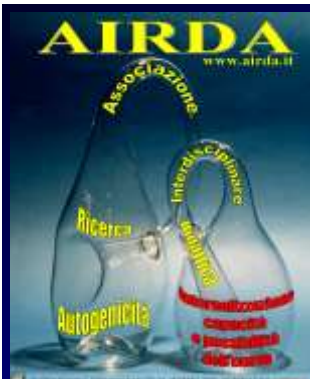


XVI WORLD CONGRESS OF
PSYCHIATRY
«FOCUSSING ON ACCESS, QUALITY
AND UMANE CARE»

WS 672 Autogenic Psychotherapy

MADRID

Mercoledì 16 settembre 2014



Studio
Gastaldo - Ottobre



Sede locale di Ponzano Veneto

Giovanni Gastaldo Miranda Ottobre

Iter di Training Autogeno in quattro Stadi
e modello metapsicologico Gastaldo
Ottobre

La costruzione di un iter Autogeno in quattro stadi, e di un modello metapsicologico, è iniziata con la constatazione di una diffusa abitudine dei pazienti a non ascoltare la facciata corporea della propria realtà.

Il non ascolto dipende dal fatto che tale facciata è inconsciamente considerata un robot e come tale trattata.

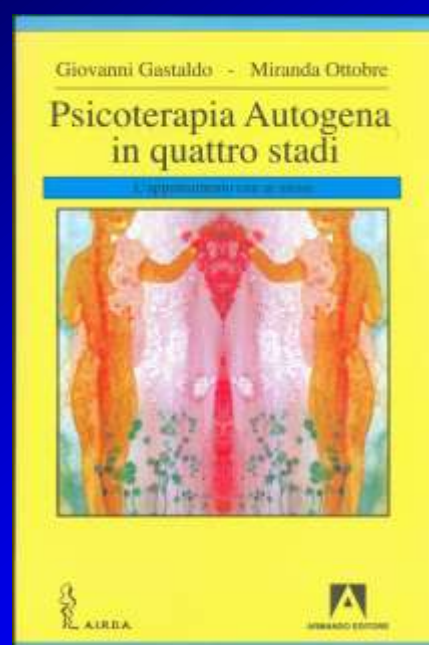
Il corpo robot



•Olimpia Biasi

Per questo, all'usuale insegnamento del Training Autogeno Somatico (T.A.S.), abbiamo premesso **DUE SETTIMANE DI ESERCIZIO ALL'ASCOLTO DELLE SENSAZIONI CORPOREE.**

Preferiamo parlare, come secondo Schultz, di Grundstufe, ovvero di Training Autogeno Basale (T.A.B.), in quanto, questo è la base sulla quale si struttura tutto il resto dell'Iter Autogeno.



•Gastaldo G. Ottobre M. (2008 marzo, 2008 maggio)

Ascolto dell'auto-geno

In queste due settimane, come per tutto il corso di insegnamento, abbiamo aggiunto una precisa analisi degli atteggiamenti, consci ed inconsci, che impediscono:

- l'ascolto,
- il lasciare che accada,
- il cogliere ciò che nasce spontaneamente nel nostro organismo (cioè ciò che si autogenera)

autos geno.



Nel primo esercizio del T.A., che insegniamo solo alla III settimana, ci si ripete mentalmente la frase “braccio pesante ... corpo pesante” e nel secondo esercizio, insegnato alla V, “braccio caldo ... corpo caldo”.

Abbiamo constatato che le sensazioni di “pesantezza” e “calore” compaiono già durante gli esercizi di ascolto delle prime due settimane, nelle quali il soggetto non conosce le frasi sopra riportate.



Ciò significa che le sensazioni compaiono spontaneamente senza che si verifichi l'ideoplasia, secondo la quale l'idea di 'pesante' o 'caldo' plasma il corpo.

Il “lascio che accada”

In tal modo il soggetto impara che le sensazioni ‘Pesantezza’ e ‘Calore’ non sono frutto di un’autosuggestione, ma dell’atteggiamento mentale del “lascio che accada”;

tale atteggiamento frequentemente porta alla prevalenza del sistema nervoso parasimpatico e alla deconnessione neuro muscolare con sensazioni

**interne, globali, piacevoli o neutre.
Sensazioni che connotano lo “stato
autogeno”**

Tali sensazioni possono essere ‘pesantezza’ o ‘calore’, ma anche altre, del tutto corrispondenti alla pesantezza e al calore (Gastaldo G. Ottobre M. 2011)

Questo anche con gli esercizi successivi, quando ci si ripete mentalmente la frase ‘stimolo’:

**“braccio pesante” o
“braccio caldo”, ecc.**

senza esser tesi a far accadere, né ad ottenere il rilassamento o la pesantezza e/o il calore.

E ciò secondo gli insegnamenti di

Iohannes Heinrich Schultz



Disegno di H. Sausgruber

Iohannes Heinrich Schultz dice:

“Principalmente basta distanziare il T.A. da tutti gli sforzi di autopersuasione ... Tutto il volere teso, attivo, ed anche un pensare attivo indirizzato ad uno scopo, sono incompatibili con l’atteggiamento interiore di passività accettante”.

