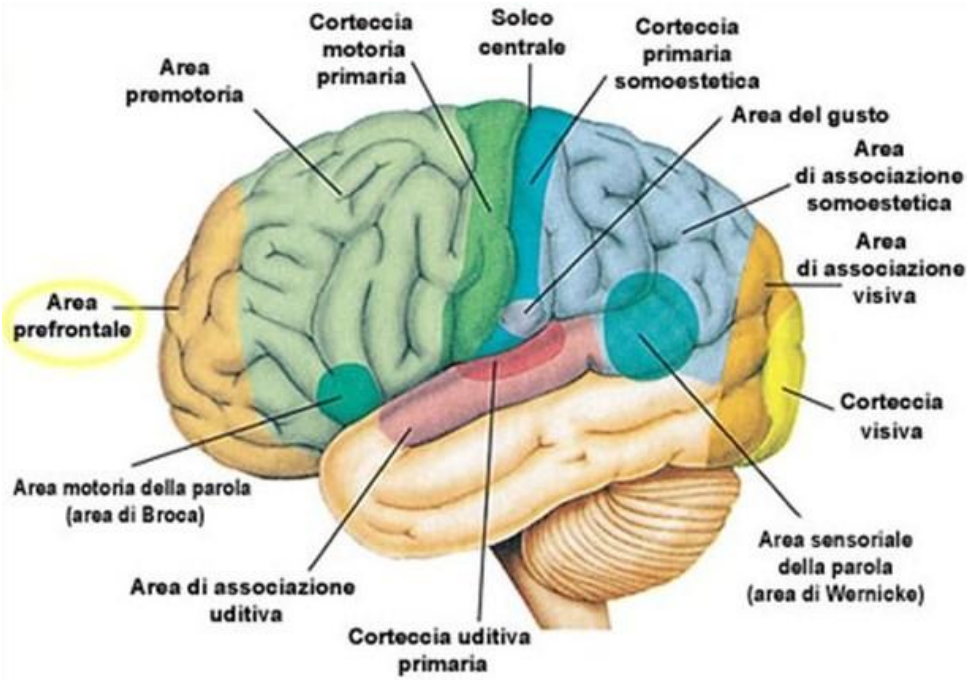
primo neurone
cellule piramidali della corteccia motoria

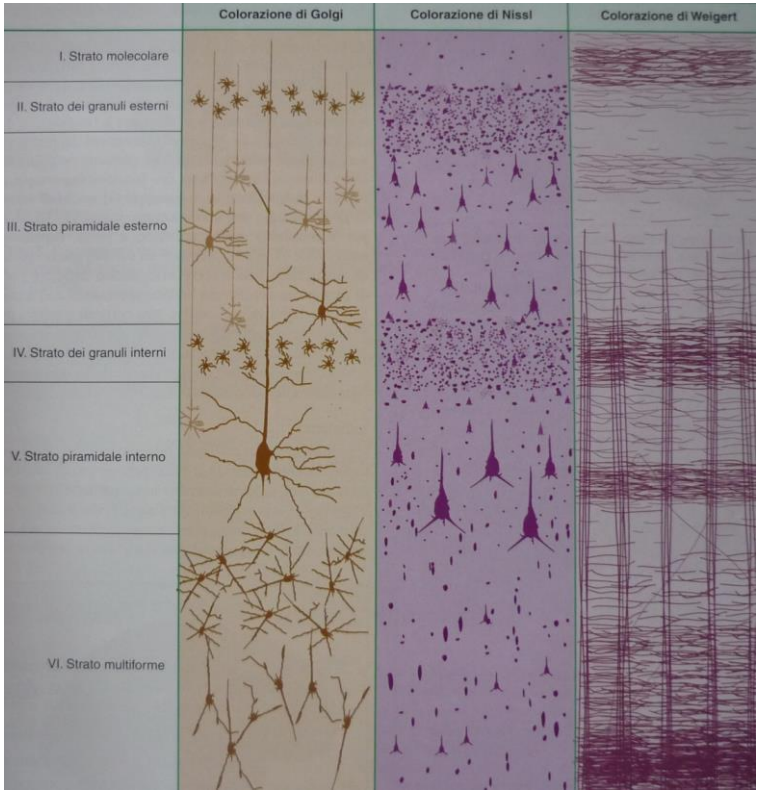
vie discendenti
fascio piramidale diretto e crociato

secondo neurone
motoneurone alfa del midollo spinale

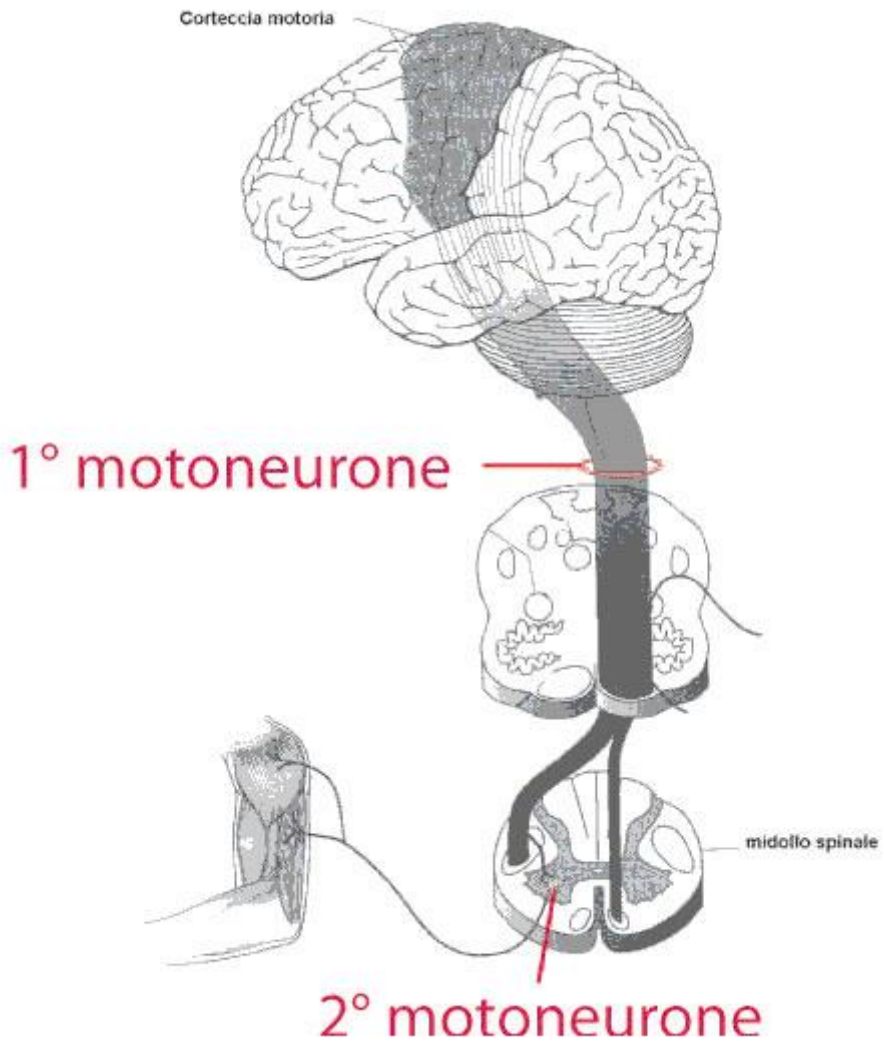
organo effettore
muscolatura scheletrica (fibre bianche)

