

## La natura del trauma e come curarlo con successo

Asha Clinton \*

Advanced Integrative Therapy (AIT) postula che il problema principale di cui si dovrebbe occupare la psicoterapia è l'effetto del trauma sull'essere umano, trauma che viene definito come qualsiasi fatto che, al suo solo ricordo o qualora scatenato da un qualche avvenimento presente, evochi emozioni difficili e/o sintomi fisici, dia origine a credenze negative, desideri, fantasie, compulsioni, ossessioni, dipendenze e/o dissociazione, impedisca o ostacoli lo sviluppo di qualità positive, la connessione e una crescita spirituale e frantumi l'interezza della persona (Clinton 2002a).

Da questo punto di vista ogni cosa che colpisce una persona al punto da scatenare emozioni difficili, sintomi fisici, credenze negative, blocchi spirituali e/o dissociazioni è considerato un trauma. Per guarire un problema psicologico i terapeuti AIT trattano in primo luogo i relativi traumi che l'hanno causato, poi i loro effetti secondari sintomatici e per finire le connessioni tra i due.

Ad esempio uno dei miei clienti, Butch era caduto da piccolo dal balcone del secondo piano in un momento in cui l'attenzione della madre era altrove. Anche se un albero aveva attutito la caduta, si era rotto un braccio. Gli era rimasta l'acrofobia e una sensazione che nessuno, incluso Dio, lo proteggesse, oltre che una sfiducia verso le donne. Questi erano i suoi sintomi in aggiunta ad altri effetti secondari al trauma originario, inclusa la convinzione che non si sarebbe mai liberato della paura dell'altezza.

Utilizzammo il Protocollo AIT sui Traumi per trattare la sua caduta. In questo protocollo che, nella struttura e nel contenuto è tipico dei protocolli AIT, ricorriamo al test muscolare kinesiologico (Frost e Goodheart 2002) per ottenere informazioni dal centro o sé del cliente. Dopo esserci assicurati che il sistema neurologico del cliente è in grado di sostenere il trattamento e di fornire un test muscolare accurato, chiediamo al cliente di ricordare brevemente il trauma oggetto del trattamento e di sentire tutte le emozioni e le sensazioni fisiche – inclusi un eventuale senso di paralisi e di dissociazione – che prova nel momento presente e di darci una valutazione, su una scala da 0 a 10, del livello di intensità di tali emozioni e sensazioni. Successivamente, con una mano posata sul chakra che sembra più coinvolto dal trauma, il cliente sposta l'altra mano lentamente e verso il basso lungo i chakra, uno alla volta, a cominciare dal chakra della corona, ripetendo ad ogni chakra una breve frase che descrive il trauma nei fatti. Egli ripete tale frase per mantenere tutto il proprio essere consapevole del trauma che sta trattando e chiedergli allo stesso tempo di eliminare la particolare energia di quel trauma. La frase di Butch era "Sono caduto dal balcone e mi sono rotto il braccio". Tale processo viene ripetuto fino a che non ci sono più emozioni e sensazioni che accompagnano il ricordo del trauma. Dato che la velocità del movimento lungo i chakra può essere aumentata per evitare l'abreazione, l'esperienza del cliente non è di solito ritraumatizzante ed è relativamente indolore. Il trattamento di un trauma dovuto ad un singolo incidente richiede di solito meno di 15 minuti e non è necessario ripeterlo.

Dopo aver trattato Butch con il Protocollo sui traumi egli non provava più alcuna emozione o sensazione fisica al ricordo della caduta. Trattammo poi altri aspetti del trauma collegati alla caduta dal balcone: il fatto che sua madre non prestava attenzione e non aveva impedito la caduta, il dolore collegato alla frattura del braccio come pure le cure per rimetterlo a posto. Inoltre trattammo ogni altro sintomo con lo stesso protocollo – ansia, sudore, paura dell'altezza, sfiducia e odio verso le donne e per il divino, paura dell'altezza, paura di trovarsi in un piano alto di un edificio o quando doveva fare un salto di qualche

centimetro – fino alla totale scomparsa di ogni sintomo. Inoltre, utilizzando il Protocollo per la connessione, abbiamo eliminato le connessioni tra la caduta di Butch e i risultanti sintomi utilizzando le seguenti frasi:

“Dato che la mamma non mi ha protetto dal cadere dal balcone io non mi fido delle donne”,

“Dato che sono caduto dal balcone ho paura dell’altezza e di saltare dall’alto”,

“ Dato che la mamma non mi ha protetto dalla caduta dal balcone io non ho fiducia in Dio.”