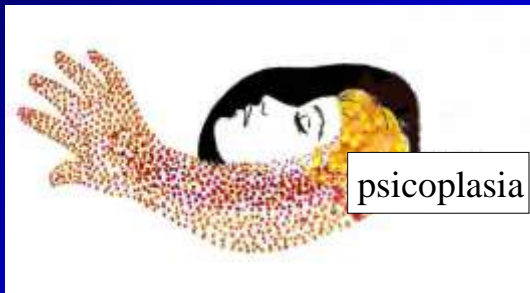
(Schultz I. H. 1991, 2002)



Qualsiasi assetto psichico, in qualsiasi modo si formi in quel momento, in risposta allo stimolo dato “braccio pesante” o “braccio caldo”, **oppure indipendentemente dallo stimolo**, determina sensazioni fisiche specifiche. Abbiamo chiamato questa eventualità:

Psicoplasia o meglio psico-somato-plasia

Nel “lascio che accada” può accadere una **ideo-somato-plasia** e allora ci può essere sensazione di **pesantezza o calore**,



ma anche una qualsiasi altra risposta del nostro organismo totale: allora si possono verificare tante altre sensazioni come ad esempio:

braccio leggero, lievitato, espanso, come se scorresse la vita, pieno di energia, come sospeso, senza peso, pesante, ovattato, piacevole formicolio, senza confini con la poltrona, brividi di freddo, calore, tensione che si scarica, energia che s'irradia all'esterno attraverso le mani, braccia su due piani diversi, corpo ruotato o che ruota ecc.

(Gastaldo G. Ottobre M. 2011)

Abbiamo potuto constatare che questo tipo di conduzione favoriva l'emersione spontanea di un'enorme quantità di vissuti, anche inconsci, in sedute di **Training Autogeno Avanzato**; particolarmente in quelle sedute che abbiamo chiamato:



Olimpia Biasi

Terapia
Immaginativa
Analitica
Atogena.
(T.I.A.A.)

(Ottobre M. 1993.

Gastaldo G. Ottobre M. 1996)

Ciò che emerge spontaneamente, durante lo stato autogeno, a volte in brevi manifestazioni somatiche (scariche autogene), altre volte anche in sequenze di un'ora come fossero dei film, **È MOLTO**

COMPLESSO:



O.Biasi



O. Biasi

sensazioni, immagini, convinzioni, modalità di azione e reazione, emozioni, movimenti, ricordi inconsci reali o simbolizzati, associazioni libere ecc..

Il tutto si compendia in sequenze attraverso le quali il soggetto invia a se stesso uno o più messaggi.

LA RICERCA: Studio Gastaldo/Ottobre, A.I.R.D.A.

Questo materiale (attualmente circa **quindicimila vissuti**, in stato autogeno, registrati e trascritti) ha permesso la costruzione di un “**modello metapsicologico**” che dà una più specifica interpretazione dei vissuti portando **elementi integrativi all'interpretazione di tipo classico.**



Bottiglia
di
F.Klein

Abbiamo raccolto anche dati forniti da una batteria di test per ogni persona, ad ogni tappa dell'iter autogeno in quattro stadi (attualmente sono registrati in modo informatico circa **30.000 test di 5000** persone, **tremila** delle quali hanno effettuato uno o più stadi dell'iter. (Gastaldo G. Ottobre M. & Prior: 1995, 2000, Gastaldo G. Ottobre M.: 1990, 2008, Ottobre M. 1993), Da Ronch C. Gastaldo E. e altri (2010).

Iter di psicoterapia Autogena in 4 stadi

Il nostro iter autogeno in quattro stadi è *uno dei percorsi psicoterapici e psicopromozionali* potenzialmente delineabili con il T. A. Basale e le varie modalità del Training Avanzato, elaborate da Schultz e allievi.

Ogni stadio è completo in se stesso e, nello stesso tempo, è una preparazione per il successivo.

Ogni soggetto si ferma allo stadio in cui ha raggiunto i risultati desiderati. (Gastaldo G. Ottobre M. 2008)



I° STADIO



(Gastaldo G. Ottobre M. 2008 - maggio).

IL T. A. Basale - I° STADIO -

è solitamente insegnato in nove incontri di tre ore ciascuno, ad un gruppo di 8/12 persone.

Come già detto all'insegnamento classico vengono premessi tre incontri, focalizzati all'ascolto delle sensazioni corporee

Nel T.A. così gestito abbiamo constatato l'esistenza di dodici meccanismi di guarigione o meglio di armonizzazione, come preferiamo chiamarli.

(Gastaldo G. Ottobre M. 2008 – marzo).



II° STADIO

Nel Secondo Stadio, Terapia Immaginativa Analitica Autogena - *T.I.A.A.* - (sigla propria dello Studio Gastaldo/Ottobre): i soggetti, in sedute individuali svolte presso lo Studio, durante il T. A. Basale raccontano, registrando in apparecchi elettronici, ciò che accade nel loro immaginario. (Gastaldo G. Ottobre M. 1987)

Le sedute sono atematiche (come quelle di "*Neutralizzazione Autogena*" di Wolfgang Luthe (2001).)



Durante tali sedute, l'apparato psichico segue un iter determinato dal cervello, ovvero **SENZA INTERVENTO DELL'IO COSCIENTE DEL PAZIENTE, NÉ DEL TERAPEUTA.**

Nelle sedute, e nella serie di sedute, avvengono spontaneamente fenomeni di riorganizzazione del proprio archivio interiore **attraverso meccanismi specifici** che descriveremo nel modello metapsicologico. (Gastaldo G. Ottobre M.: 2009)

Diversamente che in W. Luthe il soggetto viene stimolato ad analizzare il contenuto della seduta e riconoscere il messaggio che ha mandato a se stesso.

Il modello metapsicologico si struttura partendo dai simboli presenti nei vissuti raccolti durante le sedute e dai messaggi che essi propongono.

III° STADIO

Il Terzo Stadio si svolge in gruppo e consta, con aggiunta di qualche stimolo, del *Training Autogeno Avanzato Analitico* (T.A.A.A.) di Schultz - Wallnöfer. (Wallnöfer 1978)

Si snoda in quindici incontri a distanza di quindici giorni l'uno dall'altro.

I meccanismi di guarigione sono simili a quelli che descriveremo, più avanti, per il II stadio.

