

Psicologi & Psicologia in Sicilia



Notiziario dell' Ordine degli Psicologi
della Regione Siciliana

Dicembre 2021

**Una prospettiva ampia
sulla professione**

Indice

Esperienze Cliniche

- 3 **La comunità terapeutica come luogo di recupero e di ricostruzione delle relazioni**
di Antonino Iacolino
- 7 **La ricerca del senso di sé in adolescenza tra limiti e possibilità**
di Teresa Maggio e Veruska Schillaci

Testimonianze

- 10 **Padri separati**
di Gabriella Papadia
- 13 **Dalle Paralimpiadi alla Sicilia: l'esperienza e l'incontro tra lo psicologo dello sport ed un atleta di alto livello**
di Diego Armando Cammarata e Roberta Alosi, membri del Gruppo di Lavoro "Psicologia dello sport"
- 17 **Psicologia e ricerca scientifica: un dialogo possibile**
a cura del Gruppo di Lavoro "Psicologia e ricerca scientifica: stato attuale e prospettive future"
- 20 **Uno spazio per gli operatori**
di Daniela Angela Sprio

Spunti di riflessione

- 23 **Motivazione e smart working"**
di Antonio Signorello
- 25 **Istigazione all'anorexia**
di Gaia Principe

Recensioni

- 26 **La forza dello Spirito. Itinerari analitici**
di Rosario Puglisi

La comunità terapeutica come luogo di recupero e di ricostruzione delle relazioni

di Antonino Iacolino

I molti volti del disagio sociale e della sofferenza psicologica, oggi hanno in comune una medesima difficoltà: l'incapacità dell'individuo a relazionarsi. L'incremento dei numeri di giovani che fanno uso di sostanze e di persone con problematiche di dipendenza patologica, rappresentano un'emergenza per il Nostro Paese. Dal punto di vista psicologico assistiamo all'immagine del soggetto addicted prigioniero di un'arida solitudine, in cui la relazione, ha assunto caratteristiche di un legame assoluto che lo rende orfano della relazione con l'altro. Un ruolo importante nel recupero e nel trattamento delle persone con problematiche di dipendenza sono oggi le comunità terapeutiche all'interno delle quali, prende forma la cultura della vita nella relazione con l'altro, in cui quotidianamente gli operatori [1] attraverso un lavoro di rete (pubblico e privato) si sforzano di accogliere, comprendere, dialogare e conoscere i molteplici volti della sofferenza e comprendere le cause, portandola a recuperare quelle abilità emotive, cognitive, sociali, relazionali, che le dipendenze hanno cancellato portandolo a riscoprire la propria identità e dignità di uomo. Secondo una prospettiva della Gestalt Therapy la dipendenza è l'esito funzionale di una esperienza relazionale che non si integra più nello sfondo. La persona con problematiche di dipendenza infatti è rimasta legata ad una fase dello sviluppo e non ha avuto la possibilità di destrutturare ed assimilare le

esperienze sane, rimanendo in una posizione di confluenza con la sostanza, perdendo la spontaneità del contatto, l'energia e la pienezza del corpo. Citando le parole di G. Salonia: "chi è affetto da addiction, è bloccato in una esperienza relazionale il cui il piacere diventa "nel qui ed ora" vincolo e non più risorsa, un'interruzione di contatto, una esperienza di scissione, in cui l'individuo è bloccato nel suo processo di crescita, sperimentando un vuoto affettivo. L'intenzionalità di contatto, che non si è conclusa," rimane così aperta, in attesa che qualcosa spinga l'organismo verso un'esperienza di crescita al confine di contatto". Gli studi condotti sugli stilidi attaccamento su popolazioni di tossicodipendenti, continuano ancora oggi a confermare l'idea secondo la quale, la tossicodipendenza, rappresenta l'esito di un fallimento relazionale precoce [2] in cui il bambino non avendo ricevuto il necessario sostegno per la costruzione di contatti sani con l'ambiente [3], arretra dal coinvolgimento dell'esperienza di contatto, trovando sostegno in un sostituto che rappresenta l'instead-of della relazione. Le storie familiari di cui sono portatori gli ospiti delle nostre comunità terapeutiche, sono storie di vita i cui legami sono spezzati, frammentati ed impantanati in territori di non-senso, conducendo il paziente a rallentare il proprio percorso maturativo e a bloccare ogni compito evolutivo. Ciò che noi sperimentiamo attraverso il lavoro terapeutico è

che la persona e, molto spesso, la sua famiglia, non sono più in grado di leggere la realtà ed interagire con essa, poiché non riescono più a sostenere i propri ruoli. Oggi la comunità terapeutica attraverso i suoi strumenti, può essere considerata Setting terapeutico privilegiato, un potente attivatore di salute mentale intesa come la capacità dell'organismo di identificare i propri bisogni, di fare una esperienza sana e spontanea sia con l'ambiente fisico che relazionale. Secondo la Relazione annuale sui dati relativi allo stato di salute delle tossicodipendenze in Italia, (Politiche Antidroga 2017), le strutture socio riabilitative private accreditate presenti nel territorio nazionale sono: 922 di cui il 70,4% sono di tipo residenziale, il 16,3% di tipo semi residenziali ed il 13,3% sono ambulatoriali. Nel nostro Paese nel 2017 i soggetti in trattamento presso le strutture socio-riabilitative private accreditate sono state 15.412, circa 500 in più rispetto al 2016. Trentino Alto Adige, Emilia Romagna, Marche, Umbria e Lazio mostrano tassi più elevati di soggetti in trattamento (3 per 10.000 abitanti). A livello territoriale il 58% delle strutture socio-riabilitative private accreditate presenti in Italia è dislocato nelle regioni del Nord; il 19% del totale delle strutture si trova nelle regioni centrali e il restante 23% nelle regioni del Sud e nelle Isole. La Comunità Terapeutica dal punto di vista tecnico, deve i suoi principi e modelli teorici e la sua operatività a diversi autori: Maxwell Jones e W. Bion, T. Main, S.H. Foulkes e Rapaport che nel (1960) ha definito i principi basilari su cui si fonda una comunità: tolleranza, democrazia, confronto con la realtà. Negli anni '80, altri autori Zimmermann e Rapaport, introdussero il termine empowerment per indicare una caratteristica distintiva di alcuni loro pazienti che era determinante

per una buona riuscita del percorso comunitario. Nel nostro Paese, le prime esperienze di comunità terapeutiche per la prevenzione e la cura delle dipendenze nascono negli anni '70 ad opera di gruppi religiosi e del volontariato, tra le più importanti ricordiamo il "Progetto Uomo" del Ceis (don M. Picchi) ed in Sicilia l'Associazione "Casa Famiglia Rosetta". Possiamo definire la "Comunità Terapeutica" una struttura di lavoro clinico-residenziale, una rete di contesti di vita e di lavoro che funzionano nel "qui ed ora" come "ambienti abilitanti", un lo Ausiliario all'interno di un complesso sistema relazionale, nei quali si attiva una convivenza comunitaria tra Persone e Gruppi di Persone (pazienti, operatori, familiari, manager, committenti, volontari e facilitatori sociali, ecc.) che condividono norme, regole psico affettive e relazionali che rimandano ad una famiglia sana, autorevole nel rispetto reciproco dei ruoli e delle funzioni, nella quale nessuno dei componenti si può percepire escluso o minacciato. Facendo riferimento ancora ad altre definizioni, la Comunità terapeutica ancora, può essere definita un "Campo mentale" ovvero l'organizzazione relazionale che offre senso all'insieme delle esperienze cognitive, emotive ed affettive di una comunità in un tempo storico (Pontalti, Menarini, 1994). Il campo mentale di una comunità, può essere identificato come un "campo gruppale" in grado di fondare nuovi spazi relazionali e di appartenenza, che costringono di conseguenza gli individui che la "abitano" ad accogliere sempre nuovi pensieri e nuovi valori (Di Maria, 1993). Secondo le parole di Bin Kimura La comunità Terapeutica può essere intesa come Traità' (Bin Kimura, 2013) in cui Spazio, Tempo e Relazione risultano intrinsecamente connessi, fanno parte della terapia, diventano chiavi

