

SCIÙMARE

clinica somatica, pratica di comunità

IL MANIFESTO

LA VISIONE

Sciùmare crede che il benessere dell'individuo sia indissolubile dalla salute del tessuto sociale. Il progetto nasce per abitare i conflitti e le potenzialità del **nostro territorio**, nella convinzione che ogni corpo porti in sé non solo una storia personale, ma una **memoria collettiva** che merita di essere ascoltata e liberata.

LA PROSPETTIVA

Sciùmare vede l'**oppressione sistemica** non come un concetto astratto, ma come una realtà biologica. Ispirandosi al lavoro di Resmaa Menakem, il progetto riconosce come le dinamiche di potere, le ingiustizie e i silenzi si sedimentino nel sistema nervoso sotto forma di **automatismi e schemi difensivi ereditati**. Sciùmare vede in queste risposte il tentativo di sopravvivenza di un'intera collettività: onorare questa funzione protettiva è la condizione necessaria per permettere a tali schemi di evolvere da automatismi reattivi a capacità di azione intenzionale.

IL METODO

Sciùmare opera attraverso le lenti della Psicoterapia Sensomotoria, della Teoria Polivagale e dell'Advocacy Somatica. Il progetto pone al centro la biologia della sicurezza e la co-regolazione: la guarigione non è un processo isolato, ma avviene nella relazione e nella comprensione dei **codici culturali**. Sciùmare pensa alla clinica come a un processo per riorganizzare le risposte del sistema nervoso, restituendo a ogni persona la propria **sovranità somatica** e la capacità di farsi testimone consapevole della propria verità corporea. Individua nei riti e nelle tradizioni tecnologie di co-regolazione somatica: attingere a queste radici permette di trasformare la memoria storica in risorsa attiva, favorendo il benessere e generando, come conseguenza naturale, una nuova identità non più definita dal trauma, ma dalla propria forza vitale.

L'INTERDISCIPLINARIETÀ

Sciùmare non concepisce la cura in isolamento. Il progetto si fonda sulla necessità di far dialogare la clinica con le arti, la sociologia, la storia, l'antropologia e l'attivismo. Sciùmare crede che solo l'incontro tra il rigore della **scienza** e la **pluralità di altri linguaggi** possa decostruire gli autostereotipi e le narrazioni limitanti, offrendo nuove lenti creative per guardare a se stessi e alla propria comunità. È un progetto aperto alla **contaminazione**, nato per essere uno spazio di ricerca e **scambio tra saperi** diversi.

LE AZIONI

- **Clinica Comunitaria:** Sciùmare agisce per portare la cura trauma-informata fuori dai contesti d'élite, rendendola un bene comune accessibile e condiviso. Promuove spazi in cui l'esperienza corporea diventa lo strumento per ricostruire il senso di appartenenza e partecipazione.
- **Ricerca-Azione:** Sciùmare è un laboratorio di osservazione e pratica che indaga come il trauma culturale modella il nostro modo di stare al mondo e la nostra biologia. Allo stesso tempo vede le pratiche collettive, artistiche e sociali quali leve per invertire questi processi generando cambiamento.
- **Narrazione e Testimonianza:** Sciùmare promuove nuove narrazioni, utilizzando l'arte e il movimento per documentare il passaggio dal silenzio alla parola e dalla rassegnazione all'azione. Il progetto punta a generare nuovi immaginari e visioni del possibile, trasformando il dolore in bellezza riparativa e il vissuto dei corpi in memoria viva per l'intera collettività.

L'IMPEGNO FINALE

Sciùmare agisce per la **giustizia somatica** con l'obiettivo di trasformare immobilità e reattività in **scelta consapevole**, restituendo a ogni corpo la propria autonomia somatica e un **ruolo attivo** nella costruzione della **comunità**.