IV STADIO

Nel Quarto Stadio: Terapia Autogena con Collaborazione di tipo Analitico del Terapeuta -*T.A.C.T.*- (*sigla propria dello Studio*) i soggetti lavorano a domicilio con sedute di primo, secondo e terzo stadio ed eventuali sedute di collaborazione di tipo analitico con il terapeuta. (Gastaldo G. Ottobre M. 2008)

La batteria di test è effettuata dopo un anno dalla fine del III stadio cioè dopo un anno di lavoro autonomo

Cenni statistici dei risultati clinici

Sono state effettuate statistiche su:

I stadio: 2134 sogg.

II stadio: 241 sogg.

III stadio: 173 sogg.

IV stadio: 97 sogg.

•Rimandiamo, per un ragguglio completo su tutti gli altri test e questionari, metodologia di ricerca e validazioni statistiche, ai lavori specifici citati in bibliografia: Gastaldo, Ottobre, Prior (1995, 2000). Gastado, Ottobre(2008), Ottobre (1993), Prior (1990). Da Ronch, Gastaldo ... (2011),

Della batteria di test, per ogni persona e per ogni stadio dell'iter, riportiamo qualche grafico riguardante **solamente**:

- l'ansia globale,
- il sentimento di colpa,
- la depressione

misurate rispettivamente con i il test IPAT di Cattell (1957) e con il Test di Zung.(1965).

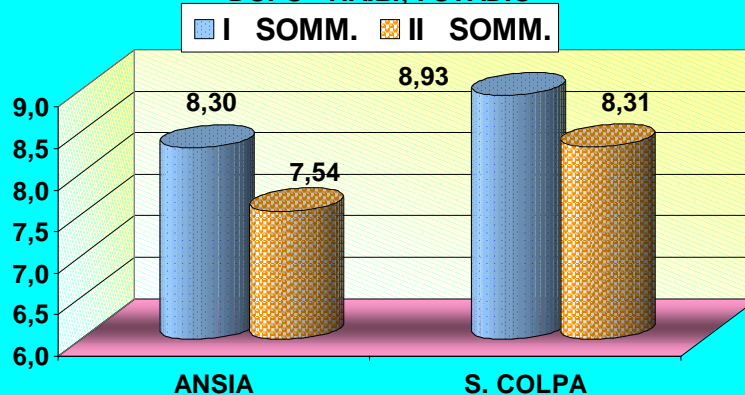
Nei grafici: - **Ansia e sentimento colpa normale fino a 5/6**

- **Depressione assente fino a 35**

- **$P < 0.05$**

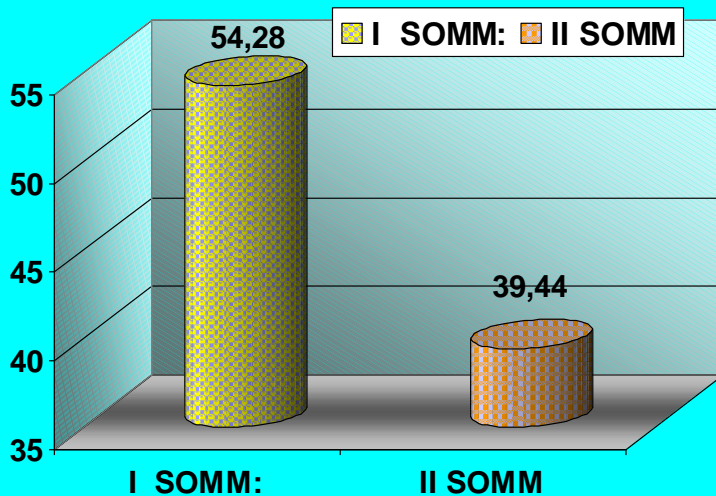
I° STADIO; T.A.B.

SOGG. 2134; ANSIA e SENTIMENTO DI COLPA PRIMA E DOPO "T.A.B.; I STADIO"



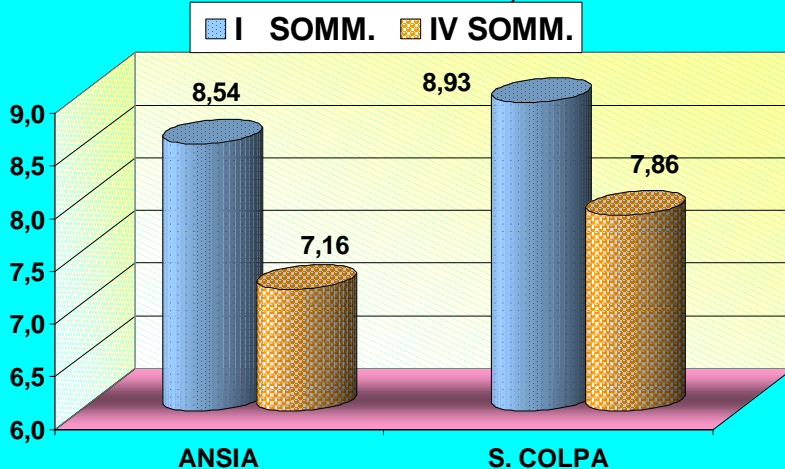
I° STADIO; T.A.B.

SOGG. 2134; DEPRESSIONE PRIMA E DOPO "T.A.B"



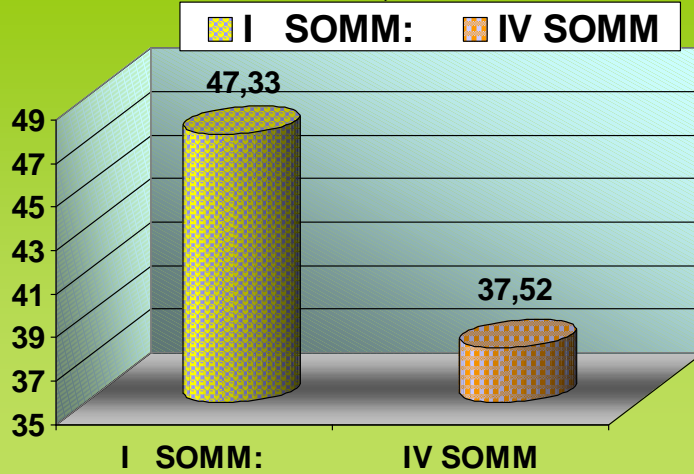
II° STADIO (T.I.A.A.)