azione
esecuzione movimenti volontari



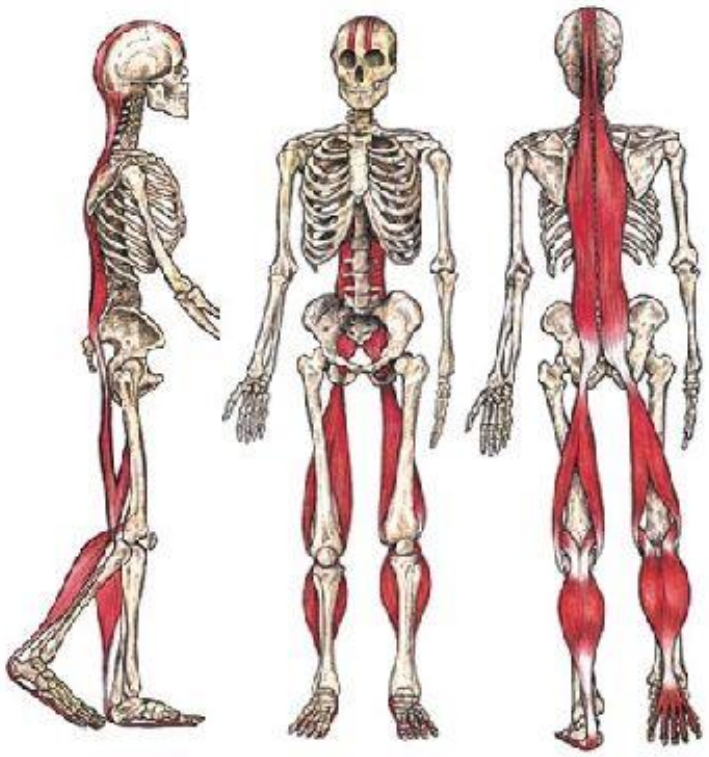


I sei strati della NEOCORTECCIA evidenziati con tre diverse colorazioni


Corteccia motoria
1° motoneurone
midollo spinale
2° motoneurone

La POSTURA è la posizione assunta dal corpo nello spazio e la relazione spaziale tra i segmenti scheletrici, al fine di mantenere l'equilibrio (funzione antigravitaria) in condizioni sia statiche che dinamiche

CATENA MUSCOLARE ESTENSORIA (ANTIGRAVITAZIONALE)



Le differenti catene dell'uomo in piedi

Le tre catene antero-posteriori

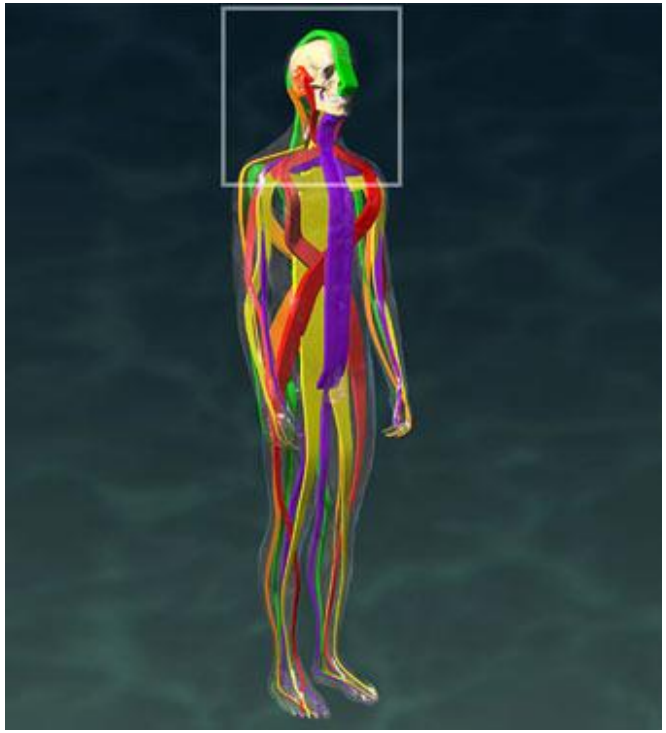


Catena linguale | Catena centrale | Catena faciale

Le due catene latero-masticatorie



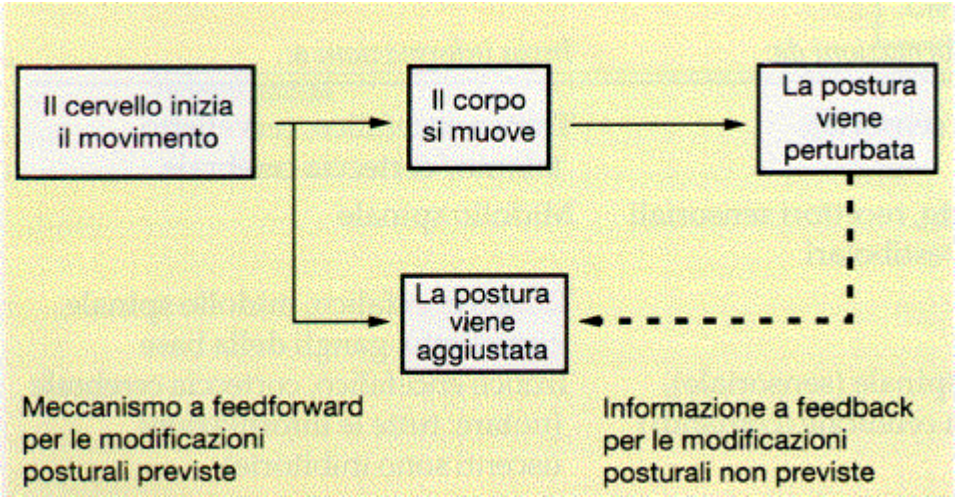
Catena antero-laterale | Catena postero-laterale | Le 2 catene insieme

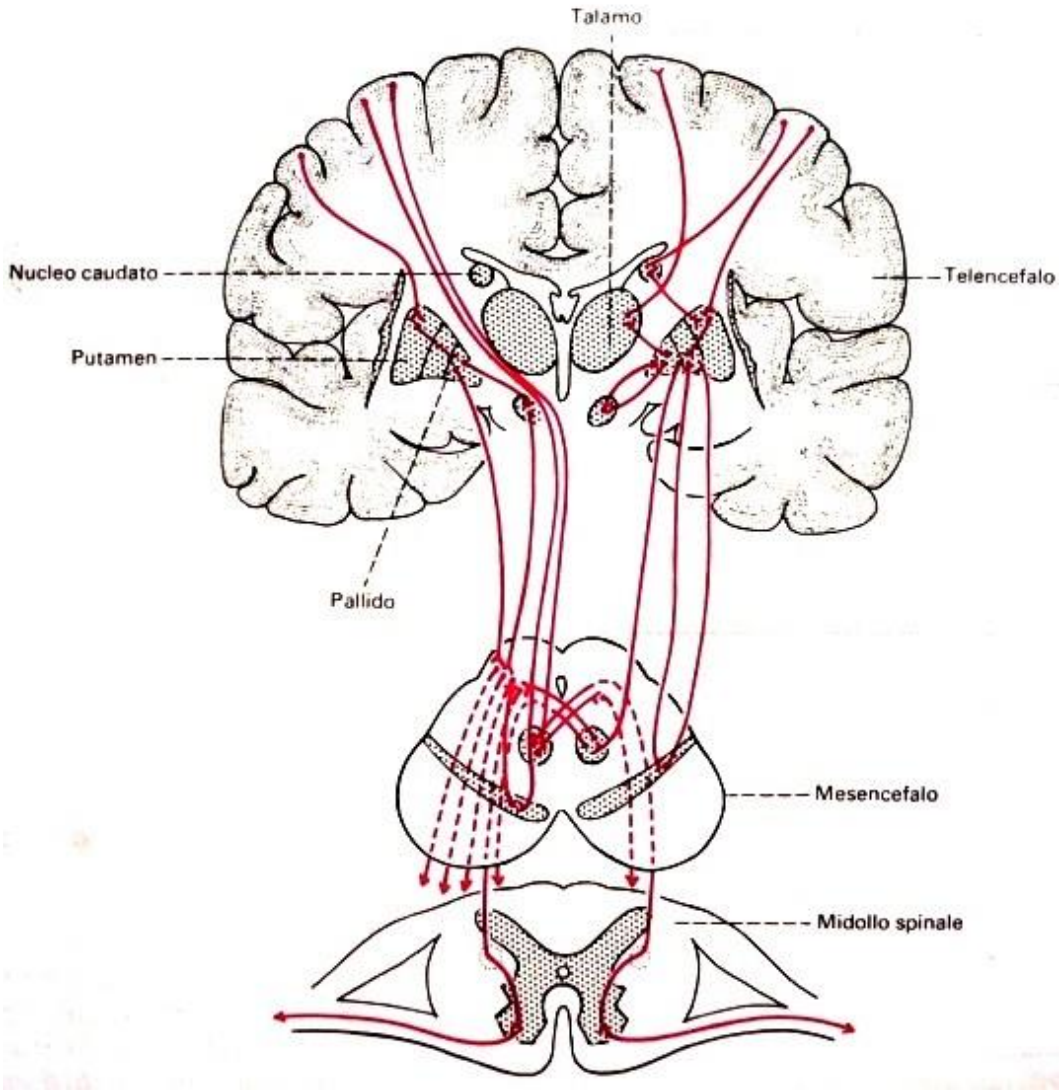


“La postura accompagna il movimento come un’ombra”

sherrington

L’esecuzione di qualsiasi movimento è preceduto da tipici aggiustamenti posturali delle altre parti dell’organismo.
Nell’esecuzione di un certo atto motorio si ha una nuova distribuzione del tono muscolare, specie nei quadrupedi e nel bipede:questo nuovo assestamento posturale consente lo spostamento di un arto che precedentemente sosteneva una parte del peso corporeo e serve a mantenere il centro di gravità del corpo stesso entro certi limiti compatibili con la conservazione dell’equilibrio, nel corso della attività motoria.





