Ordine Psicologi del Piemonte

Rassegna Stampa OPP del 02-07-2020

INDICE

Novara Oggi
Contro la violenza sulle donne 5

Novara Oggi
Gioco d’azzardo patologico: tutti i «no» alla modifica delle legge regionale e i dati 6

Gazzettadalba.it
La norma contro il gioco d’azzardo non si tocca: l’opposizione fa muro 8

Pharmastar.it
Fibromyalgia Network: un progetto multidimensionale APMARR per la sindrome fibromialgica [Ortopedia e Reumatologia] 10

Atnews.it
“La Scuola si “ri-sveglia” insieme ai bimbisvegli di Serravalle d’ Asti” 12

Il Sole 24 Ore
In Puglia debutta lo psicologo di base 13

Gonews.it
[Toscana] Coronavirus in Toscana, il bilancio dell'Ordine degli psicologi 14

Ultimavoce.it
Gioco d#azzardo in Piemonte: è scontro sulle modifiche alla legge 16

Torinotoday.it
Consultori: indirizzi e orari a Torino 18

Blastingnews.com
Mascherine a scuola, lo psichiatra Meluzzi: 'No alle museruole' 20

Met.provincia.fi.it
Coronavirus, l'identikit dei toscani al tempo del Covid: ansia, paura per amici e parenti e attacchi di panico coronavirus - MET 21

Stamptoscana.it 23
Impatto covid, ansia, paura e crisi di panico per chi cerca lo psicologo

Il Messaggero 24
«Spazio ai ragazzi, il virus li ha bloccati»

La Stampa - Ed. Novara 25
Disturbi psicologici da lockdown Uno sportello per gli adolescenti

La Repubblica - Ed. Napoli 26
Scuola, adolescenti e ansie da lockdown "Ma la didattica a distanza ha funzionato"

La Repubblica 27
Stagionali, casalinghe e professionisti Sos dalla Caritas: 130 mila nuovi poveri

Avvenire 28
Laboratori e corsi per ridare fiducia ai giovani "Neet"

La Repubblica - Ed. Torino 29
Linda, segregata in casa da 77 giorni: "Positiva al virus dopo 12 tamponi"

Panorama 30
Dalla sindrome della capanna alla videofobia, il catalogo delle ansie dopo il lockdown è questo

Lastampa.it 32
I nostri adolescenti Mangiano male, fanno poco sport e non sono felici

Repubblica.it 34
Mauriziano, un ulivo in giardino per le vittime del Covid: atteso anche Chiambretti

Mind 35
Nostalgia di ieri

Mind 38
Avrei, sarei, potrei

Mind 41
Si può, ma non esco

Mind 44
Circuid inceppati

Mind 48

Caccia al colpevole

Mind 52
In origine era la neve

Mind 55
LA DONNA DALLE MILLE VITE

Mind 57
Pensieri alla finestra

Mind 58
La vera storia di un esperimento controverso

Mind 62
Il giorno della marmotta

Mind 64
Dipendenti dalla pancia

Libero 67
A furia di stare connessi le tante vite di Yul Brynner abbiamo paura di tutto

Novaraoggi

Newspaper metadata:

Source: Novara Oggi
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/26
Media: Printed
Pages: 3 -

Contro la violenza sulle donne

L'Ordine degli psicologi del Piemonte è entrato nel Gruppo internazionale delle società e degli ordini di psicologia: è il primo e unico Ordine italiano coinvolto in questa importante iniziativa internazionale. Sono quasi 60 le Istituzioni rappresentative della psicologia nel mondo che ne fanno parte, con il coordinamento dell'American Psychological Association. Il Gruppo ha elaborato un documento relativo alle azioni che la psicologia può promuovere per combattere il fenomeno della violenza domestica, acutizzato maggiormente durante l'emergenza sanitaria. Questi gli hashtag: #actionagainstviolence #globalpsychology - #azione-contro- violenza #psicologiaglobale. Psicologi e psicologhe si sono uniti in tutto il mondo per agire contro la violenza domestica (psicologica, fisica, sessuale) che è aumentata a livello globale durante la pandemia di Covid 19, con lo scopo di offrire supporto e condividere risorse professionali, scientifiche e informative. «Non c'è salute, senza salute mentale - ribadisce l' Ordine - le persone vittime di violenza, durante una crisi, si trovano coinvolte in situazioni doppiamente complicate che possono esercitare un impatto a lungo termine sulla salute mentale, con rischi di complicazioni post traumatiche, depressione, ansia e altre difficoltà psicologiche e relazionali. E' necessario promuovere la funzionalità dei servizi, per rispondere non solo ai bisogni immediati ma anche alle problematiche a lungo termine». In Italia è disponibile il numero verde gratuito 1522, attivo h24, in diverse lingue.

