Rosa dei Venti

SERVIZI PSICOLOGICI
E ASSISTENZA PSICHIATRICA

Per informazioni ed appuntamenti: **349.2126623**
rosadeiventi.bologna@gmail.com
www.rosadeiventi.bologna.it

Equìpe "Rosa dei Venti": curare le voci

A Bologna e provincia opera da diversi anni un gruppo di professionisti della salute mentale che ha dato vita alla "Rosa dei Venti" (www.rosadeiventi.bologna.it). L'equìpe multidisciplinare (composta da Psicologi, Psicoterapeuti, Psichiatri, Neurologi ed altri professionisti ancora) si occupa della cura e della riabilitazione di varie forme di disagio psicologico, emotivo e cognitivo ed è in grado di offrire interventi individualizzati e percorsi di cura anche complessi.

All'interno della "Rosa dei Venti" il Dott. Stefano Canini (Psichiatra-Psicoterapeuta) e la Dott.ssa Leni Semprini (Psicologa-Psicoterapeuta) si occupano da anni del trattamento di persone che sentono le voci. I dati di ricerca più accreditati sul fenomeno del sentire le voci stimano che questa esperienza coinvolge tra il 4% e l'8% della popolazione; gli stessi dati dimostrano che i 2/3 degli uditori di voci non presentano altri sintomi di malattia e che – a differenza di quando solitamente si crede - solamente 1 uditore su 6 rientra fra i criteri diagnostici per la schizofrenia.
Le premesse teoriche da cui prende avvio il lavoro dei due specialisti della "Rosa dei Venti" sono quelle attualmente adottate dal Movimento Internazionale degli Uditori di Voci, già diffuse a partire dagli anni '80 attraverso le ricerche e gli studi del Dott. M. Romme e della Dott.ssa S. Escher. In questa ottica, le voci vengono considerate come correlate a particolari esperienze di vita dell'uditore (particolarmente esperienze di tipo traumatico) con cui hanno una relazione che va individuata e gradualmente svelata affinché sia possibile elaborare, laddove possibile, le emozioni dolorose sottostanti. Gli interventi di aiuto e di cura messi a punto dal Dott. Canini e dalla Dott.ssa Semprini si sviluppano intorno al concetto di "recovery": con questo termine - mutuato dai paesi anglosassoni – s'intende la guarigione come un percorso in cui la persona si riappropria progressivamente del controllo sulla propria vita e riesce ad integrare le proprie esperienze esistenziali, non più considerate come sintomi di una malattia di natura biologica ma piuttosto come "messaggeri" di significati peculiari, che devono essere gradualmente compresi ed accolti. Il problema reale non è tanto l'udire le voci, quanto piuttosto l'incapacità di fronteggiarle.

Di seguito un piccolo elenco di consigli per gli uditori di voci, ma anche per chi sta loro vicino (familiari, amici e operatori) senza dimenticare che avvicinarsi alla persona che sente le voci vuole dire recuperare un "approccio umano" per potere comprendere questa esperienza ed aiutare l'uditore a ritrovare una propria "identità positiva".

Cosa può fare l'uditore di voci?
- comunicare e condividere la sua esperienza con gli altri (uscire dall'isolamento);
- rivolgersi a persone che lo possano aiutare a vivere e a comprendere la propria esperienza;
- imparare strategie per fare fronte alle voci mantenendo un controllo su di esse e su se stesso ("vivi la tua vita, non quella delle tue voci!", Ron Coleman);
- imparare a conoscere le proprie voci e cercarne il significato, anche mettendole in relazione con la propria storia di vita.

Cosa possono fare gli altri?
- ascoltare l'esperienza della persona che sente le voci considerandola "reale" ("tutto ciò che è creduto esiste", Salvini);
- evitare di considerare le voci come un tabù e di giudicare la persona che le sente;
- incoraggiare la persona ad informarsi sull'argomento;
- sostenere l'uditore perché possa fare fronte all'angoscia ed alla paura che è spesso associata all'esperienza di sentire le voci;
- aiutare l'uditore a mantenere o a recuperare una vita normale e soddisfacente (lavoro, relazioni sociali, autonomia), nonostante le proprie voci.

INTERVISTA

Dott. Canini, ci spieghi meglio, chi sono gli "uditori di voci"?
Il fenomeno dell'udire le voci accompagna l'uomo da sempre e la connotazione che ne viene data dipende dall'epoca storica, dal contesto sociale, da chi fa la valutazione. Nell'immaginario collettivo molte persone differenti: i matti, persone pericolose, quelli che sono diversi da noi; ma anche chi è in contatto con il soprannaturale, chi è in grado di trasferire agli uomini la voce di Dio, i santi. Nel nostro mondo Occidentale tendiamo più facilmente ad interpretarle come sintomo di una malattia psichica, che il più delle volte consideriamo come molto grave. Alle volte può essere così (in percentuale piuttosto bassa), il più delle volte il sentire voci è invece l'espressione di un evento traumatico intercorso nella vita, oppure anche semplicemente espressione di un qualcosa di cui a tutt'oggi non possediamo una definizione precisa. Non dobbiamo dimenticare infatti che circa i 2/3 delle persone che sentono le voci non sentono il bisogno di ricorrere a nessun tipo di aiuto, poiché le loro voci sono perfettamente integrate nella loro vita di tutti i giorni, risultando di supporto, come commento positivo dell'esistenza.
Quindi, Dott.ssa Semprini, in cosa consiste il vostro intervento?
Il nostro lavoro ha l'obiettivo di aiutare l'uditore di voci ad "integrare questa esperienza straordinaria in una vita ordinaria": per fare questo lavoriamo insieme alla persona (per cui le voci hanno rappresentato un momento di cambiamento traumatico dell'esistenza) e ai suoi familiari (che sono spesso coinvolti dall'esperienza dell'uditore) per attivare tutte le strategie possibili di aiuto, compreso il fatto di ritrovare per l'uditore ruoli sociali e definizioni identitarie positive. Il lavoro che cerchiamo di fare - e che facciamo già da una decina d'anni - è quello di dare una connotazione precisa alle voci (quindi imparare a conoscerle e ad accettarle nella propria vita), di insegnare a fronteggiarle in modo che non risultino invasive nè disturbanti (quindi cambiare il rapporto di potere tra l'uditore e le voci), di non temerle ma considerarle espressioni di quanto detto prima (quindi ricercarne e arrivare a comprenderne il significato). Il lavoro psicologico, sia individuale che di gruppo, mira ad ottenere questi risultati. La nostra esperienza ci dice che il metodo e le tecniche di lavoro che utilizziamo, consentono all'uditore e a chi gli sta vicino di ritrovare la fiducia in sé stesso e la speranza in una guarigione possibile e, a volte, lo aiutano ad uscire da percorsi psichiatrici lunghi e dolorosi, costellati di tentativi ed insuccessi...
Per insuccessi intendete anche la terapia farmacologica?
No: la terapia farmacologica può essere un supporto utile, necessario o anche indispensabile per fronteggiare l'angoscia che spesso è associata al fatto di sentire voci critiche o negative. Il punto è che il curante non consideri le voci come sinonimo di una malattia grave ed incurabile, bensì le valuti come espressione di una sofferenza che non ha ancora trovato una rappresentazione positiva nel pensare e nel sentire della persona e, naturalmente, che non ritenga l'intervento farmacologico l'unica modalità di intervento possibile.

Dott.ssa Leni Semprini
Psicologa-Psicoterapeuta
Mediatrice Familiare

Dott. Stefano Canini
Psichiatra-Psicoterapeuta

"human(t)races" by Mauro Antonelli