ermeneutiche non solo per accogliere, orientare, ma soprattutto per fare esperienza, ed aiutare la persona addicted a costruire la propria competenza al contatto. La comunità terapeutica con i suoi strumenti ed i suoi operatori, contribuisce nel "qui ed ora" ad essere un sistema dinamico e complesso, un Organismo vivente che fa sì che nell'incontro con l'altro, la persona addicted possa ritrovare nel "qui ed ora" le parti autentiche di sé che non è riuscito a trovare "lì ed allora" facendo sì che la comunità, diventa il luogo esperienziale, un non luogo, un luogo di passaggio, un luogo di contatto in cui l'operatore e l'ospite si incontrano in un continuum di consapevolezza. Nel lavoro terapeutico di tipo comunitario, non dimentichiamo un ruolo importante rivestono la salute ed il benessere degli operatori che nelle loro funzioni affettive, sociali e relazionali, rimandano ad uno stile di attaccamento sicuro. (Bowlby-Ainsworth). Ma perché ciò possa accadere è necessario una formazione continua e costante, supportata da una supervisione individuale e di gruppo tale da fare acquisire consapevolezza delle proprie ferite (operatore/guaritore ferito) e anche dei propri limiti nel processo della cura. La Comunità Terapeutica "Casa Famiglia Rosetta" con il suo programma ed i suoi operatori ed i suoi modelli teorici, continua a presentarsi come un "ambiente abilitante" in grado attraverso una grammatica relazionale di aiutare la persona ad essere attore-protagonista del proprio processo di cambiamento. "Il Progetto Uomo" dell'Associazione Casa Famiglia Rosetta è programma trattamentale che attraverso le sue tre fasi (Accoglienza, Comunità e Rientro) continua ancora oggi ad esprimere la centralità dell'uomo lungo un continuum di consapevolezza che si avvicina ad una prospettiva trasformativa in tutte

le modalità dell'essere uomo. Esso infatti, secondo una lettura gestaltica può essere in tal modo paragonato all'esperienza del ciclo di contatto in cui Organismo ed Ambiente si incontrano (pre-contatto, contatto, contatto pieno e post contatto) rivitalizzando nella persona addicted le interruzioni di contatto causate dalla malattia. Citando Buber (1965) "L'essere umano, è per essenza, dialogo il quale trova la sua piena realizzazione nella comunicazione con l'altro". Attraverso il cammino terapeutico, ogni ospite è chiamato ad incontrare sé stesso e dialogare con l'altro, l'uomo addictive si fa IO, non più nella sostanza, ma nella relazione con l'altro ovvero con il TU". La Comunità Terapeutica potrebbe essere interpretata non solo come un contesto di apprendimento- cambiamento ma soprattutto un ambiente di vita, di living learning in cui l'IO si incontra con il Tu al confine di contatto. Il Tu che incontro nella relazione, è al pari dell'IO, unico, irripetibile ed autentico. La comunità dunque costituisce un contesto relazionale dove l'IO della persona addictive impara a fare una nuova esperienza relazionale procedendo verso la sua vera autenticità. Secondo la psicologia analitica quanto sopra espresso, rimanda al processo di individuazione attraverso il quale, l'ospite in trattamento, dall'essere "Maschera/Persona," procede verso l'Essere/Individuo cioè un soggetto armonico e vitale in tutte le sue dimensioni esistenziali sia interne che esterne. La persona in trattamento attraverso il programma terapeutico recupera la Funzione del Sé (Funzione ES, -Funzione IO -Funzione Personalità'), acquisisce autenticità e vive in un continuum di consapevolezza. Infine la comunità terapeutica, diventa una palestra relazionale, luogo dell'identità emotiva, sociale e cognitiva che toglie il potere alla sostanza e dona il

potere alla parola per esprimere le sensazioni e le emozioni di un corpo in relazione. Attraverso la partecipazione attiva alla vita quotidiana della comunità, gli ospiti partecipano meglio alla vita nella comunità sociale, sostenendo così processi di convivenza politica, sociale, democratica e non per ultima quella spirituale. La comunità, quindi non è soltanto il luogo dove l'individuo incontra se stesso ma anche il luogo, il Kairòs, che apre al Trascendente. Citando le parole di Padre Vincenzo Sorce nel suo libro "Un Prete in avanti" dice... "laddove l'uomo, ritorna alla relazione con il Signore e gli mostra il suo volto e gli fa sentire la sua voce; là, si realizza la guarigione."[4]

Concludendo "Solo esprimendo la propria intenzionalità al contatto, la persona riesce ad esprimere la propria autenticità".

Note

[1] medici, psicologi, assistenti sociali, educatori.

[2] Pintus, Pg.75 La relazione assoluta.

[3] poiché l'adulto si è ritirato precocemente dal confine di contatto.

[4] P.Sorce, cit. Prete in Avanti, Pg 37 Edizioni solidarietà, Caltanissetta 2018

Bibliografia

Bin Kimura, Per una fenomenologia dell'incontro, Il pozzo di Giacobbe 2013;

P. Cavaleri, Vivere con l'altro, per una cultura della Relazione, Città Nuova, 2007;

M. Coletti; L. Grosso; la comunità terapeutica per persone tossicodipendenti, Edizioni Gruppo Abele; L. Brunori, C. Raggi; Le comunità Terapeutiche, Il Mulino, 2007;

G. Pintus; La relazione Assoluta a cura di G. Pintus, M.V. Crolle Santi; Aracne;

G. Buono, G. Gagliardi; L'agire Terapeutico in Comunità, Edizioni Universitarie Romane, 2007;

G. Salonia, V. Conte, P. Argentino Devo sapere subito se sono Vivo, saggi di psicopatologia gestaltica, il Pozzo di Giacobbe 2013;

G. Saònia, Sulla Felicità e Dintorni, tra corpo, parola e tempo, Il Pozzo di Giacobbe, 2011;

P. Argentino, Comunità terapeutiche e psicoterapia della Gestalt in Quaderni di Gestalt, N.24/25, 1997;

La ricerca del senso di sé in adolescenza tra limiti e possibilità

di Teresa Maggio, Veruska Schillaci

La visione dell'adolescenza è spesso mediata dallo sguardo preoccupato dell'adulto che si sofferma soprattutto sui repentini e destabilizzanti cambiamenti, senza cogliere il valore di quell'inquietà creatività che apre le porte alla sperimentazione del mondo e di sé.

Ad una visione centrata sui cambiamenti biologici, psicologici e sociali la psicoterapia della Gestalt affianca una lettura fenomenologica ed esistenziale dell'adolescenza che supera la concezione dello sviluppo come il susseguirsi di fasi sempre più complesse, per coglierne la ricerca di senso e l'intenzionalità relazionale insita nel processo di crescita.

Già Perls e al. (1997, p.114) affermavano che "costituisce un linguaggio inadeguato parlare di un atteggiamento infantile come qualcosa da superare e di un atteggiamento maturo come di una meta contrastante da raggiungere".

L'adolescenza, in un'ottica sincronica di sviluppo, si pone allora come passaggio della soglia (Arioli, 2013) in cui l'attenzione non è tanto rivolta agli aspetti normativi e valutativi quanto piuttosto agli aspetti processuali che ne caratterizzano e alimentano la comparsa.

In tale ottica invece di parlare di adolescenza, potrebbe essere più pertinente parlare di processi adolescenziali, ponendo l'attenzione alla "qualità globale dell'esperienza adolescenziale".

Porre l'attenzione sulla qualità dell'esperienza che emerge dal campo relazionale consente, prima di tutto, di spostare il focus d'osservazione dall'adolescente al campo nel quale è inserito, quindi dall'individuo al contesto non solo familiare ma anche sociale. Gli adolescenti sono lo specchio della società e come tali ne rappresentano le risorse ma anche i bisogni e le mancanze.

Mai come in questo periodo di pandemia quanto affermato assume un valore e una complessità tale da imporre all'adulto l'obbligo di riflettere sul suo ruolo educativo e di guida. Oggi più che mai, gli adolescenti hanno bisogno di adulti che si accorgano di loro, che facciano percepire e accettare il limite che loro stessi si trovano a dover fronteggiare e che spingano il loro sguardo al futuro, un futuro possibile e desiderabile. Questa pandemia rende necessario quanto è sempre stato fondamentale nel sostegno alla crescita: riconoscere la valenza educativa del limite e al contempo l'importanza di riscoprire la speranza e il valore dei sogni.

Il focolare domestico è tornato ad essere il centro della vita di tutti noi, abituati a vivere sparsi per il mondo e a ritrovarci distrattamente al momento della cena, spesso consumata con gli sguardi persi dietro uno schermo. Questo momento di grande privazione sociale ci impone un ritorno "forzato" agli affetti e, nella mancanza, ci fa ri-sentire l'importanza della presenza.