CONTROLLO DELLA POSTURA
SISTEMA EXTRA PIRAMIDALE

afferenze
dai recettori (eso-endocettori)
dalla corteccia prefrontale

primo neurone
in vari nuclei cellulari dell'encefalo

vie discendenti
vari fasci (rubro-spinale,tetto spinale,
olivo-spinale,vestibolo-spinale ecc.)

secondo neurone
motoneurone alfa del midollo spinale

organo effettore
muscolatura scheletrica (fibre rosse)

azione
controllo antigravitario in statica e dinamica
contollo movimenti automatici

MOVIMENTO VOLONTARIO

- Sono attivate le fibre muscolari scheletriche bianche:
  Idrolizzano rapidamente l'ATP quindi sono fibre a contrazione rapida.
  Hanno una quantità relativamente piccola di emoglobina e mitocondri quindi si affaticano rapidamente.
  Sono adatte per brevi scatti di attività

- È controllato a livello nervoso dal sistema piramidale che è un sistema volontario i cui centri superiori si trovano nell'encefalo (corteccia cerebrale)

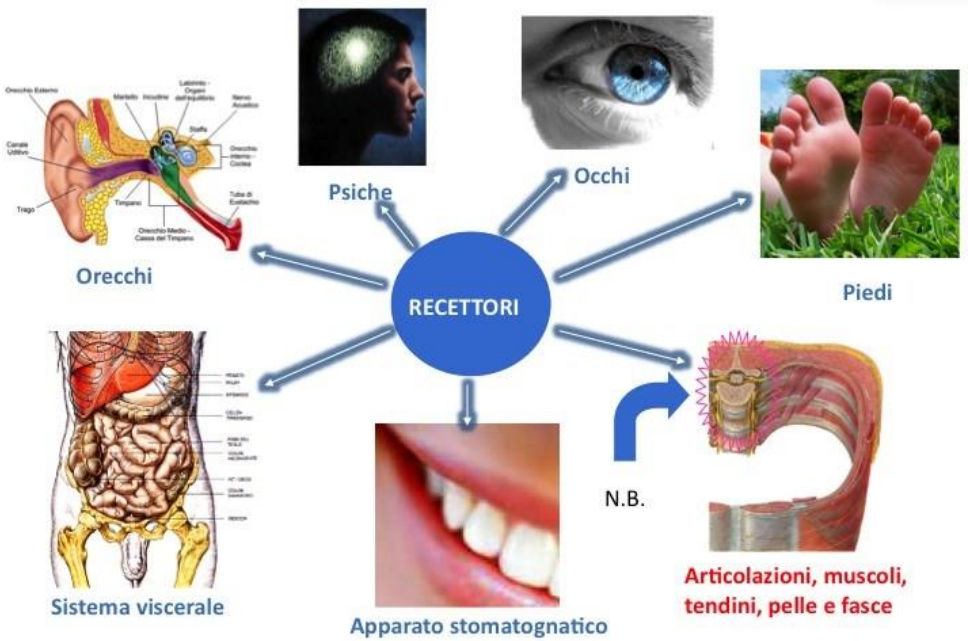
POSTURA

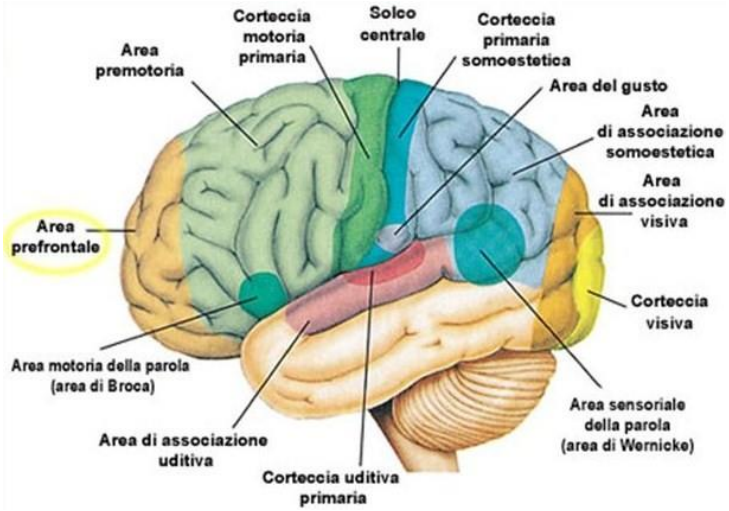
- Sono attivate le fibre muscolari scheletriche rosse:
  idrolizzano l'ATP più lentamente quindi sono fibre a contrazione lenta.
  Sono ricche di emoglobina (perciò rosse) e di mitocondri e questo le rende molto resistenti alla fatica
  Sono adatte a svolgere attività prolungate (es.stazione eretta protratta)

- È controllata a livello nervoso dal sistema extra-piramidale che è un sistema involontario i cui centri superiori si trovano in varie aree (nuclei vestibolari, nuclei grigi centrali, striatum,cervelletto,nuclei rossi,oliva bulbare,collicolo)

le AFFERENZE al sistema extra-piramidale provengono da

RECETTORI
recepiscono informazioni provenienti dall'ambiente interno ed esterno .