Successivamente, con l’impiego del Protocollo AIT sulle Credenze di base, con cui le credenze negative vengono trasformate in credenze realisticamente positive, siamo passati a trattare un gruppo di credenze negative correlate, che erano emerse come risultato della sua caduta:

“Cadrò e mi farò male se salto da una certa altezza”.

“Cadrò dalla cima delle montagne o delle piramidi qualora io vi salissi sopra”.

“Non mi sento sicuro nei piani alti dei grattacieli”.

“Né Dio né alcuna altra persona, nemmeno io, mi può proteggere dal farmi male”.

In conclusione abbiamo usato il Protocollo sulle Qualità Positive, che utilizza l’energia che si muove lungo i canali dei chakra verso l’alto, per risvegliare le qualità positive precedentemente non sviluppate o danneggiate e per rafforzare la sicurezza e la fiducia in sé stesso. Mostrai a Butch come continuare a sviluppare queste qualità a casa attraverso una pratica quotidiana. Per l’intero trattamento furono necessarie quattro sessioni di 45 minuti ciascuna e i risultati sono rimasti stabili anche valutati a distanza di 6 anni dal trattamento illustrato.

La terapia AIT dei traumi segue il modello, utilizzato con Butch, che chiamiamo Clinton-LeShan e che è stato ripreso dal lavoro sul cancro inizialmente sviluppato da Lawrence LeShan (LeShan 1980). Sulla falsariga di questo metodo si tratta in primo luogo di scoprire e trattare il Trauma Originario, quel particolare tipo di trauma che segna la vita del cliente. Successivamente trattiamo i Traumi Secondari o Contingenti, e cioè le principali ricorrenze o sintomi del Trauma Originario, che si sono manifestati nel presente e nel passato più recente. Per ultimo trattiamo il Trauma di Connessione, cioè i legami tra i Traumi Originari e i Traumi Secondari. I terapeuti AIT strutturano la terapia in questa maniera dato che abbiamo constatato che i Traumi Originari e i gruppi di traumi che derivano da questi tendono a formare una catena, un modello traumatico. Nel trattare le relative connessioni tra causa – Trauma Originario - ed effetto - Trauma Secondario - il modello di ripetere quel tipo di trauma viene interrotto, la catena si spezza e gli effetti negativi del trauma non ricorrono più. Nel curare il trauma con il modello Clinton-LeShan sosteniamo metodologicamente l’idea che la gran parte della psicopatologia è costituita da traumi che si ripetono e dalle loro conseguenze postraumatiche. Ciò che succede nei primi anni della nostra vita ha un effetto determinante su ciò che sentiremo e come ci comporteremo più tardi nella vita. Armati di queste nozioni teoriche, e cioè che il trauma così come qui definito, è alla base perlomeno della psicopatologia non organica e non psicotica e che per garantire buoni risultati il terapeuta deve innanzitutto individuare e poi trattare i Traumi originari, quelli secondari e quelli di connessione. A questo scopo i terapeuti AIT si avvalgono di un grande numero di protocolli, 90 fino ad oggi.