SOGG. 241; ANSIA e SENTIMENTO DI COLPA PRIMA E DOPO "T.I.A.A.; Il stadio"



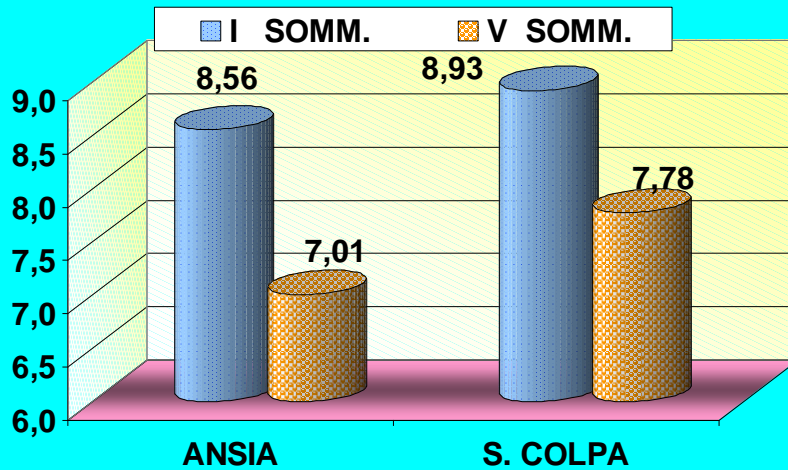
II° STADIO (T.I.A.A.)

SOGG. 241; DEPRESSIONE PRIMA E DOPO "T.I.A.A.; II STADIO "



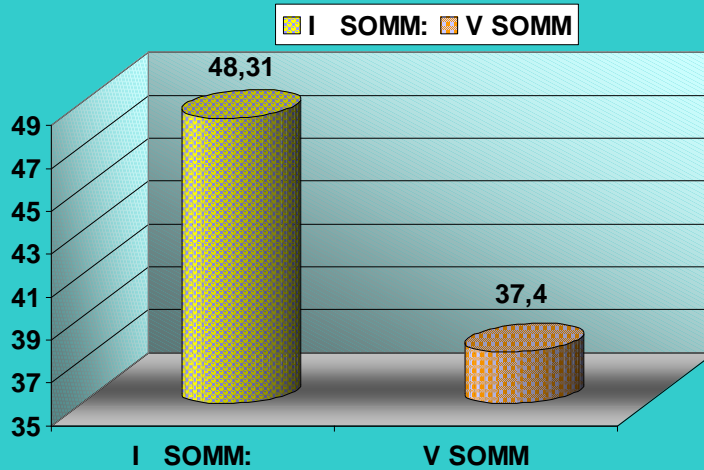
III° STADIO (T.I.A.A.A.)

SOGG. 173; ANSIA e SENTIMENTO DI COLPA PRIMA E DOPO "TERZO STADIO - T.A.A.A"



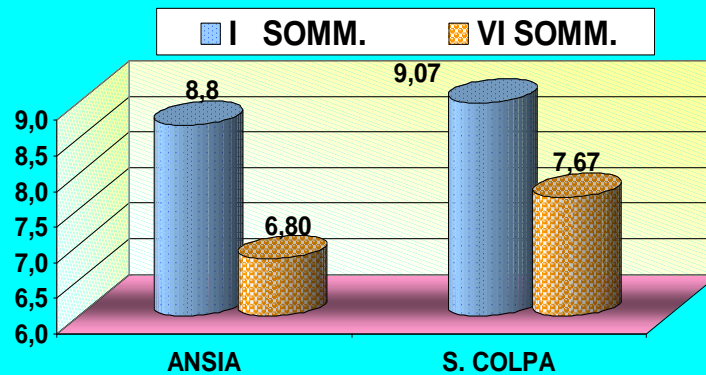
III° STADIO (T.I.A.A.A.)

SOGG. 173; DEPRESSIONE PRIMA E DOPO
"T.I.A.A.A. - TERZO STADIO"



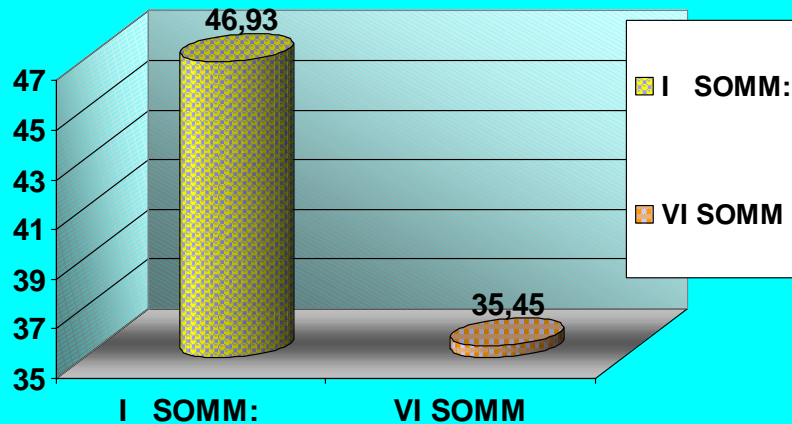
IV° STADIO (T.A.C.T.)

SOGG. 97; ANSIA e SENTIMENTO DI COLPA PRIMA E DOPO
"T.A.A.C.T. IV STADIO"



IV° STADIO (T.A.C.T.)

SOGG. 97; DEPRESSIONE PRIMA E DOPO
"T.A.C.T. - IV STADIO"



Soggetti che hanno effettuato terapia fino al IV STADIO

•Il gruppo che ha effettuato tutti gli stadi, quindi anche il IV, (97 sogg.) è composto non solo da sogg. con gravi neurosi, ma anche da sogg. con psicosi schizofreniche e/o paranoidee, farmacologicamente relativamente compensate (20 sogg.), sindromi ossessivo compulsive (16 sogg.), sindromi borderline (14 sogg.).