Novaraoggi

Newspaper metadata:

Source: Novara Oggi
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/26
Media: Printed
Pages: 8 -

Gioco d’azzardo patologico: tutti i «no» alla modifica delle legge regionale e i dati

La legge regionale 9/2016 sul gioco d’azzardo patologico tiene banco da settimane e ha visto schierarsi enti, associazioni e ordini professionali, oltre ovviamente alle parti politiche.L’amministrazione Cirio vuole modificarla abolendo il distanziometro, cioè la misura che prevedeva di non poter posizionare slot machine e Vlt a meno di 300 metri da istituti scolastici di ogni ordine e grado, centri di formazione per giovani e adulti, luoghi di culto, impianti sportivi, ospedali, strutture residenziali o semiresidenziali operanti in ambito sanitario o sociosanitario, strutture ricettive per categorie protette, luoghi di aggregazione giovanile e oratori, istituti di credito e sportelli bancomat, esercizi di compravendita di oggetti preziosi e oro usati, movicentro e stazioni ferroviarie nei Comuni fino a 5mila abitanti. Limite che sale a 500 metri quando il Comune supera i 5mila abitanti.L’assessore Andrea Tronzano parla di «strumentalizzazioni delle opposizioni» e argomenta la difesa degli interventi di modifica della legge: «I dati dei monopoli dimostrano con chiarezza che il gioco si è solo spostato su altre tipologie e quindi in Piemonte non è diminuito ed è aumentata l’illegalità. Anche i sindacati sono preoccupati per i lavoratori del settore: oggi, il problema dei piemontesi è il lavoro e noi vogliamo salvare i posti di lavoro».Dopo le proteste, sembrava che l’emendamento per eliminare i limiti di distanza venisse ritirato, invece, nulla di fatto. Non solo, la Lega ha presentato un’ulteriore proposta di legge, la numero 99 del 22 giugno, con la quale si abolirebbe anche la possibilità, per i sindaci, di limitare gli orari di apertura.«Un comportamento scellerato della giunta e della maggioranza disposte a tutto pur di compiacere lobby e interessi particolari - commenta il consigliere regionale Pd, Domenico Rossi - La scelta di eliminare la limitazione degli orari è grave, perché dove è stata applicata ha prodotto ottimi risultati e perché si tratta di una scelta contro i primi cittadini, in quanto toglie loro la protezione normativa e li espone a rispondere delle richieste di danni legate ai ricorsi degli esercenti, così come avveniva in passato».L’iniziativa di Libera e le critiche di enti e Ordini professionaliUna campagna di mailbombing, cioè mail standard da far arrivare ai consiglieri regionali. «E’ giusto tutelare i lavoratori del settore, ma è scorretto farlo sulla pelle dei più fragili - spiega il coordinamento Libera Novara - La legge piemontese tutela le fasce a rischio senza proibire il gioco, ma allontanandolo dai luoghi della vita quotidiana. In questi anni di applicazione della legge si sono ridotti i volumi delle giocate, comunque elevatissimi, e con loro quelli delle perdite, come dimostrato dagli studi dell'Istituto di Ricerche Economiche e Sociali per il Piemonte (Ires). E’ lo stesso Ires a confutare una delle critiche più ricorrenti alla legge, accusata di spingere verso il gioco illegale». «La regione Piemonte tuteli la salute dei cittadini. E’ inconcepibile che la Giunta piemontese abbia pensato di sacrificarla con tanta leggerezza in un periodo storico in cui sono evidenti le ripercussioni sociali ed economiche della diffusione incontrollata di patologie»: questo l'appello del comitato novarese Mettiamoci in gioco, composto da Cgil, Federconsumatori, Adiconsum, Arci, Auser, Associazione La Torre - Mattarella, Legambiente, Libera e Medicina Democratica.Anche Gruppo Abele, movimento dei Focolari, Ordine degli psicologi e Ordine assistenti sociali del Piemonte sono contrari alla modifica della legge. «E’ disponibile un’ampia e incontrovertibile documentazione tecnico-scientifica che dimostra in modo chiaro gli effetti di prevenzione - fa sapere l’Ordine degli psicologi - I dati dello studio Gaps del Cnr di Pisa evidenziano come in Piemonte nel 2018 dichiara di aver giocato almeno un gioco in denaro meno del 33% della popolazione contro il quasi 42% nazionale del 2017 (quasi 400mila persone in meno) e che la proporzione di giocatori a rischio maggiore di 0 in Piemonte nel 2018 assommava a circa il 13% contro un dato nazionale dell’anno precedente del 22%. La prevalenza di giocatori problematici/patologici in Piemonte nel 2018 era del 0,53% della popolazione 15-64 anni mentre in Italia nel 2017 era stata quasi doppia, lo 0,97%. L’abolizione del distanziometro significherebbe riallineare il Piemonte alle altre regioni. Da un punto di vista economico, se nei 4 anni dal 2016 al 2019 in Piemonte si fosse continuato a giocare con un trend analogo a quello del resto d’Italia i piemontesi avrebbero “investito” nel gioco 2 miliardi e 618 milioni in più. I 2.618 milioni “non giocati” dal 2016 al 2019 sono fatti per la maggior parte di gioco su canale fisico (2.227 milioni) presentando una quota non trascurabile anche nel gioco online, 391 milioni di euro. Quindi non solo in Piemonte non si è giocato sul web più che nel resto del Paese ma addirittura lo si è fatto un po' di meno».Botta e risposta Astro - Domenico Rossi«Dai dati ufficiali dell’Agenzia delle dogane e dei Monopoli, esposti nello studio elaborato dalla Cgia Mestre - dichiara Astro - risulta che, per effetto della stessa, la raccolta complessiva di gioco in Piemonte non solo non è diminuita ma è addirittura aumentata del 3%. Siamo di fronte a interpretazioni ideologiche della legge».Accuse respinte da parte del consigliere Rossi: «Non capisco dove sarebbero le interpretazioni ideologiche: è evidente anche dai loro dati che il gioco fisico è diminuito in Piemonte e la legge regionale interviene proprio su quello. Mi sembra di poter dire che i numeri di Astro non