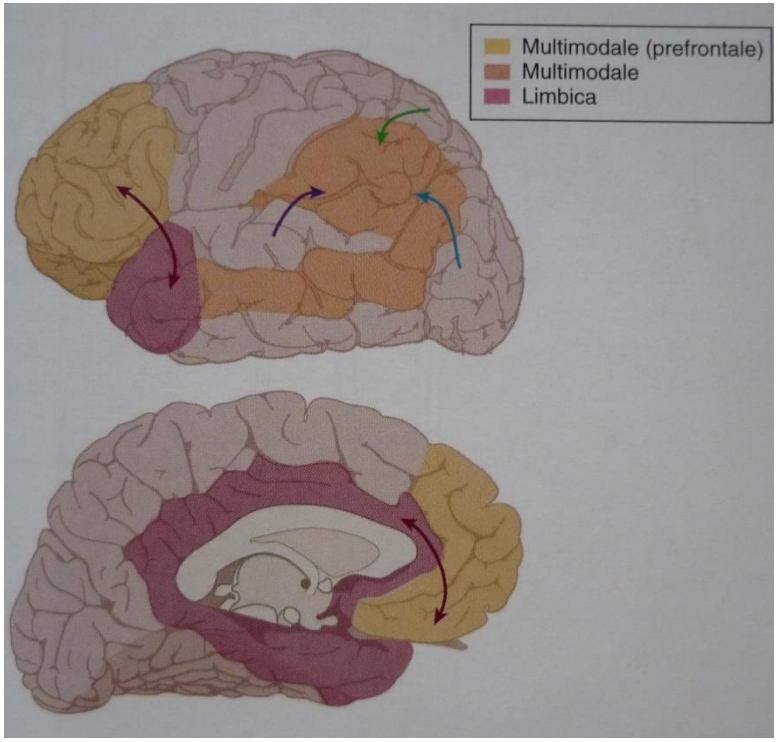


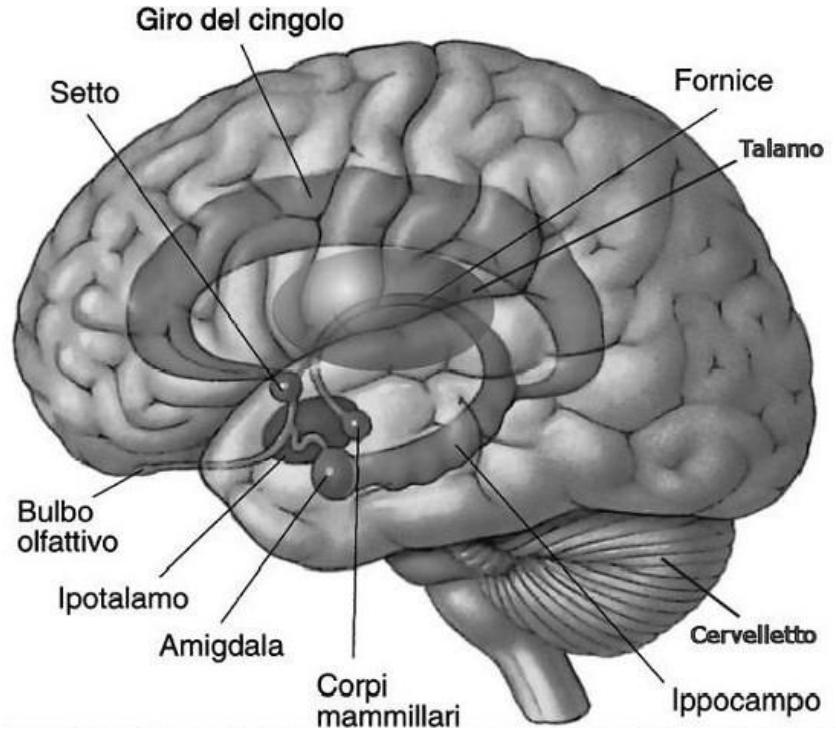
Dai CENTRI NERVOSI SUPERIORI

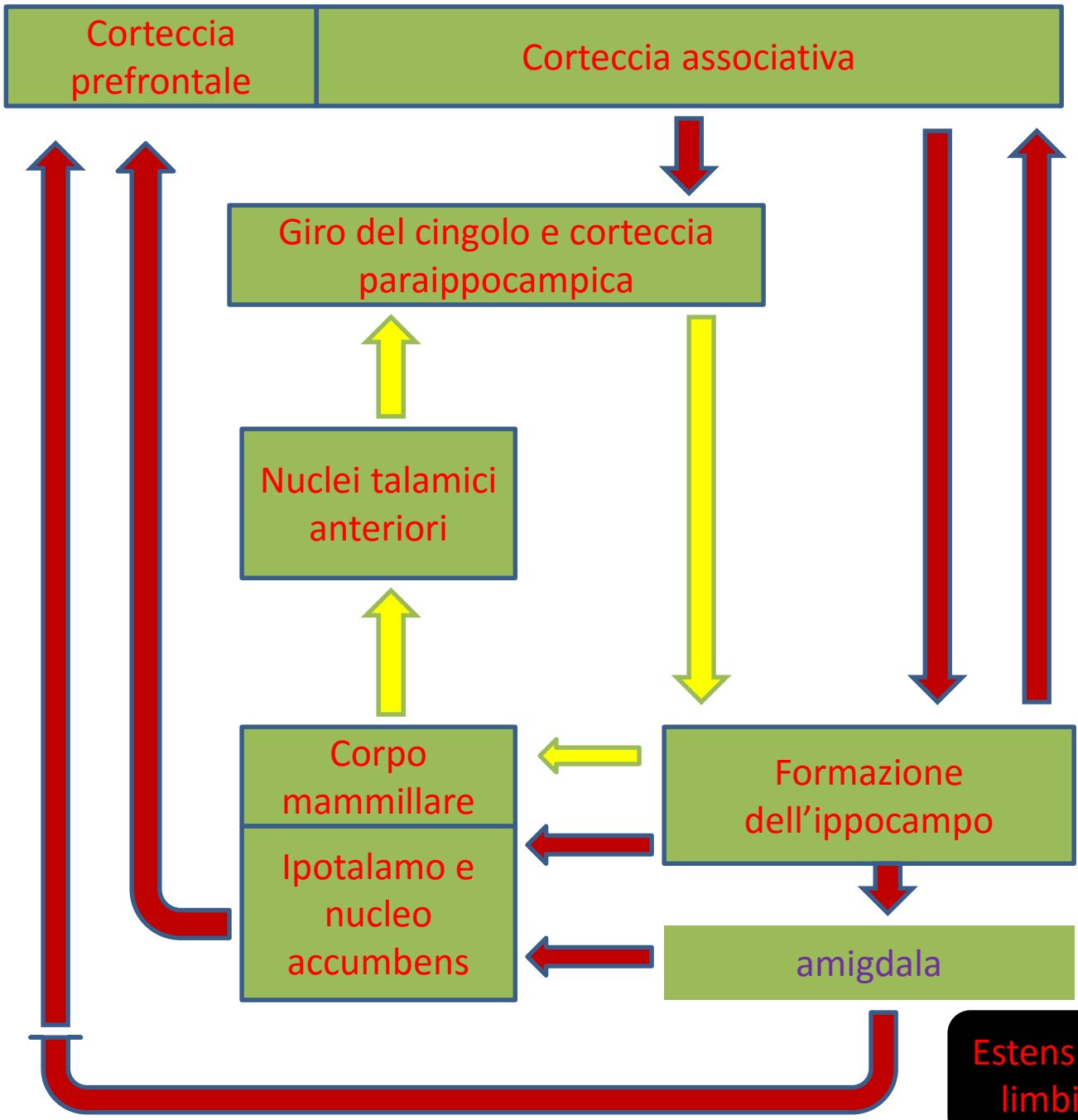
Dalla corteccia prefrontale, implicata nella pianificazione del movimento ma anche nella elaborazione del contenuto emozionale degli stimoli

AREE LIMBICHE

Sono coinvolte nell'elaborazione degli stati EMOZIONALI e MOTIVAZIONALI e quindi contribuiscono determinare il COMPORTAMENTO.







Estensione del sistema limbico. P.MacLean

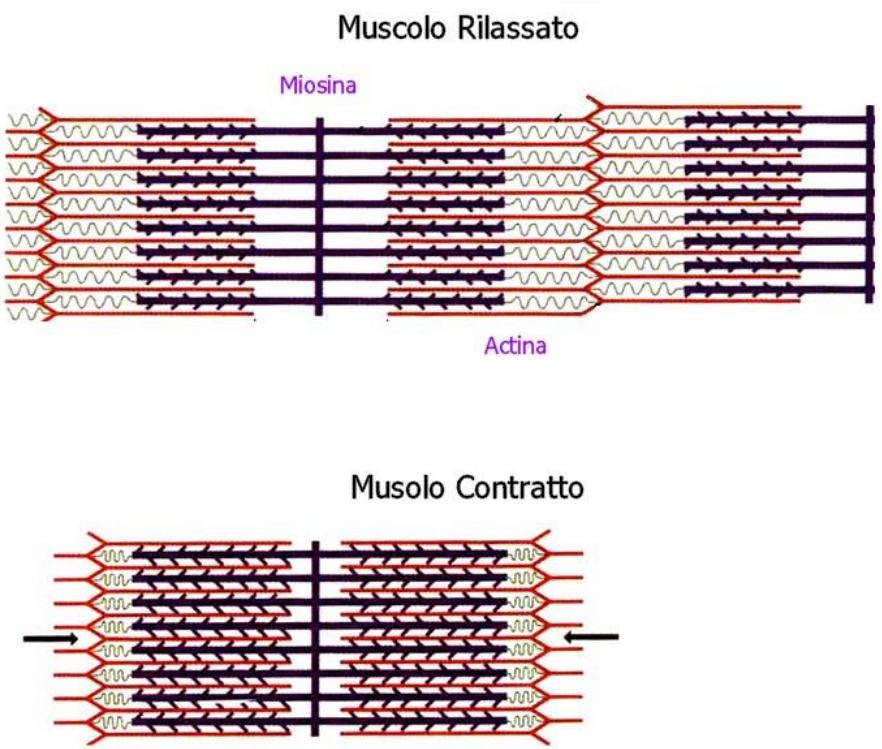
STATO EMOZIONALE

-SENSAZIONE FISICA : risposte periferiche viscerali, endocrine e scheletromotorie mediate da strutture COTTOCORTICALI.

