

AREA TEMATICA 8

Modelli di presa in carico e terapia della comorbidità psichiatrica

8.1

L'USO DELLA METAFORA COME TECNICA DI INTERVENTO TERAPEUTICO NELLA COMORBIDITÀ PSICHIATRICA NELL'ESPERIENZA DEL REPARTO DI RIABILITAZIONE ALCOLOGICA DELLA FONDAZIONE RICHIEDEI

Medioli Alessia, Scaglia Luigina, Renaldini Marco, Ferrari Sabrina, Pizzocolo Alessia

Unità Operativa Riabilitazione Alcolologica Fondazione Richiedei Palazzolo S/O (Bs)

Introduzione

In letteratura è ben noto come nel trattamento residenziale per soggetti con problemi di dipendenza, dove la comorbilità psichiatrica è spesso presente, vengano proposte strategie e pratiche esperienziali che, in vario modo, attivino la dimensione creativa, stimolando il linguaggio simbolico, permettendo così l'emergere di una modalità energetica ed espressiva che il solo colloquio conversazionale spesso non offre. Quindi la via del simbolo, dell'analogia, della metafora, della dimensione creativa risultano essere importanti strumenti al servizio degli operatori nel campo delle dipendenze per trattamenti mirati sugli utenti. Se guardiamo al significato etimologico del termine "metafora", comprendiamo bene, come essa aiuti a vedere la realtà sotto una prospettiva alternativa, ad aprire spazi di comprensione, di consapevolezza e di autocoscienza nuovi. Metafora significa infatti "portare" (dal greco *pherein*) "oltre" (meta): veicolare il significato di un termine al di là del suo ambito abituale, in modo da evidenziare il significato di un altro termine con il quale viene creato un rapporto di somiglianza. Il linguaggio figurato svolge due ruoli distinti in terapia, in quanto funge da strumento sia clinico sia da guida per le concettualizzazioni formulate dal terapeuta nella presentazione dei problemi e dei successivi interventi. L'utilizzo del linguaggio analogico, il racconto simbolico e l'uso delle metafore, costituiscono una modalità di

approccio alla dimensione umana, frequentemente rintracciabile nella storia della psicologia e della psicoterapia, dove diversi autori, hanno individuato nella dimensione simbolica la strada maestra per operare. Alcune metafore sembrano infatti particolarmente adatte ad approfondire esperienze emotive o traumatiche e a perfezionare strategie di modifica comportamentale. La pratica operativa e la motivazione personale, diventano delle autentiche forze di cambiamento che risultano di grande importanza nel campo delle dipendenze e della comorbilità psichiatrica. Questo concetto è vicino a quello che in letteratura viene definito "energizzare la motivazione" come passo fondamentale nel cammino della riabilitazione alcolologica.

Finalità

Questo lavoro si propone di valutare l'utilizzo della metafora in pazienti, spesso affetti da comorbilità psichiatrica o deficit cognitivo, ricoverati presso l'unità di riabilitazione alcolologica della Fondazione Richiedei di Palazzolo sull'Oglio. Partendo dalla consapevolezza di come l'acquisizione di nuove competenze emotive, cognitive, comportamentali permetta di verificare come sia possibile modificare il rapporto con le dinamiche impulsive.

Materiali e metodi

La comorbilità psichiatrica nei soggetti con dipendenze è molto frequente, nella nostra esperienza su 1145 pazienti di età media di 47,5 anni ricoverati dal 1 gennaio 2012 al 28 febbraio 2018 il 13,87% ha presentato una diagnosi psichiatrica di nuovo riscontro durante la degenza, mentre il 6,55% presenta deficit cognitivo sempre di riscontro intercorrente. Del cluster considerato il 71,8% era di genere maschile, mentre il 28,2% di genere femminile. Uno degli strumenti usati durante il percorso cura di facile accesso a tutti i pazienti è l'utilizzo di metafore. Per un adeguato utilizzo della metafora in ambito clinico è opportuno individuare un contesto ed una modalità non troppo complessa, che permetta un approccio condivisibile con il paziente. La metafora deve quindi essere:

1. coerente: ovvero in linea con il tema o l'argomento in discussione;
2. credibile: deve appartenere al campo del "possibile" anche se fantasticato;
3. adeguata: essere pertinente al momento psicologico del paziente.

