

Dr Maurizio Cagnoli

"La membrana è la prima invenzione della vita", scrive Didier Anzieu descrivendo l'involucro", cioè quel contenitore/ membrana che, individua / definisce / protegge lo spazio psichico individuale. Dalle caratteristiche di questa fondamentale componente della struttura psichica, che noi chiamiamo il "Confine del Sé", dipende lo stile di gestione delle relazioni, sia con il mondo esterno che con il mondo interno, cioè le proprie parti profonde.

L'I.Co.S, cioè l'indice del confine del Sé si basa su sette figure standard ed. è frutto di una ricerca clinica durata vari anni condotta da Loretta Saporà, psicologa e psicoterapeuta; è un test semiproiettivo che permette, attraverso la scelta tra queste immagini, di studiare le caratteristiche del confine personale, precisando:

- a. le caratteristiche della personalità, le sue strategie difensive rispetto al mondo esterno.
- b. l'orientamento basico della personalità rispetto a: isolamento, dipendenza, rispetto, equilibrio, suscettibilità, diffidenza, mutevolezza, fragilità, aggressività.

L'I.Co.S e il lavoro di miglioramento della vista con mezzi naturali.

Il test, che è molto semplice, è stato fornito all'inizio di ogni seminario di almeno 2 giorni di metodo Bates, per il miglioramento della vista con mezzi naturali, durante i corsi- vacanza di 7 giorni e ad ogni incontro (con cadenza mensile) della scuola per educatori visivi. Si è valutato solo la risposta basica, senza tenere conto delle numerose varianti che rendono l'Icos uno strumento molto duttile a fini di trattamento individuale.

Ipotesi di partenza che si sono volute verificare attraverso questo strumento

- 1) Esiste una correlazione tra alcune forme di percezione dei confini del sé e i diversi problemi visivi. Il profilo psicologico dei problemi visivi viene così arricchito.
- 2) Il lavoro sulla vista con mezzi olistici, modificando la percezione visiva, modifica la percezione dei confini del sé in senso soggettivamente positivo, e quindi il modo di relazionarsi con il mondo e con se stessi.
- 3) Miglioramenti apparenti del visus che non portino a cambiamenti nella percezione del confine del sé potrebbero essere più superficiali e quindi momentanei

La ricerca è stata condotta in collaborazione con la D.ssa Loretta Saporà, psicologa, psicoterapeuta, specializzata in psicodiagnostica e trattamento delle malattie psicosomatiche, creatrice dell' I.Co.S. Nel corso della ricerca, durata due anni le ipotesi si sono leggermente modificate:

- Si è effettivamente andata verificando una correlazione statistica tra i vari problemi visivi e la scelta di un determinato confine. Questo per contribuire a comprendere l'aspetto psicologico dei problemi visivi.
- Che particolarmente il lavoro svolto durante le vacanze di una settimana potesse cambiare profondamente il "punto di vista" di una persona, anche nel senso di cambiare il suo modo di relazionarsi con il mondo. E che l'indice del confine del sé fosse uno strumento particolarmente adatto a valutare questo cambiamento.
- Che applicare il test periodicamente durante un percorso di crescita, come la scuola di formazione per educatori visivi (in questo caso quella di Barcellona, 2° anno di corso), potesse essere un valido strumento per comprendere e superare i momenti di impasse di una persona.

Qui discuterò un po' le prime due. Definiamo i sette tipi di confini (non è permesso riprodurre l'immagine).

- 1) Corteccia. Un confine senza comunicazione con l'esterno, come essere circondati da un muro solido senza entrate né uscite. Da l'idea della necessità di difesa da un mondo che si percepisce nemico.
- 2) Spugna. Qui il confine quasi non esiste, la comunicazione è apertissima. Non vi è possibilità di difesa da invasioni.
- 3) Filtro. Un confine efficace, che può aprirsi o chiudersi a volontà in quanto esiste una “porta” controllabile.
- 4) Corteccia lacerata. Suggestisce il tentativo di difendersi, come in corteccia, ma in maniera inefficace: esistono larghi varchi che permettono l'invasione.
- 5) Macchia o blob. Ci si adatta, ma senza entrare realmente in contatto con l'esterno, piuttosto si sfugge il rapporto.
- 6) Trama. Qui il confine è impalpabile, quasi svanisce. Anche la percezione del sé è evanescente. Si è influenzabili, aperti al contatto e all'altro,
- 7) Stella. Di nuovo una forma chiusa, con in più una certa aggressività contro l'esterno. Una difesa attiva, diffidente.