Ciò sfata il mito che con la psiocoterapia autogena non si possano trattare persone con psicosi; il segreto sta nel condurre un insegnamento **VERAMENTE AUTOGENO.**



Modello Metapsicologico Gastaldo/Ottobre

Il modello metapsicologico nasce dalla constatazione che i vissuti in stato autogeno sono, in gran parte, formati da **icone** di *pacchetti di esperienze* interagenti con *funzioni/strutture archetipe neurobiologiche*.



Spieghiamo ora cosa intendiamo per:

- a) pacchetti di esperienze e per
- b) Strutture/funzioni

I° assunto del modello

a) Pacchetti di esperienze (Gastaldo G. Ottobre M. 2002)

La formulazione del concetto di: *“pacchetti di esperienze”* ci ha portato a fare un ponte con le **moderne acquisizioni della neurobiologia**.



Questa ci informa che formazione, modulazione e rimodulazione dei circuiti neuronali, alla base del nostro carattere e della nostra personalità, avvengono in base alla:

pressione di *flussi di esperienze di determinati tipi*.

Flussi di esperienze:

Questo è il nostro concetto di *pacchetti di esperienze*.

Lungo la vita si accumulano esperienze che a seconda del loro carico emotivo si coagulano formando pacchetti. Per es.:

-esperienze di madre iperprotettiva, -di padre amorevole, -di clima familiare teso, -di assenza della figura materna ecc.

Questi pacchetti premono sulla struttura cerebrale e in essa determinano modifiche.

- Es. di pacchetto di esperienze in cui la paziente percepisce la madre come divorante.

In una T.I.A.A. *iconizza* tale pacchetto con un'aquila che sbrana una neonata

(Gastaldo G. Ottobre M. 2009)



- Es. di pacchetto di esperienze in cui percepisce la madre come una piovra mostruosa. **Perché come piovra?**

•Per raccontare a se stessa i pacchetti di esperienze in cui si è sentita manipolata e deformata nell'impatto col mondo

•Nel prosieguo della seduta si vede ridotta come un fuso. Così conciata sente di non essere se stessa, di avere subito tale deformazione, e inconsciamente attribuisce ciò alla madre / mondo manipolante.

(Gastaldo G. Ottobre M. 2009)



b) STRUTTURE FUNZIONI”

I pacchetti di esperienze non plasmano la struttura neurologica come fosse una tavoletta di cera, ma interagiscono con **strutture neurologiche geneticamente determinate simili per ogni uomo: ‘strutture funzioni archetipe’**.

Queste si sono formate lungo tutto l’arco dell’evoluzione per dare ad ogni organismo la possibilità e capacità di interagire con ogni aspetto della realtà.



Di tali “*strutture funzioni*” possiamo distinguere le funzioni, ma non pensare a strutture differenziate per ogni funzione, ogni struttura fa capo al sistema nervoso nella sua totalità. (Gastaldo G. Ottobre M. 2007)

Le “strutture funzioni archetipe” ci permettono di interagire con i “pacchetti di esperienze” determinati:

1. **da ogni componente del nostro mondo** (madre, padre, fratelli, sorelle, familiari, capi, altri esseri umani, natura, mare, sole, montagne, animali, cibo, acqua, ecc),
2. **dalle componenti sociali** (mentalità, organizzazione socioculturale, comunità, gruppi di appartenenza, conflitti, avvenimenti ecc)
3. **dagli eventi personali** (vita prenatale, nascita, crescita, socializzazione, appartenenza, pericoli, danni, lutti, maturazione, vecchiaia, il morire ecc.).
4. **dalle componenti del nostro Sé.** Le mani, il volto, le braccia, il cuore, il respiro, la volontà, l’affetto, la creatività, la felicità, l’inconscio ecc.

***In sintesi: il nostro
cervello è costruito
per saper interagire
con ogni aspetto della
vita e del mondo in
cui viviamo***

L'Archetipo degli Archetipi

Le T.I.A.A, oltre ad essere atematiche, si susseguono, senza un ordine voluto né dall'io del paziente né dal terapeuta, secondo un piano sapiente che, a posteriori, meraviglia sia il paziente che il terapeuta.

Abbiamo ipotizzato l'esistenza di una struttura funzione archetipa che in qualche modo conosce dove deve lavorare. Perché lo conosce?

L'ipotesi è che sia la stessa funzione che ha coordinato l'interfacciarsi degli altri archetipi, con i pacchetti di esperienze, nella costruzione del carattere e della personalità. Essa pertanto mantiene le tracce di dove si sono verificate difficoltà.

Abbiamo denominato questa struttura / funzione:

ARCHETIPO DEGLI ARCHETIPI

(Gastaldo G Ottobre M. 2007).

II° assunto del modello Le 'icone' dei "pacchetti di esperienze"

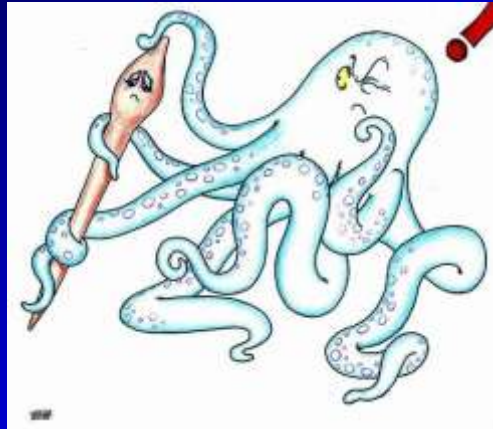
Il secondo assunto del modello metapsicologico così si riassume:

L'apparato psichico contrassegna i pacchetti di esperienze con simboli, che evocano contenuti emozionali degli stessi, ...



e questi simboli sono le "parole" del dialogo interno e gli elementi che costituiscono i sogni: sono le "ICONE" dei nostri pacchetti di esperienze (Gastaldo G. Ottobre M. 1999).