## Bibliografia:

- (2001). The Holy Bible Containing the Old and New Testaments: New King James version. New York: American Bible Society.
- Almaas, A. H. (2004). The Inner Journey Home: The Soul's Realization of the Unity of Reality. Boulder, CO: Shambhala Publications.
- Attar, Farid Ud-Din (1984). The conference of the birds. D. Davis and A. Darbandi (Trans.). New York: Penguin Group.
- Bakhtiar, Laleh (1997). Sufi: Expressions of the mystic quest. London: Thames and Hudson.
- Bayrak, Tosun (1985). The Most Beautiful Names. Putney, Vermont: Threshold Books.
- Beck, Aaron T. (1993). Cognitive Therapy : Past, Present, and Future. Journal of Consulting and Clinical Psychology. Vol. 61(2) April 1993. pp. 194-198.
- Beck, Judith S. (1995). Cognitive therapy: Basics and beyond. New York: Guilford Publications, Inc.
- Bowlby, John (1989). Attachment. Jackson, TN: Perseus Publishing.
- Brenner, Ira (2001). Dissociation of trauma: Theory, phenomenology and technique. Guilford, CT: International Universities Press.
- Buckley, P. (1986). Essential papers on object relations. New York: New York University Press.
- Callahan, Roger J. and J. Callahan (2000). Stop the nightmares of trauma: Thought field therapy--the power of therapy for the 21st century. Chapel Hill, NC: Professional Press.
- Callahan, Roger J. and Richard Trubo (2002). Tapping the healer within: Using thought-field therapy to instantly conquer your fears, anxieties, and emotional distress. New York: McGraw-Hill Companies.
- Cassidy, Jude and P. R. Shaver (Eds.) (2002). Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications. New York: Guilford Publications, Inc.
- Clinton, Asha (2002). Seemorg Matrix Work: The transpersonal energy psychotherapy. In F. Gallo (Ed.), Energy psychology in psychotherapy, pp. 93-115. New York: W. W. Norton.
- Clinton, Asha (2004). Seemorg Matrix Work: Healing the Wounded Spirit Manual. Great Barrington: Energy Revolution, Inc.
- Clinton, Asha (2005a). Almost all the cognitions you'll ever need with work with. Great Barrington, MA: Seemorg LLC.
- Clinton, Asha (2005b). Seemorg Matrix Work Basic Manual, Fifth Edition. Great Barrington, MA: Seemorg LLC.
- De La Torre, Miguel A. (2004). Santeria: The beliefs and rituals of a growing religion in America. Grand Rapids, MI: William B. Eerdmans Publishing Company
- Durlacher, James V. (1994) Freedom from fear forever. Tempe, AZ: Van Ness Publishing Co.
- Easwaran, Eknath (Trans.) (2000). Bhagavad Gita. New York: Knopf Publishing Group.
- Eden, Donna and David Feinstein (2000). Energy Medicine: Balance Your Body's Energies for Optimum Health, Joy, and Vitality. New York: Penguin Group.
- Edinger, Edward (1991). Ego and archetype. Boulder, CO: Shambhala Publicaions.

Fleming, Tapas (1999). *You can heal now: The Tapas acupressure techniques (TAT)*. Los Angeles, CA: TAT International.

Freud, Sigmund (1936). *The problem of anxiety*. New York: W. W. Norton.

Frost, Robert and G. Goodheart (2002). *Applied kinesiology second edition: A training manual and reference book of basic principles and practices*. Berkeley, CA: North Atlantic Books.

Gallo, Fred (1999). *Energy psychology: Explorations at the interface of energy, cognition, behavior, and health*. Boca Raton, FL: CRC Press.

Gallo, Fred P. (2000). *Energy diagnostic and treatment methods*. New York: W. W. Norton and Co., Inc.

Gaynor, Frank and N. Fodor (Eds.) (2003). *Freud: Dictionary of Psychoanalysis*. New York: Barnes and Noble Books.

Giannini, James (1978). *Psychiatric, psychogenic, and somatopsychic disorders handbook*. Stamford, CT: Appleton and Lange.

Gleick, James (1988). *Chaos: Making a new science*. New York: Penguin Book.

Goldstein, William N. (1996). *Dynamic psychotherapy with the borderline patient*. New York: Jason Aronson Publishers.

Hind, Rebecca (2004). *1000 faces of God*. New York: Barnes and Noble Books.

Johari, Harish (2000). *Chakras: Energy centers of transformation*. Rochester, VT: Destiny Books.

Judith, Anodea (1995). *The truth about chakras*. London, England: Llewellyn Worldwide, Ltd.

Judith, Anodea (2004). *Eastern body, western mind: Psychology and the chakra system as a path to the self*. Berkeley, CA: Ten Speed Press.

Jung, Carl Gustav (1960). *The structure and dynamics of the psyche*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Jung, Carl Gustav (1966). *Two essays in analytical psychology, Volume 7 in The collected works of C. G. Jung*. Sir Herbert Read, Michael Fordham, and Gerhard Adler, editors; R.F. C. Hull, translator. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1990). *The undiscovered self*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Jung, Carl Gustav (1997). *Jung on active imagination*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Khan, Inayat (1982). *The vision of God and man*. Katwijk, Holland: Servire.

Leahy, Robert L. (2003). *Cognitive therapy techniques: A practitioner's guide*. New York: Guilford Publications, Inc.

LeShan, Lawrence (1980). *You Can Fight For Your Life: Emotional Factors in the Causation of Cancer*. New York: M. Evans.

Lewis, Penny and D. L. Singer (1982). *Choreography of object relations*. Vermont: Antioch New England Graduate School

Little, Margaret (1981). *Transference neurosis and transference psychosis*. New York: Jason Aronson.

Mahler, Margaret S. and M. Furer (1993). *On human symbiosis and the vicissitudes of individuation: Infantile psychoses*. Guilford, CT: International Universities Press, Inc.

Mahler, Margaret S., F. Pine, and A. Bergman (2000). *Psychological birth of the human infant: Symbiosis and individuation*. New York: Basic Books.