Le modalità con cui le metafore possono essere proposte, variano a seconda del setting, o sulla base della

fase motivazionale del percorso riabilitativo. Si sono proposte a pazienti nelle varie fasi del percorso riabilitativo, metafore sia a livello individuale che gruppale. In alcuni casi i gruppi erano composti solo da pazienti, in altri dai pazienti insieme ad i loro famigliari. Una delle prime metafore utilizzata per lavorare a livello individuale, è stata quella della maschera, partendo dall'etimologia della parola persona, che in latino significa maschera, si è chiesto al paziente di costruire una maschera tridimensionale che rappresentasse la persona sobria che voleva diventare. Sempre a livello individuale si è utilizzata la metafora della mongolfiera. Si è chiesto ai pazienti, partendo dall'immagine stilizzata di una mongolfiera, di mettere nel pallone aerostatico i propri valori, si è poi chiesto di mettere nelle zavorre i pensieri da cui sentivano l'esigenza di de-fondersi, e quale azione impegnata avrebbero dovuto fare per direzionare la propria mongolfiera nella direzione del valore sobrietà. Si è lavorato con le metafore con gruppi formati da soli pazienti, attraverso esperienze mindfulness utilizzando metafore ACT. Si sono fatti gruppi misti di pazienti/parenti, nei quali si è chiesto, ai partecipanti, di realizzare un oggetto tridimensionale che, metaforicamente, rappresentasse la casa dell'alcolista sobrio, partendo da un oggetto che il gruppo costruiva lavorando insieme si ragionava lavorando sui concetti di progetto, aiuto, possibilità di procedere in gruppo imparando a chiedere aiuto.

Conclusioni

Attraverso l'uso di metafore in terapia è possibile rompere le trappole del linguaggio e creare nuove connessioni e nuovi contesti, per superare la sofferenza psicologica e costruire una vita di valore. Attraverso le metafore e gli esercizi esperienziali si può mostrare ai pazienti come riconoscere le trappole del linguaggio ed instaurare un nuovo contatto con i propri pensieri, sentimenti, memorie e sensazioni fisiche, in genere temute ed evitate, per riprendere a muoversi nella direzione di ciò che per loro è importante. La sfida in terapia è offrire interventi cuciti come abiti sartoriali, fatti su misura per il proprio paziente, per promuovere un cambiamento profondo e duraturo. Per questo imparare a costruire metafore agganciate alla storia personale del paziente può essere determinante per il processo terapeutico e lo sviluppo della flessibilità psicologica. Questo lavoro mostra come, in pazienti che spesso presentano comorbidità psichiatrica ospedalizzati per un percorso di riabilitazione alcolica, tutto questo non solo sia possibile, ma diventi importante momento di lavoro e di crescita per il paziente come singolo, per il paziente in gruppo, per il famigliari che partecipano ai gruppi e anche, e non da ultimo, per l'équipe curante.

Bibliografia

- I.M. Hinnenthal; G. Spolaor; M. Cibin; .et al. (2013), Simboli, Metafore e immagini nel trattamento psicoterapeutico del trauma e dell'addiction, in "addiction e memoria", ISSN2039(pag 55-71) 2013
- E. Razzetti (2016), La metafora nel linguaggio comune, in "l'uso della metafora nella CBT"()
- P. De' Lutti (2014), Metafore illustrate e mindfulness nel trattamento delle dipendenze, Francoangeli Editore, Milano (2014)
- P. De' Lutti (1987), Approccio psicosomatico al paziente etilista, in "FederSerd Informa", III fascicolo Anno 1987 (pag 1-22)
- B. Schaub; M. Schaub (2013), Il modello di vulnerabilità nel recupero delle dipendenze, Seminario Società italiana psicopsintesi terapeutica, Firenze 2005
- M. Cibin; I. C. Ebner; Hinnenthal (2011), La cura psicoterapeutica residenziale dell'alcolismo, in "Alcologia", Rivista quadrimestrale SIA, istituti Andrea Devoto 2011
- M. Cibin; I. Hinnenthal (2011), Il trattamento residenziale breve delle dipendenze da alcol e da cocaina, il modello di Soranzo, SEEd, Torino, 2011
- Y. Barnes Holmes (2012), Metaphor in ACT. Understanding how they work, ACT Digest 2012
- J. Stoddard; N. Afari; S.C. Hayes(2007),The big book of ACT metaphores, New Harbinger Publications 2007
- M. Villatte; J.L. Villatte; S.C. Hayes (2015), Mastering the Clinical Conversation, Guilford Press 10 novembre 2015