

# IL GRUPPO DI UDITORI DI VOCI DI ROMA DEL CSM D/6 ASL RM/C QUANDO LA CURA SI TRASFORMA IN AIUTO (Mariannina AMARA, Paola De SANTIS, Mirella DI CALISTO)

## IL CONTESTO E LA MOTIVAZIONE

All'interno del CSM D/6 della ASL RM C, dove da molto tempo viene utilizzato il gruppo come strumento psicoterapeutico (Gruppi terapeutici, Gruppi Multifamiliari, Auto-Mutuo-Aiuto), è iniziata nel 2008 l'esperienza del Gruppo sperimentale di Auto-Mutuo-Aiuto "Uditori di Voci".

Questa iniziativa è stata stimolata dalla evidenza della necessità di affiancare, nei piani d'intervento già avviati per ciascun utente, un tipo d'intervento nuovo che stimolasse un maggiore protagonismo anche attraverso la proposta, in modalità più "pratica", di strumenti e strategie per gestire il sintomo e, contemporaneamente, contribuisse a rompere l'isolamento (che in alcuni casi si era consolidato per lunghi anni).

## GLI OBIETTIVI

Gli obiettivi principali del Gruppo AMA/sperimentale "Uditori di voci" sono stati:

- ✓ costruire un contesto accogliente e condiviso dedicato all'esperienza specifica e alla condizione di "uditore";
- ✓ apprendere strategie utili ad aumentare la capacità di gestire le allucinazioni uditive;
- ✓ aumentare la percezione di sé come soggetto d'azione;
- ✓ diminuire l'isolamento sociale dei partecipanti.

## IL SETTING

Gli incontri si tengono presso la sede del CSM a cadenza mensile ed hanno la durata di due ore. La stanza utilizzata è quella dove abitualmente i pazienti effettuano le terapie di gruppo. Viene utilizzata una fotocamera per le videoregistrazioni.

Agli incontri partecipano attualmente: 6 utenti, due conduttrici, 3 specializzande in psicoterapia provenienti da diversi orientamenti, 1 tirocinante psicologa.

Rispetto ai partecipanti ognuno di essi si trova ad un diverso livello di consapevolezza e capacità di gestione delle voci: nel Gruppo sono presenti persone che non sentono più le voci ormai da anni, persone che continuano a sentire le voci e hanno acquisito una buona capacità di gestione, persone che continuano a sentire le voci con minor frequenza, persone "in preda alle voci".

## GLI INCONTRI

L'esperienza con il Gruppo AMA "Uditori di Voci" ha in parte l'aspetto di un work in progress all'interno del quale è possibile concertare ed arricchire con nuovi apporti, il percorso per raggiungere gli obiettivi preposti. Frutto di questo modo di procedere è la struttura degli incontri che si svolgono secondo il seguente schema:

- ✓ lettura e discussione delle "schede didattiche" e/o di materiale audiovisivo sull'argomento delle voci (filmati, documentari, seminari...);
- ✓ approfondimento focalizzato sull'esperienza dei partecipanti;
- ✓ consegna della nuova scheda da compilare per il mese successivo.

A conclusione di ogni incontro, oltre alla restituzione, viene sollecitata nei partecipanti la produzione di feedback o l'assunzione di qualche piccolo "compito extra", come ad esempio aiutare un compagno particolarmente in difficoltà a compilare le schede. Tali azioni vengono messe in atto con lo scopo di incentivare gradatamente una posizione attiva dei partecipanti all'interno del gruppo.

## LE EMOZIONI

Ogni incontro con il Gruppo AMA "Uditori di Voci" trasmette emozioni di grande intensità. Lo stimolo alla lettura e alla scrittura ha determinato risposte complesse e diversificate: per alcuni è stato facile descrivere e condividere, per altri è stato essenziale l'aiuto di un compagno di gruppo, in alcuni casi la lettura si è rivelata impegno emotivo tanto forte da rinunciarvi, in altri è stato declinato con voce monotona, quasi priva di espressività. Durante gli approfondimenti, invece, le stesse persone che prima leggevano meccanicamente i propri scritti, portano vividamente emozioni come l'ansia, la paura, la rabbia, l'angoscia, il senso di speranza, la voglia di combattere.

Questo è avvenuto, ad esempio quando M. ha scritto e poi parlato al gruppo delle proprie voci come segue: "[...] *Per me le voci sono un serio pericolo, per una persona che soffre di questa malattia perché così, bene o meglio, all'improvviso senza avvertimento ti ordinano di fare delle brutte cose e tu automaticamente le accetti.*"

Ripercorrere le vie delle allucinazioni è un momento emotivamente molto impegnativo sia per i pazienti, sia per gli operatori. Alla fine di ogni incontro tutti quanti noi abbiamo finora condiviso un senso di soddisfazione per i piccoli passi in avanti (di ciascuno e del gruppo).

Le emozioni che si vivono ad ogni incontro, forti, contrastanti, a volte frammentate, a volte tanto intense da non poter essere verbalizzate, portano i partecipanti a condividere profondi vissuti, riferiti ad eventi sia passati che attuali, permettendo lo scambio tra le persone e la comprensione dell' "impensabile".

## CONCLUSIONI

Il Gruppo degli Uditori di Voci è in costante divenire e ad ogni incontro si aggiungono idee, suggestioni, riflessioni, possibili proposte per iniziative future. Questo è reso possibile dall'insostituibile feed-back circolare tra operatori ed utenti. In una relazione che supera la forte asimmetria tipica degli ambienti che si rifanno alla tradizione medica.

Rispetto agli obiettivi iniziali è possibile oggi affermare, a partire dall'osservazione diretta, che i partecipanti si sono effettivamente scambiati strategie e piccoli escamotage personali per la gestione delle "voci" che hanno dimostrato una certa efficacia. Ognuno ha cominciato ad assumere un ruolo più attivo, ed anche quelle persone che all'inizio avevano un atteggiamento di totale chiusura, stanno iniziando ad uscire dal proprio silenzio. Infine, è possibile testimoniare come il Gruppo sia diventato per alcuni un punto di raccordo sociale importante che ha funzionato in alcuni casi come promotore di un processo di de-isolamento, in altri come forte catalizzatore di una risocializzazione già in atto.

Pensiamo che sia possibile indicare l'Auto-mutuo-Aiuto, e specificamente nel caso degli uditori di voci, come quel luogo dove è possibile "con-sentire" quello che non può essere *sentito* da soli.

### Riferimenti utili per contattarci

CSM D6 ASL Roma C  
via Casilina 395  
00176 Roma  
tel. 06-51006227



Mariannina Amara	<a href="mailto:amara54@libero.it">amara54@libero.it</a>	329-9046686
Paola De Santis	<a href="mailto:desap@iol.it">desap@iol.it</a>	329-9046480