-SENTIMENTO COSCIENTE: mediato dalla CORTECCIA (cingolo, area paraippocampica, lobi frontali) .

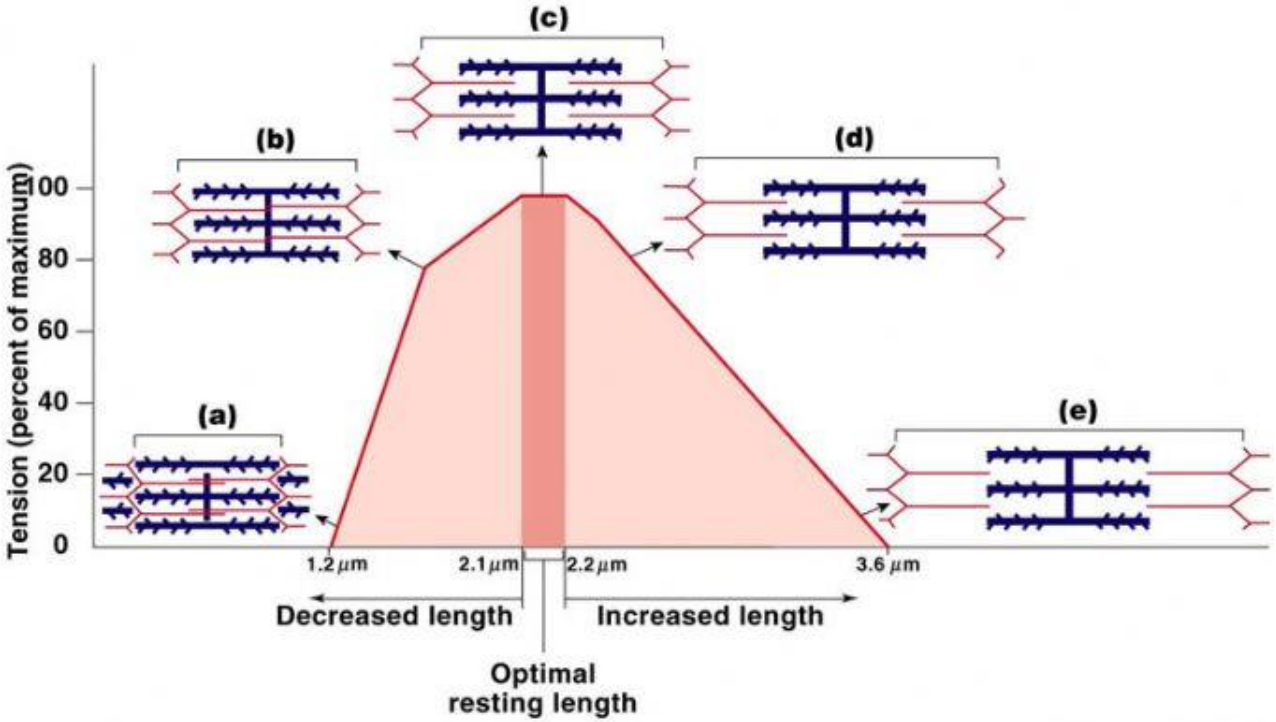
Al pari di altri fattori, le EMOZIONI modulano il tono muscolare

TONO MUSCOLARE: stato di contrazione che i muscoli hanno anche a riposo



Le fibre muscolari scheletriche sono costituite da miofilamenti (actina e miosina) sovrapposti parzialmente (muscolo rilasciato) o totalmente (muscolo contratto).

L'unità contrattile del muscolo scheletrico è il SARCOMERO



Copyright © 2007 Pearson Education, Inc., publishing as Benjamin Cummings.

Figure 12-16

A riposo esiste una lunghezza ottimale del sarcomeri.

Stress cronici modificano lo stato di contrazione basale del muscolo (sarcomeri accorciati, muscoli tesi, duri, affaticabili).

Per quanto riguarda le funzioni motorie e posturali, è stato dimostrato che tra i sei e i dodici mesi di vita , periodo in cui la plasticità neuronale ha il massimo sviluppo, la corteccia prefrontale, coinvolta come si è detto nell'elaborazione degli STIMOLI EMOZIONALI ma anche nella definizione delle STATEGIE MOTORIE che caratterizzano l'attività relazionale del bambino, subisce una intensificazione della sua attività metabolica.

Inoltre l'attività dei neuroni della corteccia somato-sensitiva secondaria, che riceve informazioni inerenti gli stimoli tattili e propriocettivi, (cioè relativi alla posizione del nostro corpo nello spazio) è proporzionale alla intensità della valenza emozionale

Sviluppo motorio, cognitivo ed emotivo non possono esser considerati processi separati tra loro. Le stimolazioni provenienti dall'ambiente (tattili, visive, labirintiche, propriocettive…) sono sempre foriere di connotati a valenza emozionale (in quanto giungono congiuntamente al clima affettivo dell'ambiente) e motivazionale (appetitività di uno stimolo). Perciò risulta necessario parlare di uno:

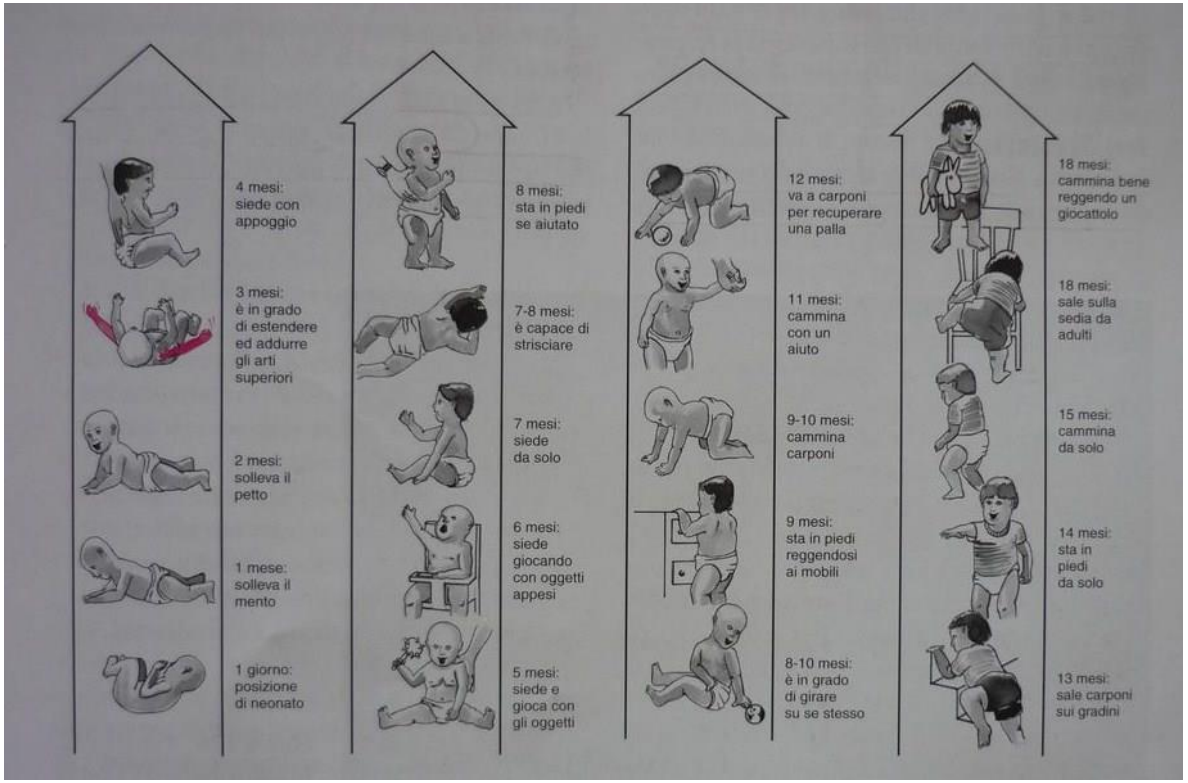
SVILUPPO MOTORIO-AFFETTIVO-COGNITIVO INTEGRATO





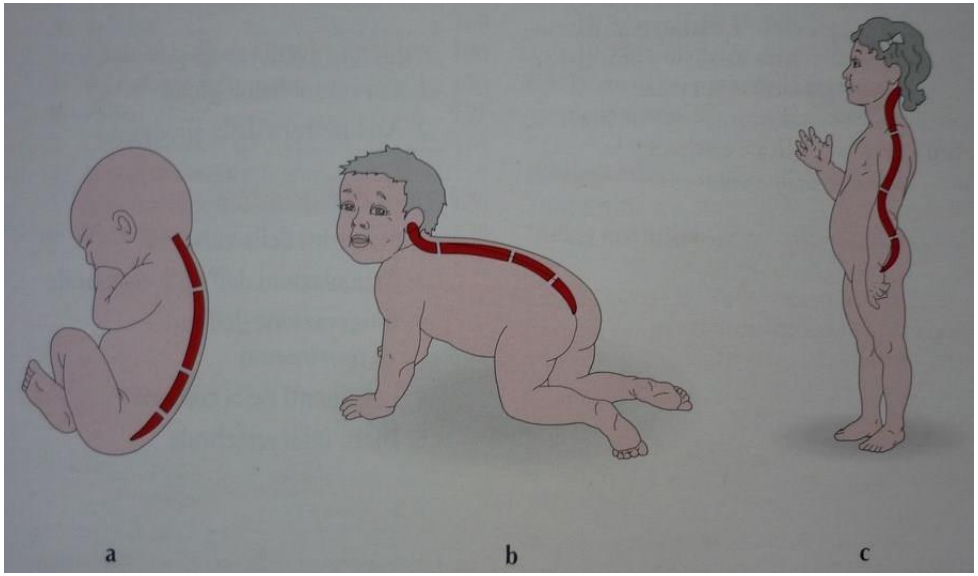
CERVELLO MENTE SENSAZIONI MUSCOLI POSTURA
RICORDI ESPERIENZE EMOZIONI FISICITA'
sono in
FUNZIONE SINCRONICA!

Sviluppo dei movimenti nel bambino dalla nascita a 18 mesi



L'acquisizione degli schemi motori è stretta mente legata all'esplorazione dell'ambiente ma questo questo tipo di esperienza ha anche delle connotazioni psico-emozionali e cognitive.

Sviluppo delle curvature della colonna vertebrale
l'ontogenesi richiama la filogenesi



a. Periodo embrionale
b. lattante
c. Bambino in età scolare

Ecco allora che sarebbe riduttivo considerare la postura eretta come il mero assemblaggio di informazioni provenienti dai recettori ed integrate per produrre le reazioni necessarie ad un equilibrio stabile nell'ambiente.

La postura ortostatica è il risultato della filogenesi e dell'evoluzione della specie umane, che ha consentito la libertà degli arti superiori per le attività manipolative e di controllo dell'ambiente.

Ma è anche il frutto di aspetti ontogenetici, in cui il soggetto, a cominciare dalla vita intrauterina e per tutta la vita evolutiva, costruisce il proprio io attraverso la propria struttura caratteriale e corporea.


gettyimages

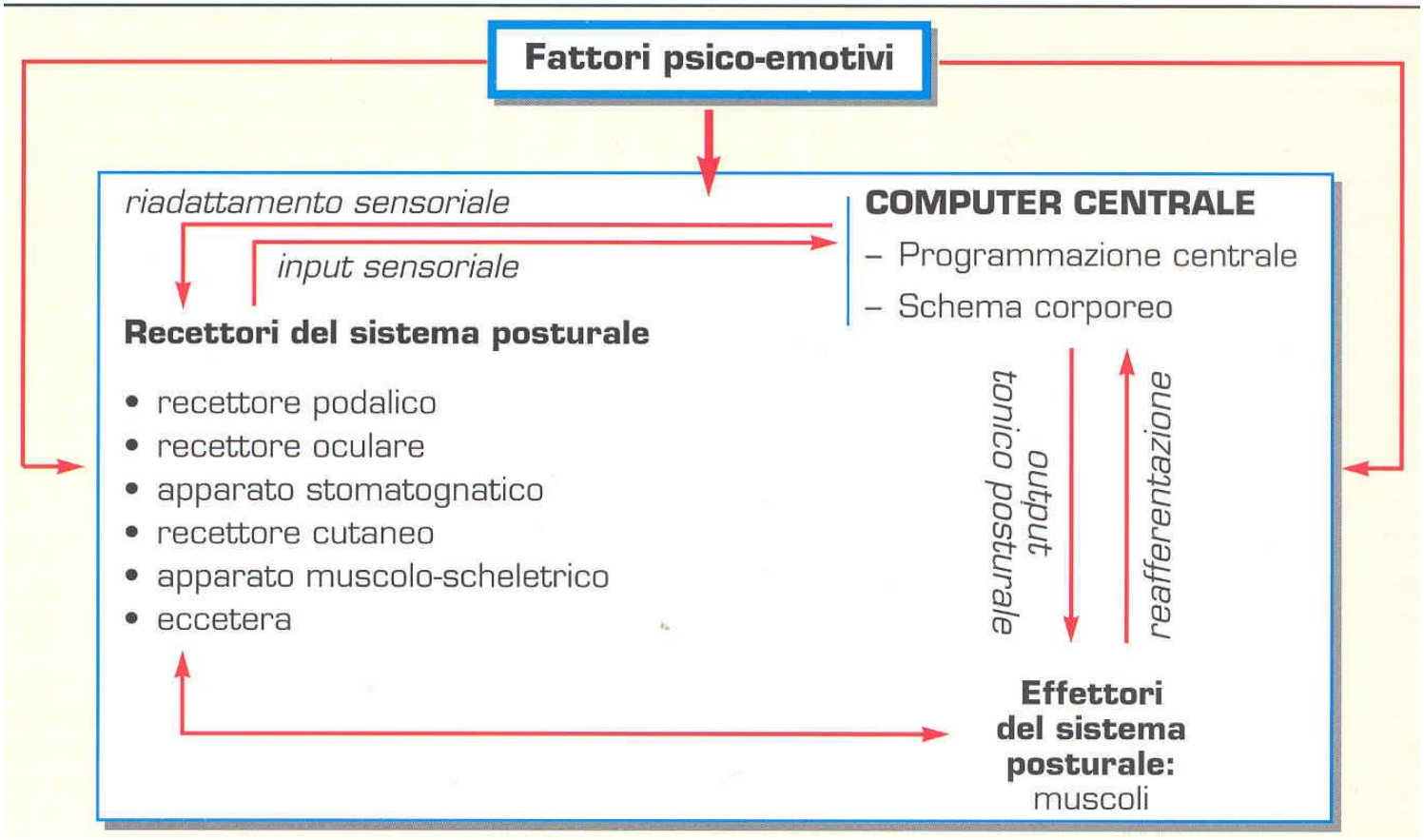

gettyimages


gettyimages

Lo sviluppo della personalità procede di pari passo con lo sviluppo della struttura corporea, cosicchè la postura abitualmente assunta rispecchia i tratti caratteriali della persona.

L' atteggiamento posturale si delinea durante i primi anni di sviluppo psico-motorio ed è suscettibile a modificazioni durante il corso della vita.

La postura è l' espressione di un processo di crescita dell'Io caratterizzato da aspetti psico-emotivo-comportamentali e corporei tutti nell'unità di tempo.



I fattori psico-emotivi sono il comune denominatore che sottende l' atteggiamento posturale del soggetto nel suo insieme.

Scoppa 2002

Fu REICH , medico psicanalista allievo di Freud, a postulare e verificare, a partire dagli anni ‘20, la correlazione tra processi psichici e somatici, mettendo in relazione la struttura corporea con la struttura caratteriale della persona .

Oggi numerose ricerche scientifiche supportano la correlazione tra postura e personalità.

Con il filone post-reichiano ed in particolare con l’ ANALISI BIOENERGETICA di Lowen è stato possibile definire una serie di atteggiamenti posturali legati a determinati tratti caratteriali ed emotivi del soggetto e definire vari profili.

Ognuno di questi profili si associa ad una struttura caratteriale, corporea e muscolare, una serie di vissuti emotivi preminenti e atteggiamenti relazionali caratteristici.

Per cercare di capire questa complessità giova tenere a mente il ruolo delle tensioni muscolari che, a livello psico fisiologico sono il principale strumento difensivo dell'io, espresso a livello corporeo.

In virtù di questo complesso gioco di tensioni muscolari croniche e di modificazioni psico-neuro-endocrine , gli aspetti psico-emotivi si esprimono nella postura del soggetto condizionando nel suo insieme il sistema posturale.