Oggi "l'obiettivo (terapeutico) nella società

contemporanea non può più essere lo svincolo, o l'individuazione, ma al contrario deve essere l'appartenenza, il radicamento, il senso profondo dell'essere-con. Se negli anni 70 il problema della società occidentale era la negazione dell'aggressività oggi è la negazione del bisogno di radicamento" (Spagnuolo Lobb, 2011).

Spesso l'incapacità di gestire la reazione dei propri figli di fronte al limite fa sì che i genitori rinuncino al proprio ruolo normativo, preferendo un atteggiamento accomodante che li pone al riparo dalla conflittualità. In un campo come questo, gli adulti (genitori o insegnanti) non sono più dei veri punti riferimenti per il giovane e assumono posizioni paritetiche che celano "la difficoltà (...) di assumersi la responsabilità illimitata che il loro ruolo educativo comporta" (Recalcati, 2013).

Genitori e figli si trovano ugualmente impegnati nella ridefinizione dei rispettivi modi di essere attraverso un processo di co-evoluzione che investe l'intero campo familiare e che fa emergere la qualità del ground relazionale fin'ora costruito.

Diventa prioritario sostenere il bisogno dell'adolescente di "sentire se stesso nella relazione con l'altro", prima di sostenere qualsiasi movimento di differenziazione di sé.

Attraverso la costante dialettica fra se e l'altro, fra ciò che si è e ciò che si vorrebbe essere, fra ciò che si aliena o si trattiene, nel complesso movimento di destrutturazione della realtà insito nella voglia di esplorare, sperimentare e di ad-gredere, l'adolescente determina se stesso e il suo modo di essere nel mondo.

La percezione di sé dell'adolescente, che risente notevolmente dei cambiamenti e delle trasformazioni che avvengono a livello neurobiologico, a sua volta è mediata da una

maggiore capacità di essere osservatore di se stesso e del mondo, ovvero da una maggiore capacità autoriflessiva la cui valenza trasformativa si esplicita nelle domande esistenziali che l'adolescente porta: Chi sono io per te? Anch'io devo morire? Che ruolo ho in questa famiglia, in questa scuola in questa comunità?

Sostenere il giovane adolescente nell'individuare il contributo che può dare, in questo momento, all'interno della sua famiglia e del suo gruppo di appartenenza, consente di non interrompere il processo di sviluppo e di ricerca di senso, reso ancora più complesso dalla limitazione della socialità a cui è, suo malgrado, sottoposto.

Secondo Siegel (2014), le fibre della corteccia prefrontale coinvolte nei processi neurobiologici di questo periodo, possono raggiungere una maggiore integrazione sia attraverso l'interazione positiva con gli altri che con degli esercizi e pratiche di autoriflessione (mindsight) che in Psicoterapia della Gestalt possono essere accomunati alla tecnica della concentrazione. Tale tecnica "consiste nel focalizzare l'attenzione su qualche aspetto della propria esperienza: la respirazione, una sensazione, una emozione, una immagine, qualcosa di esterno come un suono, ecc..." (Macaluso, 2013, p. 120).

Ciò evidenzia come l'esperienza abbia un ruolo fondamentale nel processo d'integrazione cerebrale: "la mente, è sia incarnata-nel corpo-sia radicata nel contesto sociale-nelle relazioni. La mente è in noi e fra noi" (Siegel, 2014 p. 105).

L'esperienza, affermano Perls e Goodman in Teoria e pratica della psicoterapia della Gestalt (1997, p.37) "... si verifica ai confini tra l'organismo e il suo ambiente, fondamentalmente nell'epidermide e negli organi di risposta sensoriale e motoria" e viene da noi colta, nella sua globalità attraverso i

processi percettivi.

Gli adolescenti ci richiamano alla presenza. Attraverso un approccio estetico, sintonizzandoci con i movimenti dell'adolescente e risuonando insieme, potremo coglierne la bellezza nella loro energia e vitalità, la loro fiducia nonostante tutto e il loro coraggio. Siamo chiamati a sostenerli nel trovare e sperimentare modalità di espressione consone alle attuali richieste ed esigenze sociali, così antitetiche rispetto ai loro bisogni di apertura e sperimentazione e a fornire un esempio di imperfezione che gli consenta di convivere con la propria, affidandoli al futuro con il senso del limite e la forza del possibile. Sarà necessario rispettare il loro bisogno di riservatezza, di intimità e i loro silenzi in un periodo in cui il loro spazio si è drasticamente ridotto e accettare che in loro possano convivere il bisogno di essere coccolati con quello di essere lasciati liberi di sperimentarsi.

Esserci vuol dire anche lasciarli liberi di vivere i loro sogni riconoscendoli come "altro da noi", insegnandogli che non c'è l'amore è più grande di quello che concede la libertà di essere se stessi.

Bibliografia

Aioli A. (2013) Questa adolescenza ti sarà utile: La ricerca di senso come risorsa per la vita..

Franco Angeli, Milano

Macaluso A.M. (2013) Concentrazione gestaltica, mindfulness e processi integrativi del cervello in.

Cavaleri P.A., a cura di, Psicoterapia della Gestalt e neuroscienze. Franco Angeli, Milano, 2013

pag.119-135

Perls F. (1942), L'io, la fame, l'aggressività, Franco Angeli, Milano, 1995.

Perls F., Hefferline R., Goodman P. (ed.1997), La terapia della Gestalt: eccitazione e accrescimento nella personalità umana, Astrolabio, Roma, (trad. or.1951).

Recalcati M. (2013) Il complesso di Telemaco.

Genitori e figli dopo il tramonto del padre, Feltrinelli, Milano.

D. Siegel (2014), La mente adolescente, Cortina Raffaello,

Spagnuolo Lobb M. (2000), Papà mi riconosci?

Accogliere la diversità dei figli oggi, in Quaderni di Gestalt, n. 30/31, pag. 94-99.

Spagnuolo Lobb M. (2004), Diventare genitori nella società post-moderna, in Romano RG., a

cura di, Ciclo di vita e dinamiche educative nella società post-moderna, Franco Angeli, Milano,

pag. 211-228.

Spagnuolo Lobb M. (2010), Fenomenologia e psicoterapia della Gestalt. Dall'evidenza naturale

all'estetica del contatto, in Quaderni di Gestalt, n. XXIII/1, pag. 5-13

Spagnuolo Lobb M. (2011), Il now-for-next in psicoterapia. La psicoterapia della Gestalt

raccontata nella società post-moderna, Franco Angeli, Milano.

Padri separati

di Gabriella Papadia

*"Mi sento con le gambe spezzate,
e con queste dovrò correre e gareggiare, in una corsa che è la vita per i figli.
Con tutti gli sforzi da compiere, temo che i miei figli mi vedranno sempre "di serie b".
Così non mi sento e non mi sentirò mai realizzato nel ruolo di padre,
iniziato con coscienza ed entusiasmo e, in seguito, svilito da freddi accordi legali"*

Paolo

Paolo è un padre separato che come tanti altri padri separati si è ritrovato a vivere la paternità risucchiato da un vortice penoso di controversie che mette in discussione il ruolo di padre stesso.

Oggi un padre separato non è solo un padre che non può permettersi di svolgere a pieno la funzione paterna: nella maggior parte dei casi di separazione, i padri sono costretti a rivisitare del tutto la propria identità genitoriale.

Le nuove configurazioni familiari e le nuove modalità di relazione tra le generazioni auspicano il raggiungimento di una parità di diritti e doveri tra uomini e donne che spesso assumono le sembianze di specchietti per le allodole.

I padri separati, infatti, vengono spesso definiti "i nuovi poveri" che vanno alle mense gratuite e nei dormitori date le numerose difficoltà economiche, causate, spesso e volentieri dall'obbligo dell'assegno di mantenimento all'ex coniuge e ai figli.

Nonostante la legge preveda una ripartizione equa degli oneri in forma proporzionale al reddito,

l'assegno di mantenimento aspetta i padri separati al varco ed è sempre puntuale: padri come bancomat.

I dati statistici evidenziano una povertà crescente di molti padri separati che non riescono a pagare l'affitto. La legge 54/2006 disciplina il principio "per cui entrambi i genitori hanno il diritto e il dovere a provvedere all'educazione, l'istruzione e il mantenimento dei figli, anche al di fuori del matrimonio", ma è davvero così? Anche i padri, una volta lontani dal focolare domestico, riescono a provvedere al fabbisogno giornaliero dei figli in questi termini?