Novaraoggi

Newspaper metadata:

Source: Novara Oggi
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/26
Media: Printed
Pages: 8 -

fanno che confermare l’efficacia di una legge che non ha l’obiettivo di proibire il gioco, bensì di allontanarlo dai luoghi della vita, di renderlo meno pervasivo: per questo il distanziometro è un elemento fondamentale senza il quale la norma perderebbe di efficacia (volume gioco ridotto di 500milioni, -113 milioni di perdite solo su gioco fisico, -9,7% gioco fisico, tra 2015 e 2018). Piuttosto mi sembra improprio mettere in relazione una legge approvata nel 2016 e solo parzialmente applicata, manca ancora l’intervento sulla sale da gioco, con un quadro complessivo di crescita del gioco che dura da oltre vent’anni in tutta Italia. Il rapporto con il resto del Paese mi sembra essere il tassello mancante nel report in questione: è vero, a esempio, che il gioco on line, è in crescita in Piemonte (+75% rispetto al 2015 secondo i dati Ires) ma molto meno che nel resto d’Italia (+87%). Non si può, quindi, parlare di un effetto sostituzione del gioco in presenza con quello virtuale, ma auspichiamo che il Governo segua l’esempio Piemontese e intervenga a normare il comparto. Chi difende la legge si limita a tutelare i più fragili e non ha bisogno di giocare con i numeri perché è lo stesso ministero della Salute ad aver confermato la drammaticità del problema inserendo il Gap nei Lea a partire dal 2017. Da allora lo Stato si fa carico delle persone che cadono vittima di tale dipendenza, senza considerare i fenomeni correlati come quello delle crisi familiari e del sovraindebitamento».Personaggi Citati:

Newspaper metadata:

Source: Gazzettadalba.it Author:
Country: Italy Date: 2020/06/27
Media: Internet Pages: -

Web source: https://www.gazzettadalba.it/2020/06/la-norma-contro-il-gioco-dazzardo-non-si-tocca-lopposizione-fa-muro/

La norma contro il gioco d'azzardo non si tocca: l'opposizione fa muro

LEGA E FORZA ITALIA HANNO CERCATO D'INSERIRE UNA MODIFICA NEL PROVVEDIMENTO OMNIBUS, CON PD, MOVIMENTO 5 STELLE, LEU, MODERATI E MONVISO A CHIEDERE AL GOVERNATORE LO STOP ALLA DISCUSSIONE IL CASO Due passi avanti e uno indietro. Lega e Forza Italia, fin dalla campagna elettorale, avevano annunciato di voler mettere mano – eliminandone la retroattività – alla legge regionale che ha tolto le slot dal centro delle città, facendo crollare il fatturato del gioco d'azzardo. La retroattività è però la forza della legge del 2016 – Giunta Sergio Chiamparino –, che ha imposto per le macchinette distanze di almeno 500 metri da tutti i luoghi sensibili, azzerandole di fatto nei centri abitati. Eliminando questo aspetto, chiunque avesse installato slot e Vlt (video lottery terminal) prima del 2016 avrebbe potuto recuperarle. La legge ha imposto due step: dal novembre 2017 ha vietato l'uso delle slot negli esercizi pubblici sotto la distanza di 500 metri da scuole, chiese, ospedali, banche ecc. Dal maggio 2019 sono state sottoposte al "distanziometro" pure le sale giochi e scommesse, a parte quelle con autorizzazioni decorrenti dal gennaio 2014, la cui scadenza è prevista nel maggio 2021. I dati dell'Ires però non lasciano molto spazio alle interpretazioni. In Piemonte il gioco d'azzardo è calato del 9,7% (a fronte di un aumento dell'1,6% nel resto d'Italia), le perdite sono diminuite del 17,8% e i due terzi delle somme non spese nel 2018 non sono state reinvestite in altri giochi. Purtroppo il volume delle giocate on-line è cresciuto anche in Piemonte (+45%), ma meno che nel resto d'Italia (+48%). Lega e Forza Italia hanno in prima istanza cercato d'inserire la proposta di modifica nel provvedimento Omnibus, con Pd, Movimento 5 stelle, Leu, Moderati e lista Monviso a bollare la mossa come un "colpo di mano" notturno, per il quale hanno chiesto lo stop alla discussione e un confronto con il presidente Alberto Cirio. Il governatore ha poi chiarito di voler approvare un nuovo provvedimento entro l'estate, ma a partire dal progetto di legge depositato in commissione, rinunciando quindi alla "forzatura". Il consigliere regionale del M5s Ivano Martinetti non usa mezzi termini: «Cirio e la Lega vogliono cancellare la legge sull'azzardo. Ma dare il via libera alle macchinette mangiasoldi in questo momento storico è operazione criminale. Le imprese devono ripartire in sicurezza, le famiglie gestire lavoro e figli, interi settori economici sono ancora bloccati e qual è la risposta della Regione? Più gioco d'azzardo e via libera alla caccia al merlo. Sono questi i principali provvedimenti contenuti nella legge Omnibus in discussione in Consiglio regionale». La condanna all'operato di Forza Italia e Lega è quasi unanime da parte dell'opposizione, ma anche di tutto il mondo cattolico, dal gruppo Abele ai medici, agli psicologi si alza l'invito a non intervenire su una norma che ha letteralmente salvato molte persone dalla ludopatia. Chiaro anche il «no» del vescovo di Alba Marco Brunetti: «Rinnovo il mio appello al Governo regionale, affinché non modifichi una norma che sta portando buoni frutti». Tra i sostenitori della modifica c'è invece l'assessore regionale Andrea Tronzano: «Ricordo che i dati dei Monopoli dimostrano che il gioco si è solo spostato su altre tipologie e in Piemonte non è diminuito affatto. Ricordo che con l'eliminazione del gioco legale è aumentata l'illegalità, come si vede dai crescenti interventi delle Forze dell'ordine. Anche i sindacati sono preoccupati per i lavoratori del settore. Non vogliamo cambiare la legge quando parla di prevenzione, salute, cura, sensibilizzazione». Oltre 4mila degli emendamenti presentati dalle opposizioni sul provvedimento Omnibus arrivano da Marco Grimaldi di Liberi e uguali, che spiega: «Vogliamo vengano stralciate tutte la parti che riguardano la caccia, la sanatoria per le slot, le nuove norme sulle cave, la privatizzazione del Csi. Non ci accontenteremo finché il muro non sarà completamente crollato». g.a. Alba: la maggioranza s'astiene e l'ordine del giorno passa «Le sale slot riaprono, ma è vietato un collegio docenti, organizzare un saluto per gli alunni o l'esame di terza media in presenza», ha detto il consigliere di Uniti per Alba Fabio Tripaldi. Il Consiglio comunale albese ha così approvato, con le astensioni della maggioranza e il solo «sì» dell'opposizione, un ordine del giorno per chiedere alla Regione di non modificare la legge di contrasto al gioco d'azzardo patologico. La modifica toglierebbe la retroattività e quindi consentirebbe a chi aveva macchinette nel proprio locale prima del 2016 di reinstallarle. A presentare l'ordine del giorno è stato il consigliere Anna Chiara Cavallotto che, quando era assessore, aveva cercato di contrastare la ludopatia: «Con questa modifica il Consiglio regionale punta a rendere quasi inefficace una legge efficace, che ha permesso un calo del gioco fisico, come hanno già dimostrato i numeri dell'Ires». A difesa della proposta di modifica della legge avanzata dal Carroccio è sceso il giovane consigliere della Lega Lorenzo Barbero: «Riteniamo l'ordine del giorno proposto sbagliato. I dati della Cgia di Mestre certificano un aumento del 48% del gioco on-line e un aumento dell'azzardo illegale stimato dell'800%. Sono contro il gioco, ma non è questa legge che risolve il problema, anzi». Il presidente (Fi) Gionni Marengo ha annunciato l'astensione della maggioranza: «I dati della Cgia e quelli dell'Ires Piemonte non combaciano. È difficile quindi farsi un'idea precisa. Non avendo certezza che il volume