Quando istintivamente compiamo un'azione o reagiamo ad uno stimolo ci rifacciamo ad esperienze avute dalla nascita in poi, sarebbe impossibile passare in rassegna miliardi di esperienze pregresse;

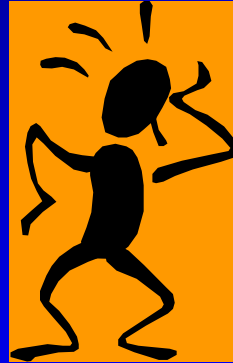


Le strutture funzioni hanno tuttavia già compiuto un lavoro di preparazione catalogando le esperienze in pacchetti omogenei e contrassegnandoli con icone che contengono l'emozione che ci spinge all'azione più congrua

III° assunto del modello

Gli errori del Cervello;

Esperienze che la mente del bambino non è in grado di interpretare in modo corretto formano "pacchetti di esperienze **sincretici**" e non "sintetici", oppure simboleggiati in modo inadeguato.



Creano così punti di riferimento interni sbagliati, modulazioni di circuiti neuronali che sottendono comportamenti **abionomici** e quindi modi dolorosi di vivere. (Gastaldo G. Ottobre M. 2008, 2009,)

Spieghiamo con un esempio:

l'ospedalizzazione del bambino nel secondo semestre di vita, con distacco dalla figura materna, viene catalogato dall'apparato psichico come:

- **abbandono / tradimento / rifiuto** (I° pacchetto di esperienze)

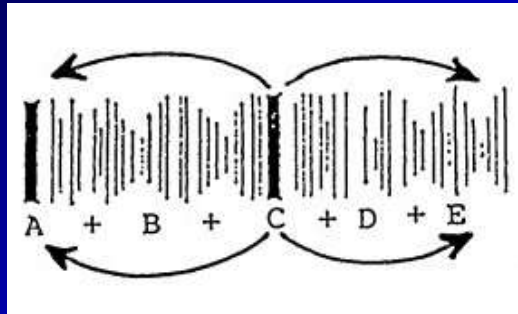


Successivamente il cervello, così sensibilizzato, vive il: - **vai a giocare con i tuoi amici**" come: "madre che mi manda via" (II° pacchetto di esperienze) e così può vivere le **esperienze alla scuola materna**. (III° pacchetto di esperienze (Gastaldo G. Ottobre M. 2008 marzo)

Questi pacchetti (A, B, C D ecc.), in sé diversi uno dall'altro vengono però vissuti tutti, sincreticamente, come:

“abbandono / tradimento / rifiuto”

e pertanto si rafforzano a vicenda e formano un unico pacchetto (un pacchetto quindi sincretico non sintetico) che può condizionare tutta la vita con depressioni, paure, rabbie.



Pacchetti di esperienze di diversi vissuti, sentiti come abbandono

La generalizzazione

- Altro errore frequente è la generalizzazione indebita:
- *“Mia madre è manipolatrice bloccante, soffocante come una piovra, così pure mia zia e mia nonna”*
- *Tutte le donne sono manipolatrici piovre; sono da temere, da evitare”*
- Nell'età adulta, nella ricerca del partner, graverà molto questa inconscia paura rovinando nel nascere ogni possibile rapporto.
- (Gastaldo g. Ottobre M. 2009)



IV° assunto del modello Alcuni meccanismi di riarmonizzazione:

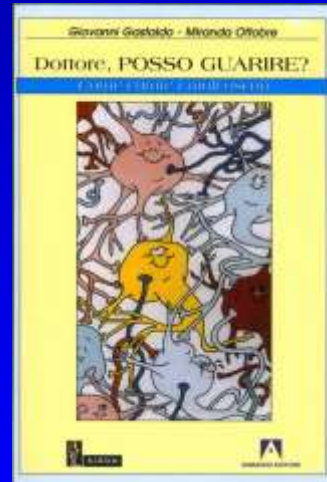
Recupero di vissuti positivi

- *Riconoscimento di generalizzazioni indebite*
- *Chiusure di Gestalt*
- *Scissione di pacchetti non omogenei, (analisi),*
- *Liberazione di emozioni incongrue (catarsi),*
- *Ri-composizione di pacchetti omogenei con formazione di simboli più adeguati.*

*Nel cervello/psiche si formano così punti di riferimento congrui alla realtà, in altre parole più **Bionomici**.”*

(Gastaldo G. Ottobre M. 1987, 2009)

VEDIAMO IN DETTAGLIO
SOLO ALCUNI
MECCANISMI

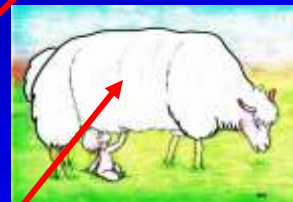


Recupero esperienze positive

Il recupero di esperienze positive può essere uno dei primi meccanismi.

Nel caso della paziente che vedeva la madre come aquila che sbrana, e mostro che manipola, in una T.I.A.A. successiva, allucina un contatto caldo e morbido con un tentacolo della madre mostro,

poi, in altre T.I.A.A., si sente avvolta e nutrita da una madre simbolica e, in fine, accolta e nutrita dalla propria madre reale



• Si sciolgono generalizzazioni

- Ciò può accadere quando l'apparato psichico fa *zoom* su pacchetti di esperienze diversi, esempio:
- *“Ora vedo una donna anziana, assomiglia a quella nonna che vedevo poche volte ed è morta quando avevo 4 anni.”*
- *“Mi sento in questo momento profondamente accettato da lei.”*

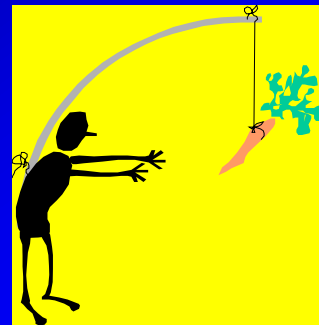
- *“Mi sento libero di essere come sono; è una donna che non manipola. Mi guarda quando faccio i miei giochi e sorride”.*



Sapevo razionalmente che ci sono donne che non manipolano, ora lo sento.