La lotta tra coniugi sembra riportare in vita quella figura di padre "breadwinner" predisposto solo ed esclusivamente al sostentamento economico della famiglia, una lotta che distrugge il caregiving paterno e la relazione con i figli. Si parla, infatti del rischio di "atrofizzazione o dissoluzione del ruolo paterno, evocato da termini come assenza, dimissioni, diserzione o defezione del padre".

Siamo di fronte a uno scenario in cui l'esercizio

congiunto della potestà genitoriale viene decisamente messo in discussione.

La lotta dei padri separati ha inizio con un iter giudiziario al termine del quale verrà stabilito un genitore collocatario; soltanto in pochissimi casi questo è il padre.

La dimensione psicologica così viene messa a repentaglio. La letteratura scientifica, riporta, infatti, casi di distress psicologico, episodi depressivi e sentimenti di frustrazione come prodromi di burnout.

La necessità di non scollarsi dai figli ha portato tantissimi padri a ritrovarsi nell'associazionismo. Le associazioni, infatti, si ritrovano ad essere luoghi privilegiati in cui sembra possibile preservarsi come padri, luoghi in cui la perdita viene allontanata a favore della ricerca di una paternità solida.

L'associazione più numerosa sul territorio italiano è l'Associazione Padri Separati, la cui finalità è proprio quella di tutelare e preservare la paternità ferita e destabilizzata dalla separazione e dal divorzio. Lo scopo dell'Associazione Padri Separati non consiste solamente nel supportare i padri in un momento in cui potrebbero emergere delle triangolazioni familiari disfunzionali ma nell'istituire un sistema di supporto che accompagni i padri a rimodulare una nuova funzione paterna in vista di un cambiamento che si orienti verso nuovi scenari in cui essere un padre separato non costituisca uno stigma ma un nuovo modo di essere padre.

L'Associazione Padri Separati è stata fondata nel 1991, ha sede a Bologna e opera in tutto il territorio nazionale.

Nel 2018 l'Associazione Padri Separati è stata convocata dalla Commissione "Affari generali e istituzionali", riunitasi in seduta congiunta con la commissione "Sanità, Politiche sociali, Sport,

Politiche abitative" per un'udienza conoscitiva sui servizi per genitori separati e divorziati in difficoltà economiche.

Partendo dal presupposto che la paternità è prima di tutto una realtà sociale, la mission dell'Associazione è quella di garantire ai padri che decidono di associarsi un aiuto concreto e una tutela completa rispetto alla complessità delle problematiche esposte in un'ottica multifattoriale, ovvero una difesa civile e penale unite al supporto psicologico.

Come sostiene l'avvocato Marina Bonfiglio, "quando si ha la sensazione che la propria vita vada in frantumi è fondamentale trovare l'appoggio di un legale che sappia comprendere e consigliare le migliori soluzioni".

Uno degli obiettivi dell'Associazione, si configura, quindi, nel contrasto a quella vulnerabilità sociale vissuta come un nuovo assetto di vita, dove la crisi, economica e psicologica, diventa parte della routine quotidiana. Da qui, l'obiettivo principale di aiutare i padri a riconquistare una genitorialità ferita, quasi persa, che spesso contempla un disinvestimento emotivo nei confronti della prole.

Considerata la frequenza con cui le dinamiche penali si accostano alle dinamiche connesse alla frantumazione del rapporto con i figli, diventa per l'associazione interesse principale quello di interconnettere difesa, mediazione familiare e tutela psicologica.

Durante le diverse fasi dell'iter processuale e le tristi dispute per la custodia dei figli, la figura dello psicologo si colloca all'interno di una presa in carico globale che si prefigge l'obiettivo di sostenere e supportare una genitorialità messa in crisi, al fine anche di sviluppare nuove modalità di essere genitore, contestualizzate alla richiesta di nuova

identità genitoriale.

I padri, pertanto, hanno la possibilità di ripensarsi come genitori che rispondono a bisogni familiari diversi e in tal senso sviluppano una progettualità futura insieme ai figli.

Il supporto psicologico alla paternità lesionata mira inoltre a fronteggiare la possibile insorgenza di sindromi ansioso-depressive che ostacolerebbero il raggiungimento degli obiettivi in sede giudiziaria. Non prendersi cura della paternità equivarrebbe ad annientare la funzione simbolica del padre, necessaria figura di congiunzione all'interno della diade madre-figlio.

Una società che dà per scontato che un padre non possa essere sufficientemente buono quanto una madre porterebbe all'estremo quel concetto di "padre evaporato" di cui ci parla Lacan, rischiando di sostituirlo con quello di padre scomparso.



Riferimenti bibliografici

Caffio, I. (2016). Massimo Recalcati, Il complesso di Telemaco. Genitori e figli dopo il tramonto del padre. *Psychofenia: Ricerca ed Analisi Psicologica*, 102-106.

Drei, S., & Carugati, F. (2003). Il ruolo del padre nella ricerca psicologica recente. *Età evolutiva*. GENOVA, I. C. D. M. E., & MERULLO, E. I padri separati. Le possibili risposte delle politiche sociali

Murgia, A., & Poggio, B. (2011). Padri che cambiano. Sguardi interdisciplinari. nuove esigenze, in «Anthropotes», (1999), n. 1, p. 147.

Ongaro, I. P. (2005). La ricerca padri separati: la condizione socio-economica dei separati e divorziati in Veneto.

P. Donati, La paternità nella società complessa: contraddizioni della modernità e
Passanante, M. C. (2006). L'affidamento condiviso: aspetti psicologici.

Recalcati, M. (2017). Cosa resta del padre?: la paternità nell'epoca ipermoderna. Raffaello Cortina Editore.

Contatti a Palermo
per l'Associazione Padri Separati:

Avv. Marina Bonfiglio
avv.marinabonfiglio@gmail.com

Dott.ssa Gabriella
Papadia gabriellapapadia@gmail.com

Dalle Paralimpiadi alla Sicilia: l'esperienza e l'incontro tra lo psicologo dello sport ed un atleta di alto livello

**di Diego Armando Cammarata, Roberta Alosi
membri del Gruppo di Lavoro "Psicologia dello sport"**

Le recenti prestazioni degli atleti italiani alle ultime Paraolimpiadi di Tokyo hanno "sdoganato" il pensiero, qualora ce ne fosse ancora bisogno, che lo sport può essere svolto ad alto livello anche da atleti diversamente abili.

A fare da eco il titolo di campioni d'Europa conquistato dalla Nazionale Italiana di Basket con sindrome di down, stessa sorte toccata ai colleghi della Nazionale Italiana di Calcio a 5. La schermitrice italiana Beatrice Vio, campionessa paralimpica di fioretto, già dagli scorsi anni, rappresenta a pieno titolo l'icona del movimento paralimpico. La partecipazione, sempre più frequente, di atleti con disabilità ad eventi mediatici ha una ricaduta forte sul piano culturale e psico – educativo. L'essere umano si confronta quotidianamente con i propri limiti sia psicologici che fisici; la possibilità di affrontarli e di superarli è la parte "sfidante", ciò che favorisce il cambiamento, la crescita. Prendere consapevolezza delle proprie risorse ed attivarle per raggiungere un obiettivo, per superare un pre-giudizio, emerge in modo diretto nella pratica sportiva di atleti con disabilità.

Le abilità mentali che sottendono il gesto atletico si intrecciano con gli aspetti culturali difficili, per alcuni versi, da modificare; ancora

oggi una persona con disabilità è considerata "impossibilitata" a sperimentarsi in situazioni ed esperienze del quotidiano, "pensate" solo per persone normodotate (la dimensione lavorativa, sessuale, sociale).

Quando si pensa alla disabilità, ci si focalizza spesso sulla dimensione del "tragico", sul destino infausto, sulla "sorte avversa" che ha colpito quell'atleta mettendo involontariamente in risalto i limiti e la percezione degli stessi.

Il disabile, così come l'atleta con disabilità, viene percepito come se fosse un bambino, una persona da dovere proteggere e di cui doversi prendere cura.