È ciò che Reich chiamò “**armatura muscolare**” intesa come l’equivalente somatico dell’ “**armatura caratteriale**” ovvero di quell’insieme di atteggiamenti psichico-comportamentali caratteristici dell’individuo.

È però necessario tenere a mente l’UNICITA’ e la COMPLESSITA’ del singolo individuo, in cui possono coesistere e combinarsi tra loro più tratti caratteriali.

Per primo in Italia Traetta ha colto la fondamentale relazione fra elaborati emozionali, vissuti sentimentali e postura.

“La postura rappresenta un modo di stare nel mondo, di affrontare la realtà, ovverosia è la conclusione visibile dei processi che ci hanno consentito di sopravvivere“

Traetta 1979

CARATTERE SCHIZO-ORALE



"Ho bisogno di te,
ho fame "



"Sono solo non c'é nessuno per me,
ho paura"

PERSONALITA' SCHIZO-ORALE : età di sviluppo tra 0 e 1,5 anni

In questa fase il bisogno primario del bambino è quello di essere protetto, nutrito ed accolto.
Il contatto è fondamentale : attraverso la cute (organo di senso che ha la stessa derivazione embriologica del tessuto nervoso) vengono veicolate informazioni profondamente importanti per il successivo sviluppo del bambino.

Può accadere in questa fase che il contatto genitoriale (materno) sia carente o del tutto assente.
Il bambino sarà portato a cercare costantemente questo contatto (iperattività) ma, non trovandolo, tenderà a cedere, a collassare.

Somaticamente il comportamento di ricerca e del "tendere verso"si potrà manifestare in atteggiamenti di torsione (scoliosi), crescita esile e longilinea, cavismo dei piedi (manca l'appoggio nella parte centrale).
La tendenza al collasso si potrà esprimere in debolezza muscolare, scarsa energia, mani e piedi freddi , legamenti lassi, spalle testa cadenti, atonia del bacino.

Per "strategia di sopravvivenza" questi individui potranno manifestare uno sviluppo intellettivo molto acuto.

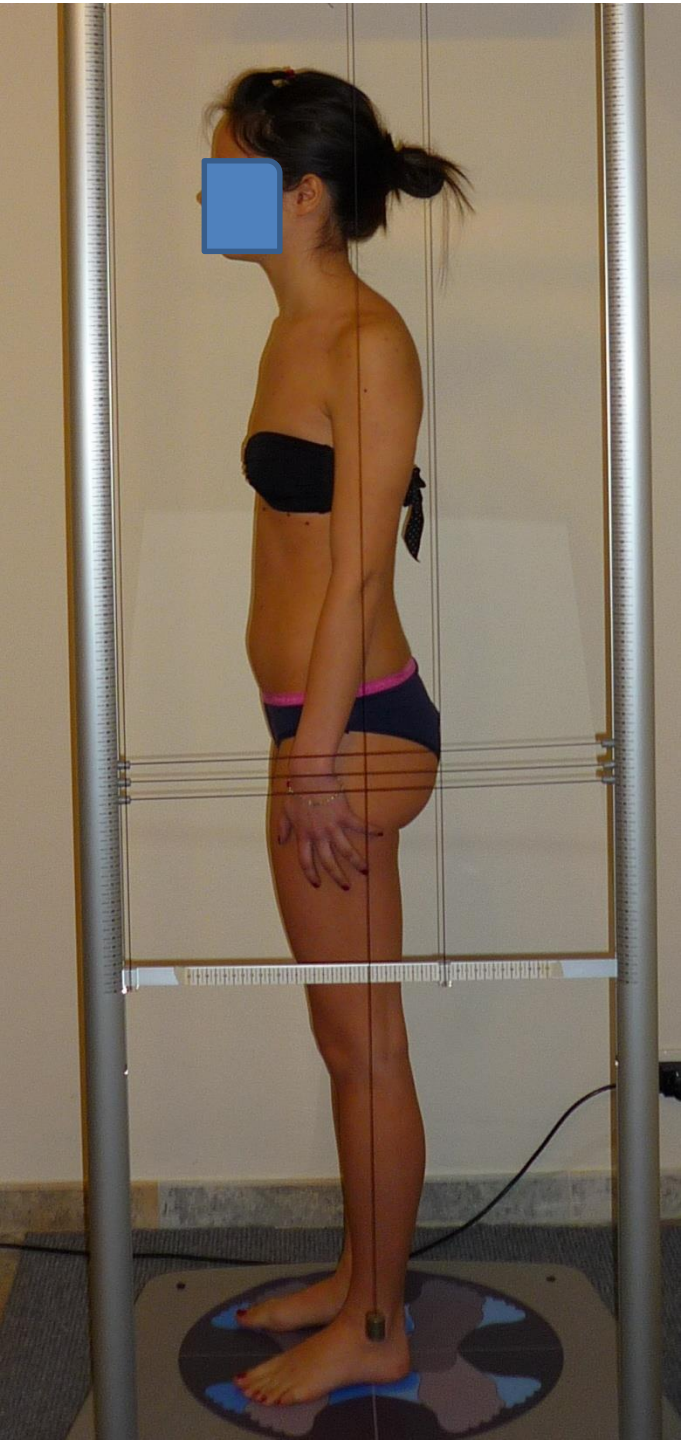
TIPOLOGIA CARATTERIALE : schIzo-orale

FASE ONTOGENETICA : dalla fase intrauterina a circa 1 anno e mezzo di vita

DIRITTO NEGATO : di esistere,di essere accolto e nutrito, di avere contatto

ILLUSIONE DELL'INDIPENDENZA DAL BISOGNO:io esisto grazie alla mia mente, Non ho bisogno dite,tu hai bisogno di me

IDEALE DELL'IO : io sono speciale,sono uno che ama e viene amato



MUSCOLATURA NELLO SCHIZO-ORALE

- Tensione della muscolatura oculomotoria,facciale, della deglutizione e masticazione
- Collo e spalle spinti in avanti o collassati
- Muscoli degli arti superiori collassati e privi di energia o contratti in tensione permanente
- Rigidità e ridotta mobilità della muscolatura toracica e del dorso
- Addome e pelvi ipotonici,sede di scarsa energia, anche sessuale
- Arti inferiori lunghi e inconsistenti
- Lassità legamentosa
- Piedi piatti o cavi



CARATTERE PSICO-MASO





"Ho paura ma
non te lo faccio vedere"

"Non c'é niente da fare
sei più forte di me "

PERSONALITA’ PSICO-MASO: età di sviluppo tra 1,5-3 anni

Durante questo periodo di sviluppo il bambino comincia a muoversi ed esplorare l’ambiente e ad esprimersi verbalmente manifestando ciò che vuole/non vuole.
Il rapporto relazionale col genitore è , in questa fase , caratterizzato dal confronto , anche dialettico.
Può accadere che lo scambio dialettico sia di tipo “manipolativo”: il bambino dice *“io voglio”,* il genitore risponde “*io ti do quello che io so che tu vuoi*” oppure “*ti do se tu mi*….”in sostanza si dà al bambino l’ illusione di rispondere alle sue esigenze ma di fatto poi si realizza ciò che il genitore decide facendo credere al bambino che quello sia il suo volere o ciò che il genitore *“sa”* essere meglio per lui.
Per il bambino il genitore è fonte di vita e verità e si fida di lui malgrado il proprio sentire.
Tutto questo genera una forte confusione riguardo i propri stessi gusti e desideri.
Non saper distinguere ciò che si vuole rende insicuri e timorosi di sbagliare

In un primo momento (prima immagine) il bambino può reagire ostentando sicurezza malgrado il sentire confuso.
Fisicamente gonfia il petto,tende ad aprire ed irrigidire le spalle mostrando una falsa disinvoltura (di fatto arrossiscono facilmente).

In un secondo momento (seconda immagine) il bambino , che nell'ambito di un rapporto di tipo manipolativo teme di perdere l'amore del genitore, cede al volere del genitore stesso, accondiscende a ciò che egli sceglie e decide per lui , negandosi la libertà di esprimersi ed affermarsi . Il bambino sarà pieno di sensi di colpa tutte le volte che cercherà di seguire i suoi impulsi quando questi saranno contrari al condizionamento del genitore ("se tu sei buono, non puoi farlo" , "se mi vuoi bene devi fare questo" "se tu sei bravo…" e così via).