Chiusura di Gestalt

- Per “Gestalt” si intende la *“forma compiuta”*; ciò accade quando alla necessità, cioè ad un bisogno vero, profondo di un bambino si abbina la soddisfazione del bisogno stesso come ad es.:
- *Fame* soddisfatta da *adeguato nutrimento*,
- *bisogno di amore* soddisfatto da presenza di persone amevoli ecc..
- La Gestalt rimane aperta non compiuta, non chiusa, quando prevalgono pacchetti di esperienze di frustrazioni non superabili riguardanti la mancata soddisfazione di quel bisogno. (Gastaldo G. Ottobre M. 1987).



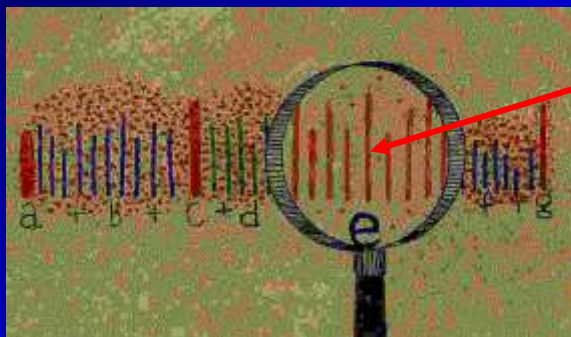
- Nell'adulto permane un senso di insoddisfazione profondo, inesauribile e una ricerca di soddisfazione, sempre perseguita, ma mai realizzata



- quando nell'immaginario il sogg. allucina un se stesso adulto che finalmente dà al se stesso bambino ciò che non aveva ottenuto, accade l'appagamento e la pacificazione.

Analisi: scissione di pacchetti sincretici

L'archetipo degli Archetipi conduce il cervello a fare uno **zoom** su vissuti antichi, per esempio sul vissuto della scuola materna sentito come abbandono; tale esperienza avviene nella T.I.A.A., in piena coscienza, rivissuta nella sua vera realtà e pertanto viene scorporata dal pacchetto di "abbandono".



ZOOM su
Pacchetto di
esperienze all'asilo
vissuto come
abbandono rifiuto
(Gastaldo G. Ottobre M.
2008 – marzo)

Catarsi

Progressivamente, con lo stesso meccanismo, vengono scorporati altri pacchetti di esperienze .

Il terribile pacchetto di

“**abbandono – tradimento - rifiuto**”,

avendo perduto la sua virulenza, può anche

emergere in piena coscienza,

avviene così una liberazione.

Questa è la **catarsi**: intesa quindi come conseguenza di un lungo processo intrapsichico e non di una manovra terapeutica

Riordino verso la riarmonizzazione

Man mano che si realizza il recupero di esperienze positive, chiusure di Gestalt, scissioni di pacchetti sincretici ecc., si effettua un processo di ricomposizione e riordino dei pacchetti di esperienze



- Si formano pacchetti omogenei, con simboli adeguati, e congrui alla realtà, supportati da circuiti neuronali che consentono un nuovo vivere bionomico

ABSTRACT

- Il modello metapsicologico Gastaldo/Ottobre può essere così riassunto:
- 1) "Pacchetti di esperienze", omogenei per contenuti emozionali, nell'interazione con "funzioni/strutture cerebrali archetipe" plasmano circuiti neuronali che sottendono modalità di interazione con la realtà .
- 2) Tali pacchetti sono contrassegnati con simboli, che evocano il contenuto emozionale degli stessi.
- 3) Esperienze, non interpretate correttamente dal cervello, si conglobano indebitamente in pacchetti non omogenei; creano così circuiti neuronali che sottendono punti di riferimento interni inadeguati a condurre una vita soddisfacente.
- 4) In sedute di T.A. Avanzato i pacchetti non omogenei, (ad opera di una particolare "struttura funzione archetipa"), si scindono (analisi), si liberano (catarsi) e si ricompongono diversamente per formare punti di riferimento più congrui alla realtà.

IL MODELLO NASCE DALL'ANALISI PUNTUALE DI QUINDICIMILA VISSUTI IN STATO AUTOGENO ED È ADATTO A:

- a) INTEGRARE LA PSICODINAMICA CON LA NEUROBIOLOGIA,
- b) INTEGRARE L'INTERPRETAZIONE PSICOANALITICA
- c) COSTITUIRE L'ASSE PORTANTE DELL'ITER.
- L'iter è costruito sul T.A. di Base e Avanzato di I.H. Schultz e allievi.
- Gli stadi, due costituiti da sedute di gruppo e due da sedute singole, sono tappe complete in se stesse, ma contemporaneamente preparatorie alle successive; le successive si effettuano quando ci sia la necessità o il desiderio di proseguire l'iter.
- Trentamila test su tremila persone sono gestiti da una procedura informatica per effettuare statistiche sui risultati clinici di ogni stadio.
- Le statistiche effettuate, dal 1990 ad oggi, su migliaia di soggetti, hanno dimostrato l'efficacia delle quattro tappe dell'iter.

Abstract

The Gastaldo-Ottobre meta-psychological model can be summarised as follows:

- 1) “Experience packets”, homogeneous for emotional contents, in the interaction with “cerebral archetypical functions/structures”, transform the neuronal circuits underlying the way we interact with reality.
- 2) Such packets are characterised by symbols echoing their emotional contents
- 3) Experiences, not correctly interpretable by the brain, get assembled in inhomogeneous packets; in this way they create neuronal circuits underlying internal points of reference inadequate to conduct a satisfying life.
- 4) During the advanced AT sessions the inhomogeneous packets (by means of a particular “archetypical structure/function”), get detached (analysis), get liberated (catharsis), and are differently recomposed to form points of reference appropriate for reality.