La disabilità è spesso percepita solo se è visibile facendo fatica a riconoscere e ad includere forme di disabilità lievi o non meglio definite da una valutazione diagnostica. Le carenze strutturali architettoniche adeguate ad accogliere all'interno atleti disabili hanno frenato, in qualche modo nel corso degli anni, la pratica dell'attività sportiva. Oggi, grazie all'ausilio della tecnologia sempre più avanzata, si possono ridurre quei gap che un tempo rendevano davvero difficili determinate esperienze. L'utilizzo di protesi di ultima generazione sostengono ed incrementano la possibilità di "provarci". La tecnologia soltanto, chiaramente, non è sufficiente. Il fattore "umano", la relazione, il sostegno del gruppo sportivo, dell'allenatore, della famiglia ed in prima istanza l'accettazione del proprio vissuto, rimangono essenziali per costruire una esperienza nuova.

L'allenamento della componente mentale è risultato determinante nel raggiungimento di obiettivi; sempre più le scelte degli atleti, sia amatoriali che professionisti, verte sullo sviluppo e sul potenziamento delle abilità mentali che sottendono la pratica di quella disciplina sportiva. Le Olimpiadi prima e le Paraolimpiadi successivamente hanno rappresentato un volano della preparazione della parte mentale nella prestazione sportiva di alto livello. L'esperienza umana ed agonistica di alto livello di un atleta siciliano è una testimonianza di una collaborazione diretta tra l'atleta e lo psicologo dello sport. Da tale collaborazione si è sviluppato un lavoro sinergico e di crescita reciproca che verrà descritto di seguito. Avere la possibilità di seguire in un percorso di ottimizzazione della prestazione un atleta paralimpico, è un'esperienza da voler e dover condividere con quanti appassionati di psicologia

dello sport. L'atleta che ha condiviso con lo psicologo dello sport questo percorso si chiama Raimondo, ha 39 anni ed è una atleta paralimpica di tennis tavolo. È affetto da una malformazione neonatale nota come "Spina Bifida", questa comporta un'apertura della colonna vertebrale a causa di un'incompleta chiusura delle parti che costituiscono il canale spinale, portando nel processo di crescita una discrepanza di sviluppo tra arti superiori e arti inferiori, oltre che una ridotta sensibilità degli arti inferiori. Dai nove agli undici anni ha iniziato a praticare il tennis tavolo presso una società polisportiva paralimpica, conseguendo titoli regionali, poi ha interrotto la disciplina sportiva, per volere dei suoi genitori poiché andava male a scuola. Dopo una pausa di oltre nove anni, a vent'anni, ha ripreso per una stagione sportiva presso la società, in cui si allenava precedentemente, per poi inserirsi in una nuova squadra dove ha avuto modo di gareggiare sia con atleti disabili che normodotati. Questo passaggio ha sancito l'inizio della sua carriera da sportivo professionista. Appena dopo un anno dalla ripresa della pratica sportiva è passato dal gioco in carrozzina al gioco all'in piedi, seppur con l'ausilio della stampella. A 25 anni ha gareggiato ai suoi primi Europei, a 26 anni si è qualificato ai Mondiali arrivando a disputare i quarti di finale. L'apice della sua carriera professionista lo ha raggiunto disputando ben due Paralimpiadi a Londra 2012 all'età di trenta anni e Rio nel 2016 a trentaquattro. Attualmente sta gareggiando per la società ASD TT Olympicus, società storica del contesto catanese, da lui rilevata nel 2018, nella quale svolge le mansioni anche di allenatore per atleti normodotati e no.

Il lavoro attuato insieme ha permesso di

focalizzare l'attenzione sulle sue emozioni, in maniera particolare sull'incapacità di gestire la rabbia dall'atleta dettata principalmente da un rapporto superficiale che ha col direttore tecnico della nazionale, il quale non lo ha valorizzato come dovrebbe, anzi spesso lo ha squalificato con frasi del tipo "Non andrai da nessuna parte", puntando inoltre esclusivamente ad atleti più giovani. Tutto questo, oltre ad alimentare emozioni negative, ha portato l'atleta a demotivarsi sempre più come giocatore portandolo ad affermare frasi del tipo "che gioco a fare".

Attraverso l'utilizzo di test, che hanno permesso di avere una "fotografia" della storia sportiva di Raimondo, emerge una marcata "nonconnessione" tra mente e corpo e ne consegue un'inefficace concentrazione e scarsa propensione a delegare ad altri i suoi compiti.

Con l'ausilio della tecnica del selftalk, che permette di offrire modalità differenti di parlare a se stesso, delle induzioni ipnotiche e delle tecniche di respirazione si è lavorato sulle sensazioni di benessere e sulla capacità di rilassamento. Raimondo, inizialmente, è apparso molto resistente a riguardo. La tecnica ipnotica ha permesso di spostare Raimondo sulla

polarità dell'immaginare, infatti, a conclusione del lavoro, l'atleta rimanda allo psicologo come ha vissuto l'esperienza utilizzando le seguenti parole: "Mi sono concentrato molto su ogni singola parola, e come se avessi visto il trailer della mia vita sportiva mentre tu parlavi; nessuno mi ha regalato nulla, ho vinto tante sfide con me stesso e con gli altri, poi dopo la felicità sono entrato in una sezione mentale di black out anche se rimaneva comunque il sogno di ottenere la qualificazione olimpica, poi nuovamente black out con la pandemia e adesso il sogno sembra essere finito".

L'obiettivo dell'intervento dello psicologo dello sport è, anche, riuscire ad accompagnare il proprio atleta, di esserne guida "invisibile" senza dare "prescrizioni magiche" ma sviluppare un processo di cambiamento delle modalità disfunzionale e di una maggiore consapevolezza delle proprie risorse ed abilità mentali.



Riferimenti Bibliografici

Cavaleri Pietro A, Vivere con l'altro. Per una cultura della relazione, Città Nuova, Roma, 2007;
Cei Alberto, Allenarsi per vincere, Calzetti - Mariucci Editori, Torgiano PG, 2015;
Cei Alberto, Fondamenti di psicologia dello sport, Il Mulino, Bologna, 2021;
Mandolesi Laura, Manuale di psicologia generale dello sport, Il Mulino, Bologna, 2017;
Senarega Daniela, Attività motorio – sportive e disabilità. Scienze tecniche dello sport nella diversabilità, Liberodiscrivere Edizioni, 2015;
Senarega Daniela, Porrà Stefania, Effetti della pratica sportiva sul comportamento adattivo in persone con disabilità cognitivo – relazionale; in PSE Rivista di Psicologia dello Sport e dell'Esercizio, N. 3 Settembre – Dicembre 2020, anno I, Calzetti - Mariucci Editori, Torgiano PG, 2020;
Tavella Sofia, Psicologia dell'handicap e della riabilitazione nello sport, Armando Editore, Roma, 2012;
Vercelli Giuseppe, L'intelligenza agonistica. Affrontare le sfide nella vita, nel lavoro, nello sport, Ponte alle Grazie, Milano, 2009;

Riferimenti Sitografici

Liso Federica, Empowerment nello sport e disabilità: come favorire lo sviluppo e la crescita personale, in State of Mind. Il giornale delle scienze psicologiche, 2017, www.stateofmind.it
Zulian Nicola, Sport e disabilità, alcuni aspetti psicologici del "mettersi in gioco", www.socialnews.it

Fonte Immagine

Fonte: www.pexels.com fotografo: RUN 4 FFWPU

Psicologia e ricerca scientifica: un dialogo possibile

a cura del Gruppo di Lavoro "Psicologia e ricerca scientifica: stato attuale e prospettive future"

Il Gruppo di Lavoro "Psicologia e ricerca scientifica" è nato nel settembre 2020 dal desiderio di promuovere e stimolare la riflessione sul ruolo degli psicologi siciliani che lavorano, a vario titolo, nel campo della ricerca, e valorizzarne il più possibile la presenza e i contributi scientifici.

Oggi più che mai, l'acquisizione e la sistematizzazione delle conoscenze psicologiche non possono prescindere da un riferimento costante alla ricerca empirica. Al tempo stesso, la ricerca necessita dei dati raccolti sul campo per corroborare le proprie ipotesi e produrre importanti avanzamenti nella comprensione dell'essere umano, sia da un punto di vista individuale che sociale.