Marohn, Stephanie (2003a). *The natural medicine guide to Anxiety*. Charlottesville, VA: Hampton Roads Publishing Company.

Marohn, Stephanie (2003b). *The natural medicine guide to depression*. Charlottesville, VA: Hampton Roads Publishing Company.

Marohn, Stephanie (2004). *The Natural Medicine Guide to Addiction*. Charlottesville, VA: Hampton Roads Publishing Company.

Mascaro, Juan (Trans.) (1976). *The Upanishads*. New York: The Penguin Group.

Mishra, Pankaj (2004). *An end to suffering: The Buddha in the world*. New York: Farrar, Straus and Giroux.

Nagera, Humberto, R. S. Eissler, A. Freud, H. Hartmann, and M. Kris (Eds.) (1966). *Early childhood disturbances, the infantile neurosis, and the adulthood disturbances: Problems of a developmental psychoanalytic psychology*. Guilford, CT: International Universities Press, Inc.

Nims, Larry P. and J. Sotkin (2003). *Be set free fast!: A revolutionary new way to eliminate discomforts*. Santa Fe, NM: Prosperity Place, Inc.

Oschman, James L. (2000). *Energy medicine: The scientific basis*. New York: Churchill Livingstone.

Oschman, James L. (2003). *Energy medicine in therapeutics and human performance*. New York: Butterworth Heinemann.

Oschman, James L. (2005). *Trauma energetics*. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*. In press.

Ostenfeld, Erik N. (1982). *Forms, matter and mind: Three strands in Plato's metaphysics*. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic Publishers.

Pantera, Cosimo and Burton I. Korelitz (Eds.) (1996). *Crohn's Disease, Volume 1*. New York: Marcel Dekker.

Parnell, Laurel (1997). *Transforming Trauma: EMDR*. New York: W. W. Norton and Co., Inc.

Peel, John David (2000). *Religious encounter and the making of the Yoruba*. Bloomington, IN: Indiana University Press.

Pert, Candace B. (1997). *Molecules of emotion*. New York: Scribner

Prahbhavananda, Swami and C. Isherwood (Trans.) (1991). *How to know God: The yoga aphorisms of Patanjali*. Hollywood, CA: Vedanta Press.

Roffers, Tony (2004). *Seemorg chronicity II manual*. Oakland, CA: Author.

Shapiro, Francine and M. S. Forrest (1998). *EMDR: The breakthrough "eye movement" therapy for overcoming anxiety, stress, and trauma*. New York: Basic Books.

Siegelman, Ellen Y. *Metaphor and meaning in psychotherapy*. New York: Guilford Publications.

Simmons, Harold E. (1966). *Psychogenic theory of disease: A new approach to cancer research*. New York: General Welfare Publications.

Singer, June (1971). *The Boundaries of the Soul*. Garden City, New York: Anchor Books.

Skinner, B. F. (1976). *About behaviorism*. New York: Random House, Inc.

Sompayrac, Lauren M. (2002). *How the immune system works*. Ames, IA: Blackwell Publishers.

Staff of Barnes and Noble (Eds.) (2002). First Bible stories. New York: Barnes and Noble Books.

Stevens, Anthony (2003). Archetype revisited: An updated natural history of the self. Toronto: Inner City Books.

Summers-Effler, Erika (2004). A theory of the self, emotion, and culture. *Advances in Group Processes*, Volume 21, Pages 273-308

Von der Kolk, Bessel, Alexandra Cook, Joseph Spinazzola, Julian Ford (2005). Complex Trauma in Children and Adolescents. *Psychiatric Annals*, Vol 35 (5). pp. 390-398.

Von Franz, Marie Louise (1979). Alchemical active imagination. Zurich: Spring Publications.

Von Franz, Marie-Louise (1996). Interpretation of fairy tales. Boulder, CO: Shambhala Publications.

Von Franz, Marie-Louise (1997). Archetypal patterns in fairy tales. Toronto, Canada: Inner City Books.

Watson, John B. (1997). Behaviorism. Somerset, NJ: Transaction Publishers.

Yusuf Ali and A. Yusuf Ali (Trans.) (1990). The holy Qur'an: Text, translation, and commentary. New York: Tahrike Tarsile Quran, Inc.

© 2005 Nahoma Clinton. All Rights Reserved \* **Traduzione di Erica Ongaro**

**Articolo Originale in lingua inglese consultabile sul sito [www.aitherapy.com](http://www.aitherapy.com)**

**© posted 20.01.2010 [www.psicologia-energetica.it](http://www.psicologia-energetica.it) -diritti riservati-**