

Maria Puliatti

Le emozioni intrecciate nel corpo

*Il ruolo della Psicoterapia corporea integrata
nell'esperienza traumatica*

Collana Psiche e dintorni

diretta da *Francesca Mamo e Loredana Petrone*



Alpes Italia srl – Via G. Gatteschi 23 – 00162 Roma

tel. 0639738315 – email: info@alpesitalia.it – www.alpesitalia.it

© Copyright

Alpes Italia srl – Via Gatteschi, 23 – 00162 Roma, tel. 06-39738315

I edizione, 2026

Maria Puliatti, Psicologa, sessuologa, psicoterapeuta. Terapeuta certificata in Psicoterapia Sensomotoria. Insieme a Michele Giannantonio ha portato in Italia la psicoterapia sensomotoria per il trattamento del trauma e dell'attaccamento (www.pscosoma.eu). Si occupa di psicotraumatologia, psicoterapia di coppia, psicoterapia della famiglia e in vari ambiti della psicofisiologia e psicosomatica clinica, sia come psicoterapeuta che come formatrice. Ha all'attivo numerose pubblicazioni scientifiche, tra cui *Prevenire il rischio di burnout in oncologia* (2014) e *Comunità per minori* (2014) entrambi Alpes edizioni, e *Psicotraumatologia. Interventi di stabilizzazione con adulti, bambini e adolescenti* (2017), insieme a Kekuni Minton, *La narrazione del corpo. La Psicoterapia sensomotoria integrata nella terapia di coppia* (2018) entrambi editi da Mimesis, *Psicoterapia sensomotoria, applicazioni cliniche e interventi integrati* (Alpes, 2022), *Regolazione sensoriale ed emotiva nei bambini* (Alpes, 2022), *Psicoterapia sensomotoria 2, applicazioni cliniche e interventi integrati* (Alpes, 2024), *Questionario analitico sui Disturbi Sessuali Femminili e da Dolore Pelvico* (Alpes, 2024), *Body Oriented Self and relational Compassion* (Alpes, 2024), *Mindful Somatic Resources Techniques* (Alpes, 2024). Vive e lavora come libera professionista a Milano.

In copertina: realizzazione del disegno con l'aiuto dell'I.A. di Gemini Nano Banana.

TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Tutti i diritti letterari ed artistici sono riservati.

È vietata qualsiasi riproduzione, anche parziale, di quest'opera.

Qualsiasi copia o riproduzione effettuata con qualsiasi procedimento (fotocopia, fotografia, microfilm, nastro magnetico, disco o altro) costituisce una contraffazione passibile delle pene previste dalla Legge 22 aprile 1941 n. 633 e successive modifiche sulla tutela dei diritti d'autore

Indice generale

<i>Introduzione</i>	V
Capitolo 1 – Dissociazione corporea e perdita di interocezione	1
Capitolo 2 – Senso di colpa e difficoltà nei confini interpersonali	19
Capitolo 3 – Vergogna, tensioni cervico-laringee e voce coartata	39
Capitolo 4 – Memoria corporea e narrazione del trauma	55
Capitolo 5 – Vergogna e fenomeni oculari: dallo spazio personale ai confini	63
Capitolo 6 – Il corpo congelato: paura, immobilità e blocchi somatici	77
Capitolo 7 – Il corpo che desidera: rabbia, assertività e confini attivi	91
Capitolo 8 – Vergogna e difficoltà di deglutizione	103
Conclusioni	115
<i>Bibliografia</i>	119

Introduzione

Il corpo è la prima memoria della nostra storia.

Ogni emozione, prima ancora di diventare parola, è un movimento, un ritmo, una variazione di tono, un atto fisiologico che parla di ciò che abbiamo vissuto e di ciò che abbiamo dovuto trattenere per sopravvivere.

Nella prospettiva della *psicoterapia corporea integrata* (PCI) e del modello **BODARI** (*Body Oriented Dual Attention Reprocessing and Integration*), il corpo non è un semplice contenitore dell'esperienza, ma il suo protagonista silenzioso: il luogo in cui la mente si traduce in gesto, e il trauma in disconnessione sensoriale.

Questo libro nasce dall'esigenza di restituire al corpo la dignità di interlocutore terapeutico.

Ogni capitolo esplora una dimensione specifica del trauma e delle sue manifestazioni corporee: la dissociazione interocettiva, la colpa e i confini, la vergogna che si esprime nella voce o nello sguardo, la memoria corporea che chiede di essere narrata, la paura che immobilizza, la rabbia che desidera e il corpo che, infine, torna a integrare deglutizione, voce e presenza come atti di vita.

Il percorso teorico e pratico proposto si fonda su tre assunti centrali:

1. Il corpo come mappa del trauma.
Le tensioni, i blocchi, le posture e i sintomi non sono errori da correggere, ma segni di un adattamento intelligente.
Ogni contrazione racconta una storia di sopravvivenza.
2. L'emozione come via di regolazione incarnata.
La paura, la colpa, la vergogna e la rabbia, se accolte nella loro fisiologia, diventano forze regolative.
Il lavoro terapeutico non cerca di eliminarle, ma di restituire loro ritmo, spazio e continuità.
3. La relazione come spazio di co-regolazione.

È nel campo terapeutico che il corpo impara di nuovo a fidarsi. Attraverso il ritmo, il tono di voce, lo sguardo e la postura del terapeuta, il sistema nervoso del paziente riceve il messaggio implicito: “puoi restare nel tuo corpo e non sei solo”.

Ogni sezione del libro integra prospettiva teorica, osservazione clinica e lavoro somatico in fasi, che accompagna il lettore–terapeuta dalla stabilizzazione alla reintegrazione.

Il linguaggio è tecnico ma profondamente umano: il corpo del paziente non è mai un oggetto di studio, ma un territorio di significato e relazione.

Il fine ultimo non è “correggere” la disfunzione, ma restaurare l’alleanza tra corpo, emozione e mente, permettendo all’esperienza traumatica di trasformarsi da frammento dissociato a narrazione incarnata.