Su questa scia, il 6 novembre 2021, è stato proposto il primo evento organizzato dal nostro Gruppo: il webinar "La ricerca in psicoterapia". L'evento aveva l'obiettivo di rendere noti i metodi di ricerca applicati al campo della psicoterapia e di presentare una rassegna delle attuali evidenze empiriche che offrono al clinico l'opportunità di valutare con maggiore accuratezza gli elementi coinvolti nell'esito del trattamento. A prendervi parte sono stati la Dott.ssa Valentina Lucia La Rosa, Coordinatrice del GdL "Psicologia e ricerca scientifica", il Prof. Santo Di Nuovo, Professore Ordinario di Psicologia dell'Università di Catania e Presidente dell'Associazione Italiana di Psicologia, il Prof. Gianluca Lo Coco, Professore Ordinario di

Psicologia Clinica presso l'Università di Palermo e Presidente della SPR-Italia (Società per la Ricerca in Psicoterapia), la Dott.ssa Federica Sciacca, Psicologa e Psicoterapeuta specializzata presso l'Istituto di Gestalt HCC Italy, attualmente dottoranda presso il Dipartimento di Scienze della Formazione dell'Università di Catania, e la Dott.ssa Maria Moschetto, Psicoterapeuta Sistemico-Relazionale, già Psicologa nell'area specifica della Riabilitazione Oncologica presso U.O. di Oncologia Medica, A.O.U. "Policlinico – Vittorio Emanuele" di Catania, attualmente presso ASP Catania e ASP Ragusa.

Il programma ha previsto, dopo una breve presentazione delle attività del Gruppo di Lavoro a cura della Dott.ssa Valentina Lucia La Rosa, l'approfondimento della storia e dei metodi della ricerca in psicoterapia, a cura del Prof. Santo Di Nuovo, la trattazione della ricerca sugli outcome e sugli aspetti trasversali della relazione terapeutica, a cura del Prof. Gianluca Lo Coco, la presentazione del CORE-OM, strumento di valutazione dell'efficacia della psicoterapia, a cura della Dott.ssa Federica Sciacca e, infine, l'approfondimento dell'efficacia della psicoterapia nel trattamento della depressione tramite uno studio di meta-analisi, a cura della Dott.ssa Maria Moschetto.

La ricerca in psicoterapia durante la storia ha attraversato fasi diverse. Inizialmente, dagli anni

'50 agli anni '70, l'interesse era soprattutto rivolto al risultato della psicoterapia, con l'obiettivo di giustificare la sua funzione sul piano scientifico e di legittimare la sua importanza nel contesto sociale. Successivamente, dagli anni '60 agli anni '80, l'interesse fu spostato dallo studio del risultato allo studio del rapporto tra processo e risultato. A partire dagli anni '70 fino a oggi, l'interesse è stato rivolto, in misura sempre maggiore, all'analisi dei "microprocessi" terapeutici.

Inoltre, esistono due settori nei quali è consuetudine dividere il campo della ricerca in psicoterapia, ovvero l'Outcome research e la Process research. L'Outcome research, ovvero ricerca sul «risultato», si occupa di misurare il risultato della terapia attraverso una valutazione delle differenze che intercorrono tra lo stato precedente e lo stato successivo al trattamento, mediante l'impiego di strumenti standardizzati. La Process research, ovvero ricerca sul «processo», è finalizzata ad indagare le dinamiche responsabili del cambiamento del paziente nel setting terapeutico. A titolo esemplificativo, è possibile citare lo studio dell'alleanza terapeutica, la quale può essere valutata e misurata nel corso del trattamento.

Uno strumento standardizzato impiegato per misurare il risultato della psicoterapia è il Clinical Outcomes in Routine Evaluation – Outcome Measure (CORE –OM) (Mellor-Clark e al., 2000; Palmieri et al., 2006), che viene applicato in molti servizi di psicoterapia in tutta Europa. Lo strumento fornisce alcune indicazioni utili al clinico sia sul caso singolo che sull'esito dei servizi psicoterapeutici erogati dalla struttura di cui far parte. Altresì, può essere utilizzato all'inizio e alla fine del trattamento, nel corso della terapia e negli incontri di follow-up. In particolare, il CORE-OM è

composto da 34 domande e misura quattro aree: benessere soggettivo, sintomi/problemi come sintomi depressivi, sintomi ansiosi, sintomi fisici ed effetti del trauma, Funzionamento, come relazioni significative, funzionamento generale e sociale, e rischio per sé e per gli altri.

Una metodologia di valutazione degli effetti della psicoterapia è la meta-analisi che, a partire dall'ormai classico lavoro di Smith, Glass e Miller (1980) [1], è stata spesso applicata per integrare e sintetizzare gli effetti ottenuti da una serie di studi sul medesimo argomento e individuare i fattori che intervengono a 'moderare' tali effetti. Le meta-analisi sono rassegne sistematiche, in cui sono precisati i metodi statistici impiegati, le modalità di valutazione dell'omogeneità dei risultati, e le modalità di presentazione degli stessi, in modo tale da poter combinare quantitativamente i risultati provenienti da più ricerche [2]. L'indice quantitativo maggiormente utilizzato per aggregare i risultati di più studi, che spesso sono eterogenei relativamente, ad esempio, agli strumenti di valutazione dell'esito, è l'effect size che 'esprime il grado in cui il fenomeno è presente nella popolazione [3]. La letteratura empirica relativa all'efficacia della psicoterapia nel trattamento della depressione illustra chiaramente la questione delle evidenze contrastanti in quest'ambito messe in luce anche da narrative review che giungono frequentemente a conclusioni poco chiare e incoerenti. Considerato l'elevato numero di studi e la complessità dei risultati, la meta-analisi [4] presentata in occasione del webinar [5], ha permesso di testare l'ipotesi di efficacia della terapia cognitiva vs. comportamentale nella riduzione della sintomatologia depressiva, entro uno stesso modello di riferimento, attraverso

l'esame degli effetti calcolati secondo il criterio clinico di miglioramento (Meaningfulness) o mediante il criterio statistico delle differenze pre-post (Significant). I dati emersi si sono rivelati molto interessanti, supportando l'efficacia della psicoterapia pur valutata con logiche differenti (significatività clinica vs. statistica), escludendo la superiorità di un modello di riferimento sull'altro, individuando, quale fattore 'moderatore' il setting e, dato confortante, la stabilità nel tempo del cambiamento indotto.

In conclusione, questo webinar rappresenta sicuramente un punto di partenza per avviare un serio lavoro di promozione e valorizzazione della ricerca scientifica in ambito psicologico al fine di offrire ai clinici informazioni utili che possano aiutarli nel valutare in maniera sempre più accurata i propri interventi in ambito psicoterapeutico.

Note

[1] Smith, M. L., & Glass, G. V. (1977). Meta-analysis of psychotherapy outcome studies. *American Psychologist*, 32, 752-60.

[2] Di Nuovo, S. (1995). *La meta-analisi. Fondamenti teorici e applicazioni nella ricerca psicologica*. Roma: Borla.

[3] Hedges, L. V., & Olkin, I. (1985). *Statistical methods for meta-analysis*. San Diego, CA: Academic Press; Crocetti, E. (2015). *Rassegne sistematiche, sintesi della ricerca e meta-analisi*. North Charleston, SC, USA: CreateSpace.

[4] M. Moschetto, S. Di Nuovo (1996). *Meta - Analisi degli effetti della psicoterapia nel trattamento della depressione*. [manoscritto non pubblicato]. Facoltà di Psicologia. Università degli Studi, Palermo.

[5] *Linee guida per la pubblicazione di una meta-analisi*. American Psychological Association (2010). *Publication manual of the American Psychological Association*, 6th Ed. Washington, DC: American Psychological Association.

Uno spazio per gli operatori sanitari

di Daniela Angela Sprio

L'emergenza pandemica in atto ha stravolto la quotidianità di noi tutti e ha contribuito a modificare le nostre buone abitudini relazionali fatte di contatto corporeo, di abbracci, di baci e di strette di mano che oggi continuano a mancare e la cui assenza ha notevolmente contribuito al nostro ulteriore isolamento.

Ma questa emergenza Covid-19 ha un risvolto positivo che ha a che fare con l'aver sentito il bisogno di rivolgere lo sguardo verso quelle professionalità, gli psicologi, che sono formate per gestire le emergenze e le condizioni post traumatiche da stress conseguenti.

Che ruolo ha oggi lo psicologo in un panorama psico-sociale che sta fortemente risentendo degli effetti ansiogeni ed ipocondriaci di un isolamento forzato in cui, nessuno escluso, ha perso e ritrovato se stesso?

Sì, perché il lockdown ha costretto, in un certo senso, ad una riflessione sulle quotidianità di ciascuno di noi, sul nostro modo di essere che, se per alcuni è stato una riconquista, per altri è andato fuori da quelle certezze che rassicurano e in assenza delle quali tutto vacilla.