Per i nostri fini è interessante anche la suddivisione in forme “barricate”, che suggeriscono un fronteggiare il nemico, e non barricate.

Barricate

Corteccia e Stella sono chiuse
 Corteccia lacerata è aperta

Non barricate

Macchia è chiusa
 Spugna e Trama sono aperte

Passiamo ai numeri

Su un campione di qualche centinaio di risposte ecco i dati che riguardano le scelte dei confini da parte dei miopi e dei presbiteri (questi ultimi senza altri problemi visivi importanti).

Miopi

1)	Macchia	30%
2)	Corteccia lacerata	20%
3)	Spugna	19%
4)	Trama	18%

Commento: la maggior parte dei miopi “se la cava” (macchia), si adatta. Una buona percentuale (Corteccia lacerata) vive male la sua situazione. Cerca sempre di difendersi, ma viene sconfitta. Un'altra grande parte è aperta ed influenzabile (spugna e trama). Mancano sia ego ipertrofici e aggressivi (corteccia e stella) sia personalità sicure e centrate (filtro)
 Notate adesso come sia diverso il panorama dei

presbiteri.

1)	Macchia	43%
----	---------	-----

2)	Corteccia lacerata	23%
3)	Corteccia	19%
4)	Filtro	13%

Macchia e Corteccia lacerata aumentano le loro percentuali. Spariscono le forme completamente aperte (tranne corteccia lacerata che rappresenta una volontà di chiusura travolta dall'esterno). Mi fermo qui, ma come vedete è possibile trarre altre conclusioni molto interessanti

“Prima della cura” e “dopo la cura”

Ed eccoci al piatto forte, quello più gustoso per noi appassionati della visione olistica. Abbiamo sempre sostenuto che il metodo Bates è un metodo olistico, che ha effetti benefici su tutto l'individuo, mente, corpo e spirito compresi.

Vediamo cosa è successo ai partecipanti di Holiday on Eyes degli ultimi due anni, nelle vacanze tenute in Italia e in Spagna. Si tratta di un campione di un centinaio di persone, di età e problemi visivi diversi, a volte anche seri.

Prima		Dopo	
1) Macchia	42%	1) Spugna	27%
2) Corteccia lacerata	17%	2) Trama	22%
3) Corteccia	12%	3) Macchia	17%
4) Filtro	10%	4) Filtro	14%

Eclatante, o no?

Notate la sparizione di corteccia e corteccia lacerata, i due elementi “barricati”. Il balzo al primo posto di spugna e trama, non barricati e aperti.

“Fiduciosa apertura” è il quadro che ne esce fuori. Vero è che probabilmente la vita di tutti i giorni potrebbe intaccare l'effetto positivo, come succede con tutte le vacanze, ma questa gente sa (perché l'ha visto “con i propri occhi”) che è possibile funzionare in modo diverso e che questo è invariabilmente accompagnato da una vista più chiara.

Anche la riduzione di macchia (quella che si adatta, ma evita il contatto) e l'aumento di filtro, indicano un acquisto di fiducia in se e di centratura.

L'Icos, come abbiamo detto prima, contiene anche molti altri parametri che servono ad evitare i rischi di fraintendimento e riducono la possibilità di interpretazioni grossolane. Per questo è adatto anche ad un uso più raffinato ed individualizzato, come potrebbe essere quello di uno psicoterapista con il suo paziente. Ma penso di avere dimostrato che può essere molto utile anche agli educatori visivi, e a molte altre categorie di operatori professionali.