Dal punto di vista psicodinamico si instaura una difficoltà a manifestare sentimenti ed emozioni ritenuti negativi come la ribellione, il rifiuto, la rabbia, l'aggressività.

Dal punto di vista somatico il cedimento al genitore si manifesta con un cedimento in avanti e in basso del capo.
Il corpo manifesterà l'allenamento alla sopportazione, sarà rigido e compresso con spalle e collo tesi, gambe forti ma sotto carico con possibili cedimenti verso l'interno (piede valgo/ piatto).
Si tratta di individui dotati di una grande carica energetica compressa.

TIPOLOGIA CARATTERIALE: psico-maso

FASE ONTOGENETICA: circa dal secondo al terzo anno di vita

DIRITTO NEGATO : all'indipendenza, di essere sostenuto, di non essere confuso, ricattato, manipolato

ILLUSIONE DELL'INDIPENDENZA DAL BISOGNO:sarò amato se sarò bravo, Se dimostrerò di essere forte , coraggioso, indipendente.

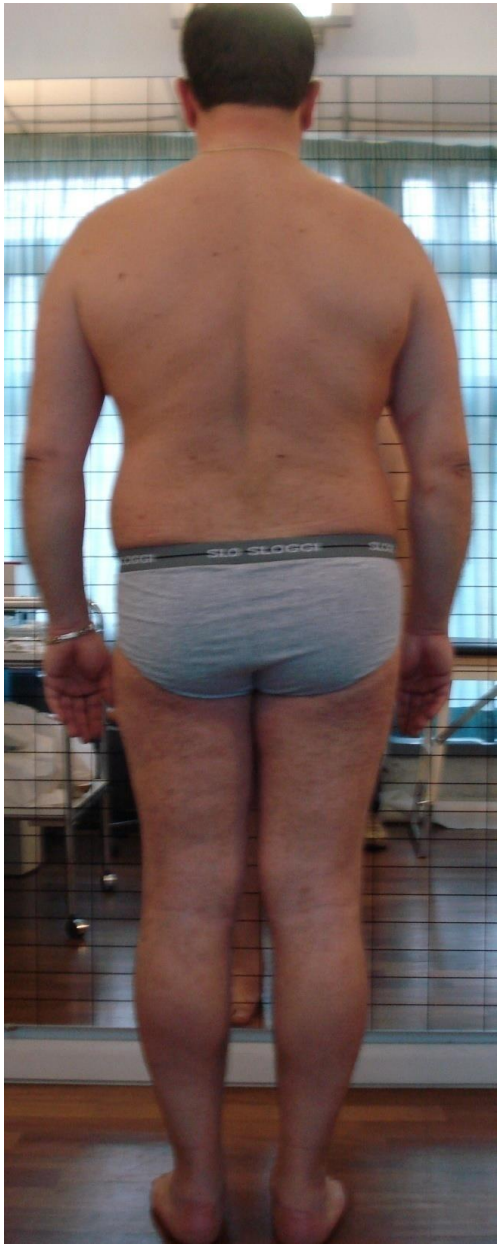
IDEALE DELL'IO: io sono bravo,forte ,coraggioso,non ho paura,non sono manipolabile

MUSCOLATURA NELLO PSICO-MASO

- In una prima fase c'è un irrigidimento di spalle,torace,braccia e dei muscoli pelvici a simulare una falsa e non sentita aggressività
- Successivamente c'è un cedimento del capo e un collasso della muscolatura pelvica
- Masseteri ipertonici denunziano tenacia ed ostinazione
- Le masse muscolari rappresentano una potenza inesistente nella realtà
- Curva lombare appiattita
- Gambe che sostengono il peso e la rigidità del corpo
- Piedi valghi (cedimento all'interno)







“Armatura” in generale rigida e compressa: esprime allenamento alla sopportazione.

Masseteri ipertonici denunciano tenacia ed ostinazione.

Masse muscolari di collo, petto e schiena tese.

Curva lombare piatta
Pelvi rigida (energia trattenuta).

Gambe che sostengono il peso e la rigidità del corpo quindi forti ma sotto carico : cedono all’interno (piede piatto o valgo)

CARATTERE RIGIDO-NARCISISTA



"Ti desidero - Ti amo
ma non te lo
faccio vedere"

PERSONALITA' RIGIDO-NARCISISTA : età di sviluppo dai 3 ai 6 anni circa

In seguito alla produzione di ormoni e alla stimolazione della sessualità il bambino diventa consapevole del piacere erogeno della zona dei genitali. Vuole esplorare, vedere come è fatto e come sono fatti gli altri. Si muoverà verso il genitore del sesso opposto. La risposta di quest'ultimo è importante.

Se il genitore non è sessuofobico e lo accoglie, il bambino può esplorare il corpo del primo oggetto d'amore. Egli percepisce, verso il genitore, l'apertura nel vivere sia i sentimenti sia il piacere fisico. Il messaggio che recepisce è : "io posso amare, io posso desiderare". Tutto ciò avrà un certo impatto sulla vita futura.

Diversamente, se il genitore è sessuofobico (magari per un'educazione castrante o per dei suoi blocchi) potrà avere nei confronti del bambino una brusca reazione di chiusura. Il bambino, non capendo quello che succede e perché succede, si sente rifiutato da parte della madre (padre). Il messaggio che recepisce è : "queste emozioni e queste sensazioni fisiche sono proibite".

In conseguenza al sentirsi rifiutato si instaura un blocco che consiste nella:

Paura di ricevere un rifiuto nella ricerca del piacere fisico

Paura di ricevere un rifiuto di amore e sentimenti

In sostanza al bambino mancherà l'esperienza del vivere,in maniera congiunta,

il desiderio e il piacere fisico con il sentimento d'amore.

Fisicamente si osserva irrigidimento del bacino e della schiena

Da adulto potranno manifestarsi difficoltà relazionali con l'altro sesso.

La difficoltà a vivere unificati piacere e sentimenti potrà renderli sbilanciati in un senso o nell'altro:

in un caso, l'inibizione a vivere e ricercare il proprio piacere li renderà molto idealisti e platonici

nel caso opposto, la paura del rifiuto nei sentimenti li porterà a "tenere indietro il cuore" e a vivere le relazioni come prestazione, performance e questo non solo nella sessualità ma anche in altri aspetti della vita: si tratta di persone molto competitive, seduttive, anche manipolatrici, i cui sentimenti sono fortemente controllati dalla razionalità. Hanno difficoltà a lasciarsi andare, anche ai sentimenti teneri e all' "io ti amo" e, in tutto ciò, vivono anche un grande senso di solitudine interiore.

Fisicamente la grande carica energetica che hanno si manifesta in spalle aperte e gambe forti, ma hanno rigidità di pelvi e schiena oltre che un torace bloccato in atteggiamento inspiratorio (espirare significa lascar andare…)

TIPOLOGIA CARATTERIALE : rigido-narcisista

FASE ONTOGENETICA : circa dal terzo al sesto anno di vita

DIRITTO NEGATO : di amare sentimentalmente e sessualmente

ILLUSIONE DELL'INDIPENDENZA DAL BISOGNO: sarò amato se sarò il numero uno, posso fare tutto

IDEALE DELL'IO: io sono il numero uno,sono amato e so amare

MUSCOLATURA NEL RIGIDO-NARCISISTA

- muscoli oculomotori,collo,schiena,spalle e torace rigidi,
- Petto in fuori,spalle indietro a mostrare sicurezza e spavalderia
- Rigidità inspiratoria
- Pelvi spinta in avanti (provocazione) o indietro ma comunque rigida, coerente con una esibizione di forza ,libido anche se profondamente non vissuta
- arti inferiori coerenti con la competizione e la potenza muscolare







• muscoli oculomotori, collo, schiena ,spalle e torace rigidi

• petto in fuori , spalle indietro a mostrare sicurezza e spavalderia

• rigidità inspiratoria (torace in ispirazione)

• pelvi spinta in avanti (provocazione) o indietro ma comunque rigida, coerente con una esibizione di forza e libido profondamente controllata

•arti inferiori coerenti con la competizione e la potenza muscolare


35
30
25
20
35
30
25
20