Passo importante è stato, indubbiamente, il riconoscimento di un malessere diffuso come conseguenza sia dell'isolamento sia del timore connesso alla possibilità di contrarre il virus e degli effetti conseguenti una volta contratto.

Oggi si parla di Long Covid, una sindrome post

virale con effetti neuro-psicologici che perdura nel tempo anche a distanza di tanti mesi.

Ansia, depressione, disturbi della memoria sono solo alcuni dei sintomi.

Come contenere e sostenere i rischi psicologici conseguenti alla pandemia su tutti questi aspetti che emergono a distanza di un anno e mezzo dal dichiarato stato di emergenza sanitaria?

Allo psicologo il delicato compito di esserci sia nel privato, per tutti coloro che hanno deciso di seguire un percorso, sia nel pubblico, per tutti gli utenti e gli operatori sanitari dei servizi territoriali e dei presidi ospedalieri.

Questa riflessione vuole dare voce e spazio a quei professionisti, quegli operatori sanitari che, in quest'ultimo anno, si sono trovati a fronteggiare un nemico invisibile che li ha colpiti alle spalle, costretti a impegnarsi con tutte le loro forze nel proteggere se stessi e le persone con cui entravano in contatto e a rielaborare in solitaria dei lutti che sono stati inevitabili.

Come psicoterapeuta emergenza covid-19 ho avuto l'onore di lavorare presso un piccolo ospedale di provincia e di raccogliere i numerosi vissuti di molti operatori; è proprio per loro che sono stata incaricata presso il presidio, per fornire supporto e sostegno a quelle figure professionali che nell'ultimo anno pandemico hanno sofferto, lottato e reagito ad una situazione senza precedenti.

La cosa che mi ha profondamente colpita è stato

lo stupore negli occhi di chi, alla mia dichiarazione di essere lì per loro, non riusciva a credere che qualcuno li avesse pensati, avesse pensato alla loro salute psicologica, alla possibilità di avere uno spazio per dar voce a quei vissuti che per lungo tempo non hanno trovato espressione.

L'impatto iniziale è stato quindi di meraviglia. E poi?

Entrare in una realtà dove chi ha bisogno di aiuto è sempre e solo l'utente/paziente, ha rappresentato un forte ostacolo allo svolgimento pieno del servizio offerto.

Il mio lavoro è stato quello di rendere flessibile un costrutto radicato nel tempo: anche gli operatori sanitari possono avere bisogno di sostegno; prima di essere operatori sono persone.

C. Rogers afferma che la relazione d'aiuto "è una situazione in cui uno dei partecipanti cerca di favorire, in una o ambedue le parti, una valorizzazione maggiore delle risorse personali del soggetto ed una maggiore possibilità di espressione." (1970)

Ciò che si pone come obiettivo è la crescita dell'altro, attraverso una relazione non direttiva ma centrata sulla persona.

È forse cosa poco nota, o comunque non del tutto consapevole, per chi lavora nel settore delle relazioni d'aiuto, il fatto che prima di essere medici, infermieri, operatori socio-sanitari, si sia persone e che, proprio per il lavoro che ci porta a stare vicini alla sofferenza dei pazienti, si sia soggetti a maggiori rischi in termini di salute psicologica.

E allora come spezzare quel senso di forte imbarazzo nel condividere se stessi come persone e non nascondersi dietro lo scudo della professione? Il mio lavoro è stato improntato sulla pazienza e sull'esserci senza forzature, nel rispetto dell'altro. È stato possibile far conoscere a tutti gli operatori dei

reparti il servizio offerto e il confronto con diverse figure professionali, con alcuni responsabili, ha permesso di ammorbidire quelle remore e quelle resistenze tipiche di chi non sa cosa aspettarsi da un colloquio con uno psicologo.

La pazienza e il desiderio di non mollare hanno dato i loro frutti dopo poco tempo.

Adesso la possibilità di ricevere un sostegno è percepita in modo diverso e si tramuta in richieste di colloqui che avvengono con maggiore frequenza. Le narrazioni, di cui sono stata contenitore, trovano finalmente voce attraverso questa mia breve condivisione.

Le paure vissute durante i primi mesi dell'inizio dell'epidemia sono state angoscianti.

L'ansia per il contatto sia con i pazienti, sia con i colleghi di reparto e non solo, è stata in alcuni momenti devastante. Viene descritta come qualcosa di incontrollabile, come un tornado che ti avvolge e da cui non riesci ad uscire, se trovi colleghi ai quali poterti aggrappare riesci a reagire, in caso contrario è il caos.

La rabbia per la poca attenzione e tutela nei loro confronti, il sentirsi come su un campo di battaglia senza avere armi a disposizione: dalle mascherine ai camici.

La lotta conseguente per avere e pretendere ciò che spettava loro di diritto: la tutela della salute come priorità assoluta.

Sono vissuti emotivi molto forti che hanno impattato sul loro lavoro, ma che mai hanno compromesso il rapporto con i pazienti. Alcuni di loro hanno vissuto la perdita, causa Covid-19, di un familiare o di un assistito, perdita che li ha segnati profondamente e che ha messo in discussione il loro operato e il loro proseguo nella professione.

Narrare se stessi e ciò che hanno vissuto

ha permesso loro di dare significato a degli accadimenti che fino ad ora condizionavano il loro essere professionisti del settore sanitario.

Dare senso a questi vissuti è stato il punto di svolta. Essere ascoltati, compresi ed accettati nel loro dolore, era questo il bisogno: la percezione di essere importanti per se stessi e per gli altri. L'usufruire di un servizio di supporto si è concretizzato, non in una ammissione di debolezza legata all'idea errata del "ce la faccio da solo", ma nel lavorare per migliorare il proprio benessere psicologico ed avere dei riscontri positivi che si traducono in ottime performance lavorative.

Va ricordato che gli operatori sanitari sono delle persone e come tali provano e percepiscono stati emotivi e sentimenti propri degli esseri umani.

Questa esperienza mi ha permesso di assumere quell'importante ruolo di dare spazio agli operatori di una piccola realtà provinciale, ma la cosa che mi rincuora è che, come me, sono stati tanti altri i colleghi incaricati in emergenza Covid-19, cosa che mi fa ben sperare in un futuro in cui il benessere psicologico sia priorità per tutti.

"Apportiamo un aiuto profondo solo quando nella relazione rischiamo noi stessi come persone, quando sperimentiamo l'altro come una persona con i suoi diritti: solo allora ha luogo un incontro ad una profondità tale da dissolvere il dolore della solitudine in entrambi, nel cliente come nel terapeuta."[1]

Note

[1] C. Rogers, Un modo di essere, 1980

Motivazione e smart working

di Antonio Signorello

Smart working e motivazione, una leva per la produttività

La motivazione è il carburante della nostra vita sia personale che professionale.

Per motivazione si intende una determinata spinta che quotidianamente ci permette di raggiungere gli obiettivi assegnati, la finalità di tale spinta è la soddisfazione di bisogni fisiologici e psicologici, ad es nel caso del lavoro l'acquisto di un capo d'abbigliamento o una vacanza è il bisogno fisiologico di cui abbiamo necessità.

Maslow è stato uno dei maggiori studiosi in merito a tale argomento, famosa è la sua teoria piramidale dove bisogni primari e secondari esprimevano il concetto di motivazione.

Il concetto di motivazione applicato al mondo lavorativo viene rappresentato come un processo circolare, dove al centro troviamo il bisogno che guida l'individuo ad essere motivato, mentre alla parte destra l'obiettivo da raggiungere per ottenere il bisogno e alla parte sinistra il coinvolgimento utile per continuamente alimentare la motivazione al lavoro quotidiano.

Quando si parla di motivazione non possiamo non far riferimento alla produttività, argomento attuale complice il lavoro agile adottato da molte aziende.

Il dipendente motivato produce degli effetti sia diretti ad es la fiducia conquistata verso il proprio

capo che indiretti come l'immagine positiva che l'azienda ne ottiene.

Smart working VS Motivazione del dipendente: una panoramica generale

Nel lavoro agile, la motivazione ha un ruolo fondamentale, permette di affrontare il lavoro di fronte alle avversità e conquista la fiducia sia del capo che di tutta l'azienda, Secondo recenti ricerche la produttività del dipendente durante questi mesi di lavoro in modalità agile è cresciuta in maniera esponenziale, non tutti i dipendenti però hanno raggiunto gli obiettivi allo stesso modo.

