

“Non voglio più utilizzare gli strumenti dissociativi della mia gioventù per risolvere i miei problemi”

Intervento di Irene van de Giessen
al 1° Congresso Mondiale “Udire le Voci”, Maastricht, 17 e 18 settembre 2009
(traduzione di Lia Govers)

Il mio nome è Irene van de Giessen ed ho quarantun anni. Lavoro a tempo pieno già quasi da cinque anni.

Maltrattandomi per lungo tempo e seriamente a livello fisico, sessuale e mentale i miei genitori ed altri membri della famiglia mi hanno derubato della mia gioventù. A causa di questo ho incominciato a sentire le voci ed a vedere cose che altre persone non vedevano. Per questo motivo ho avuto da diversi psichiatri e psicologi per due volte la diagnosi di schizofrenia, una volta quella del Disturbo della Personalità Multipla ed un'altra volta quella del Disturbo da Stress Post Traumatico.

Con l'aiuto del mio padre adottivo e di altre persone di buona volontà sono riuscita ad affrontare le cose che sono avvenute nel mio passato. Sono riuscita a collocarle all'interno della mia storia personale. E vado fiera del fatto che da vittima io sono diventata una sopravvissuta, da sopravvissuta una lottatrice ed, infine, da lottatrice una persona che riesce ad accettare gli avvenimenti del suo passato per quello che sono.

Le esperienze della mia gioventù come diversi periodi psicotici, ricoveri brevi e lunghi in ospedali psichiatrici ed il sentire tante voci, ora giocano un ruolo minore nella mia vita anziché farla da padrone. Appartengono al mio passato. Associando i sintomi del mio malessere mentale e fisico al maltrattamento che ho subito ci sono riuscita. Oltre al regolare trattamento all'interno della psichiatria anche terapie alternative hanno giocato un ruolo importante nella mia ripresa, terapie come la 'fantasia guidata', mindfulness, terapia creativa e running therapy (allenamento fisico tramite la corsa).

Tutto questo ha fatto in modo che già oltre quattro anni io non debba più usare psicofarmaci. La decisione di smettere l'assunzione degli psicofarmaci non è stata facile perché nessuno era in grado di dirmi quale strategia potessi adoperare. Né lo psichiatra, né la casa farmaceutica del Risperdal potevano darmi raggugli definitivi in merito. Ho incontrato abbastanza resistenza presso gli operatori e gli altri utenti all'interno della psichiatria quando li ho messi al corrente della mia intenzione. Tutti mi raccontavano che era pericoloso smettere di assumere gli psicofarmaci.

Dopo che avevo chiesto l'opinione a tutte le persone intorno a me, poiché nessuno poteva darmi chiarimenti risolutivi, ho preso la mia decisione da sola, senza avvertirli. L'ho fatto perché sapevo che comportava dei rischi e non intendevo creare ancora più tensione nelle persone che avevo incominciato ad amare e rispettare. Per me personalmente il modo in cui ho messo in pratica la mia intenzione di smettere di prendere farmaci si è rivelato essere efficace, ma non potrei consigliare ad altri di seguire il mio esempio. Credo si debba prevedere più sicurezza.

Nei quindici anni in cui io ho fatto uso degli psicofarmaci questi hanno fatto in modo di creare un forte barriera fra me stessa e le mie emozioni. A quei tempi era l'unica possibilità di gestirle. Senza la vecchia, fidata barriera di sicurezza io mi sentivo nuda e vulnerabile come una neonata. Era come se le nuove emozioni ululassero attraverso il mio corpo come un uragano. Il mio corpo è ritornato alle sue funzioni femminili ed, per mia somma meraviglia, ho cominciato pure nuovamente a provare desideri sessuali. Che anche la mestruazione dopo tanti anni abbia fatta la sua ricomparsa non è stato, peraltro, la mia migliore esperienza.

Dopo aver smesso di prendere farmaci non ho più fatto uso dei servizi dell'ospedale psichiatrico. I colloqui col mio psichiatra e con l'infermiere psichiatrico non servivano più. All'interno del protocollo di trattamento entrambi, comunque, hanno fatto del loro meglio.

Tanto tempo fa avevo presa la decisione di non portare mai la mia esperienza all'interno della psichiatria. Coltivavo unicamente il pensiero di vivere in un mondo 'normale'. Eppure oggi mi trovo davanti a voi all'interno del palazzo del congresso MECC a Maastricht.

La ragione per la quale ho deciso di farlo egualmente è che circa due anni fa ho ricevuto una nuova diagnosi. Un neurologo ha accertato per me due malattie autoimmuni: una è l'Encefalite di Hashimoto e l'altra è la Sclerosi Multipla. Mi è stato detto che per entrambe non esiste la possibilità di guarigione. Una cosa simile l'avevo già sentita quando mi diedero la diagnosi di schizofrenia. Allora ho trovato un modo per riprendermi, quindi, anche ora ci proverò nuovamente.

Nonostante il fatto che la situazione attuale non sia piacevole, non voglio utilizzare gli strumenti dissociativi della mia gioventù per risolvere i miei problemi. Voglio continuare a sperimentare le mie emozioni. Voglio essere la persona completa che sono. Ciò significa che devo sperimentare ed accettare il dolore che accompagna la malattia. Significa, inoltre, che incomincio una ricerca verso la verità all'interno della mia esistenza. La mia verità.

Il modo rispettoso col quale sono stata trattata dagli operatori del reparto neurologico è in stridente contrasto con la strada solitaria che ho percorso assieme al mio padre adottivo all'interno della psichiatria. Nella maggior parte dei casi nella psichiatria vi era scarsa informazione e comunicazione, nonché un comportamento poco rispettoso da parte degli operatori.

Trovo opportuno dirvi che è altamente necessario trattare in modo rispettoso tutte le persone sofferenti di una malattia cronica, ma soprattutto le persone dipendenti dall'assistenza psichiatrica. Sappiamo tutti che vi sono poche persone che vengono a trovarsi all'interno di un ospedale psichiatrico. Ciò differisce notevolmente dalle mie esperienze in un reparto 'normale'. Vi sono stati momenti nei quali io dovevo dividere le mie visite in turni. E non soltanto differiva la quantità delle visite ma anche il trattamento da parte dei medici: nel reparto di psichiatria il contrasto era stridente rispetto al reparto di neurologia. Questo mi ha scioccato enormemente.

Nel futuro dovrò fare delle scelte riguardo alla mia salute. Scelte relative a quello che potrò o non potrò fare. So però bene che vi sono poche faccende più rilevanti dell'aiuto da prestare alle persone con problemi psichici durante il loro percorso verso la 'ripresa'.

Infine posso dirvi di essere contenta di poter stare qui davanti a voi tutti per ringraziare il mio padre adottivo, Willem van Staalén. Egli soffre di una malattia cronica molto particolare chiamata ottimismo. Mi ha sempre visto come persona e non come sofferente dell'una o dell'altra macabra malattia. E' questo atteggiamento che vorrei far presente agli operatori psichiatrici presenti e futuri e nel quale vorrei vederli formati.

Vi ringrazio per la vostra attenzione.