The model has been derived from the punctual analysis of 15.000 referred experiences during Autogenic Training and is suitable for:

- a) integrating psychodynamic knowledge with neurobiology
- b) integrating psychoanalytic interpretation **with a more specific one**
- c) embodying the building bloc of the therapeutic path

The therapeutic path has been built **by revisiting** the I.H. Schultz and associates Basic and Advanced Autogenic Training. The four Steps, two of which constituted by group sessions, and two organised in individual sessions, are each complete phases per se and contemporarily preparatory, if required or desired, for the following Step.

Since 1990 patients following this approach have been tested before and after each Step. Overall almost 30.000 tests on around 3.000 people have been collected and analysed statistically. The results confirm the efficacy of the method.

Bibliografia

- Cattell R. B. (1957): *Handbook for the ipat anxiety scale questionnaire (self analysis form): Brief, verbal questionnaire, q-form, as distinct from objective t-battery.* Savoy, IL, Institute for Personality and Ability Testing,.
- a Ronch C., Gastaldo E., Nanni MG., Grassi G., Ottobre M., Gastaldo G. (2010): *L'efficacia della Terapia Autogena – Uno studio retrospettivo su 2988 pazienti.* Lucerna, FMPP Annual Congress of Psychiatry end Psychotherapy. 20 th IFP World Congress of Pshychotherapy. www.airda.it, al menù approfondimenti 9.11.
- Gastaldo G., Ottobre M. & Prior M. (1995).: *La Psicoterapia Autogena in quattro stadi: Analisi statistica su duemila casi.* Imagination, Verlag:Facultas Universitätsverlag Wien, Nr. 2/., attualmente nel sito www.airda.it al menù approfondimenti al punto 9.5

- Gastaldo G., Ottobre M. & Prior M. (2000).: *Analisi statistica delle variazioni al test di Lüscher in sogg. che hanno effettuato iter di Psicoterapia Autogena.* Relazione al Congresso I.C.S.A.T. Ravenna 27/28 – 05, attualmente pubblicato nel sito: [www.airda .it.](http://www.airda.it), approfondimenti 9.6.
- Gastaldo G., Ottobre M. (1987): *Nel labirinto con il filo di Arianna; lo strutturarsi delle vie dell'energia nell'età evolutiva.* Piovon Editore. Abano Terme (Pd).
- Gastaldo G., Ottobre M. (1990): *Autogene Therapie in 4 Stufen.* Springer- Verlag Berlin Heildelberg.
- Gastaldo G., Ottobre M. (1996) *La Psicoterapia Autogena: attuale sistema psicoterapeutico.* In *Attualità in Psicologia*, anno XI-N° 2, Aprile Maggio Giugno.

- Gastaldo G., Ottobre M. (1999) *Considerazioni sulla formazione di alcuni simboli*. In *Il viaggio come metafora dell'esistenza*, pagg.241-251. A cura di Claudio W., Edizioni Scientifiche Magi, Roma.
- Gastaldo G., Ottobre M. (2002 - maggio): *Interazione esperienze/circuiti neuronali come base di alcune modalità di essere*. Convegno I.C.S.A.T. 25/26 maggio 2002. Ravenna. Su richiesta: mail airda@airda.it.
- Gastaldo G., Ottobre M. (2007): "*L'archetipo degli archetipi; come opera nella Terapia Immaginativa Analitica Autogena*", Nuove prospettive in psicologia (pagg.13/20), anno XXII, n. 1. Maggio 2007 (fasc. n. 37).
- Gastaldo G., Ottobre M. (2008 – maggio -): *Il Training Autogeno in diretta - si aprono nuovi orizzonti*. Armando Editore, collana A.I.R.D.A., Roma.

- Gastaldo G., Ottobre M. (2008 - marzo): *Psicoterapia Autogena in quattro stadi - l'appuntamento con se stessi*. Armando Editore, collana A.I.R.D.A., Roma
- Gastaldo G., Ottobre M. (2009 -): *Dottore, posso guarire? Come curare i mali oscuri*, collana airda , Ed Armando, Roma
- Gastaldo G., Ottobre M. (2011): *Ideoplasia; la fata sfatata*, seminario nazionale Icsat 5 nov. 2011, milano. Su richiesta con mail airda@airda.it.
- Gastaldo G., Ottobre M. Gastaldo E. (2003): *Conoscere per saper educare - da zero a tre anni ed oltre*. Armando Editore, Roma
- Luthe W.: *Autogenic Therapy*, by the British Autogenic Society, M,D. Editor Print ed and bound in England by the Bath Press 2001.

- Ottobre M. (1993): *Il stadio della Terapia Autogena secondo l'iter Gastaldo/Ottobre; risultati statistico clinici*. Attualità in Psicologia, Vol. 2., Ed. E.U.R. Roma.
- Prior M. (1990): *T.A. Somatico: Incidenza della variabile "regolarità dell'allenamento" nella diminuzione dell'ansia e della depressione*, Rivista di Psicoterapie e ipnosi, Vol 1, n 1, Edizioni EUR, Roma.
- Schultz J.H. (1991): *Das Autogenic Training*, George Thieme Verlag, Stuttgart- New York
- Schultz J.H. (2002): *Il Training Autogeno*, Feltrinelli, Milano
- Wallnöfer H. (1978).: *Tecniche analitiche del ciclo superiore del Training Autogeno*, in Psicoterapie, numero unico, Padova , Ed C.I.S.S.P.A.,T., p. 148.
- Zung W.W. (1965): *A self-rating depressi*. Arch Gen Psychiatrt; 12:63-70.on scale.