Lo smart working ha degli effetti diretti non solo sulla motivazione, coinvolgendo elementi portanti quali:

Fiducia: è quel elemento che ci accredita in azienda come professionisti e appassionati del nostro lavoro;

Engagement: il dipendente motivato protagonista e coinvolto nei processi aziendali, difficile che abbandoni l'azienda entro pochi mesi dalla sua assunzione;

Employer branding: Quando si parla di lavoro agile e welfare, si fa riferimento all'immagine positiva e innovativa verso quella determinata azienda. Con il processo di digital transformation ancora in atto, le aziende devono carpire come attirare le

generazioni Z e post digital, il classico lavoro da 8 ore in ufficio non basta più per il brand di ogni singola impresa, al contrario una realtà imprenditoriale che da fiducia ai propri collaboratori, ne è conferma che otterrà un ritorno di immagine (positivo) non indifferente;

Produttività: un dipendente motivato produce di più, aspetto che va quotidianamente coltivato. Nel lavoro agile il dipendente si impegna maggiormente al raggiungimento degli obiettivi perché se li raggiunge riesce a conquistarsi la fiducia del capo, trasmettendo l'immagine che l'azienda in cui si è inseriti si configura come flessibile, attenta al lavoro di qualità più che di quantità. La motivazione ancora permette di distinguere i talenti in azienda, dai dipendenti legati al solo aspetto retributivo, i quali sono in possesso di un basso livello motivazione o perché non appassionati del proprio impiego o perché non sono stati stimolati durante la permanenza in azienda.

Da cosa è alimentata la spinta motivazionale?

- Carriera e crescita professionale;
- Welfare;
- Flessibilità.

Fino alla seconda metà del 2000, il denaro si piazzava sul podio, così non lo è stato negli anni a seguire, questo perché le competenze sono retribuite in tutte le realtà imprenditoriali, non è questo che le trattiene, ma al contrario il lavoro per obiettivi, di qualità.

La motivazione guida la nostra vita quotidiana, dal lavoro alla gestione personale, ogni azione

richiede un livello motivazionale rilevante, persino andare in palestra.

Motivazione si sposa con Benessere del dipendente, se siamo motivati al lavoro produciamo in maniera efficace, questo si è riscoperto grazie al covid, difatti oggi si parla di smart working, per il fatto che motiva il dipendente al raggiungimento degli obiettivi in maniera efficace ed efficiente.

La strada è ancora in salita, nei prossimi mesi la sfida che ci appartiene fa riferimento al benessere psicologico di ogni dipendente, benessere che si ripaga non con il mero danaro, ma "coccolando" la risorsa umana a livello motivazionale.

Istigazione all'anorexia

di Gaia Principe

Tornare all'etimologia di una parola è un po' come scoprire da dove origina qualcosa.

Con Anorexia si indica un disagio in cui la persona coinvolta si rifiuta di nutrirsi per vari motivi.

Rifiuto e Nutrimento potrebbero essere gli ultimi arrivati nel cartone animato Inside out.

Cosa fare di tutte le esperienze vissute? Le tengo, le curo, le proteggerò, le lascio andare sentendo che in fondo sono loro che tengono me, sono loro che permettono al cervello di costruire nuove sinapsi di vita vissuta e dunque nutrita oppure le guardo, le scruto, le rinnego e in fondo sono loro che rinnegano me?

Rifiuto e Nutrimento non potrebbero esistere se non nello scambio con qualcos'altro o qualcun'altro ed ecco che l'Altro c'entra sempre nel rapporto con se stessi. Il Rifiuto costruisce confini al di fuori di se stessi, il Nutrimento costruisce confini dentro di Sé e ci saranno volte in cui si apriranno grandi spazi e altre volte in cui basterà quanto serve per respirare.

Se chiediamo alla Nostra lingua italiana di aiutarci ancora, scopriamo che la parola appetito deriva da appetere cioè "aspirare a", per cui quando manca l'appetito non si aspira più ad avere, sentire,

perdere, saziare, levare, colmare.

Ecco perché si può istigare all'anorexia e può accadere a qualsiasi età.

Ciascun individuo nasce intero e integrato, con precise Direzioni di Sviluppo ed Esperienze che complessificandosi diventano Funzionamenti e ciascuno con le capacità e l' "aspirazione a" star bene con se stessi, nel mondo.

“La Forza dello Spirito. Itinerari analitici”

di M. Rosalia Novembre, Elena Aragona, Carmen Prestifilippo

di Rosario Puglisi

Ho il piacere di presentare un interessante saggio curato dalla dott.ssa Maria Rosalia Novembre, assieme alle colleghe dott.ssa Elena Aragona e dott.ssa Carmen Prestifilippo, psicologhe analiste, Soci CIPA Istituto Meridionale e Sicilia, e membri della IAAP, tutte abilitate alla docenza e alle supervisioni presso l'Istituto.

Proprio dall'esperienza didattica attraverso la costituzione di un gruppo di ricerca teorico-clinica, che opera ormai da diversi anni proprio sul tema della Spiritualità, che ha preso corpo lo stimolante e notevole saggio dal titolo *La Forza dello Spirito. Itinerari analitici*.

Il gruppo di studio, all'interno dell'Istituto Meridionale del Centro Italiano di Psicologia Analitica (CIPA), ha reso concreti i contributi di vari autori, raccolti in questo testo, che dimostrano quanto l'odierno "pensiero del calcolo", di heideggeriana memoria, possa oggi coniugarsi con la vivida essenzialità e la potenza di un "pensiero meditante", a condizione che, quest'ultimo, venga sperimentato nella sua libertà da certe razionalizzazioni o dal pensiero della tecnica.

Chi legge il testo avrà così la possibilità di confrontarsi con temi che in termini di idee, immagini, esperienze interiori e vissuti collettivi, compongono la vasta articolazione della

Spiritualità, prevalentemente osservata dal punto di vista della Psicologia Analitica.

Ormai non vi sono dubbi sul fatto che il confronto con l'Inconscio, rivisitato anche dalle neuroscienze, deve necessariamente risolversi attraverso la realtà psichica dell'Anima, così come aveva intuito, in tempi non sospetti, C. G. Jung, rendendo la Psicologia Analitica, sul piano epistemologico e della teoresi, agente efficace della riconciliazione tra scienza e campi dello Spirito.

La partecipazione attraverso riflessioni e contributi, non solo delle curatrici del volume, ma di altre personalità del mondo analitico nazionale quali: Francesco La Rosa, Pasqualino Ancona, Patrizia Baldieri, Rosalinda Rizzo, Giancarlo Magno, Francesca Picone, Maurizio Nicolosi, Manuela Raunisi, Chiara Campagna, Angelo Barbagallo, Anna Maria Costantino, Marta Cavallaro hanno, a mio avviso, realizzato, nelle sue infinite forme e rappresentazioni, quel mondo spirituale che, nella religione e nella psicologia, crea quella relazione ontologica d'interdipendenza, molto cara al filosofo e teologo Raimon Panikkar, che affermava l'assetto attuale delle due dimensioni dove appare, sempre più urgente, la necessità di un superamento dei rispettivi concetti.

Del resto lo stesso Jung quando parla, nei vari

passaggi delle sue opere, di individualismo etico, fa riferimento ad una morale che non va ricercata dall'esterno sotto forma di legge, ma deriva dallo sviluppo delle entità animico-spirituale dell'uomo in cui si costella l'elemento divino.

Diventa fondamentale ed indispensabile, quindi, l'incontro con l'Altro, il recupero con l'Assoluto, con l'Inconscio.

La relazione con l'Assoluto e, in termini junghiani, con l'Inconscio è un incontro/scontro imprevedibile, vitale, che permette al soggetto l'irto percorso dell'individuazione.

Ecco perché suggerisco la lettura di questo libro che ho trovato molto stimolante, se pur nella sua necessaria sintesi, augurando agli autori dei variegati contributi (per citare Francesco La Rosa in prefazione), che questa dimensione estatica possa sempre accompagnare tutti gli autori di questo testo per altri eventuali contributi che verranno espressi anche attraverso le loro personali ierofanie, cercando di annunciare alla coscienza umana l'inesprimibilità, l'inaccessibilità o l'irraggiungibilità del Sacro.

La Forza dello Spirito. Itinerari analitici
di M. Rosalia Novembre, Elena Aragona,
Carmen Prestifilippo
QANAT (Editoria & Arti visive), Palermo, 2020