Newspaper metadata:

Source: Gazzettadalba.it
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/27
Media: Internet
Pages: -

Web source: https://www.gazzettadalba.it/2020/06/la-norma-contro-il-gioco-dazzardo-non-si-tocca-lopposizione-fa-muro/

d’affari sia diminuito ci asterremo nel voto». Gli otto consiglieri di opposizione (assente Ester Marello) hanno votato a favore, i 16 di maggioranza, compreso il gruppo della Lega, si sono astenuti, dando di fatto il via libera all’Odg. m.p.

PHARMASTAR
il Giornale on-line sui Farmaci

Newspaper metadata:

Source: Pharmastar.it
Author: Nicola Casella
Country: Italy
Date: 2020/06/29
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://www.pharmastar.it/index.html?cat=24&id=32742

Fibromyalgia Network: un progetto multidimensionale APMARR per la sindrome fibromialgica [Ortopedia e Reumatologia]

Ortopedia e Reumatologia Lunedi 29 Giugno 2020 Nicola Casella Nel corso del congresso EULAR è stato presentato un abstract relativo ad un progetto portato avanti da APMARR (Associazione Persona con Malattie Reumatiche e Rare) su questa patologia Ne abbiamo parlato con Antonella Celano, presidente di APMARR. L'emergenza Covid-19 e il ruolo di ANMAR nel dare ascolto e voce alle esigenze dei pazienti reumatologici in questa fase #EULAR2020 Pet therapy nell'artrite idiopatica giovanile, risultati preliminari da studio condotto in Piemonte #EULAR2020 Nel corso del congresso EULAR è stato presentato un abstract relativo ad un progetto portato avanti da APMARR (Associazione Persona con Malattie Reumatiche e Rare) su questa patologia e noi ne abbiamo parlato con Antonella Celano, presidente di APMARR, Associazione Nazionale Persone con Malattie Reumatologiche e Rare.Il progetto si chiama “Network Fibromialgia- Rete di supporto, inclusione e innovazione per le donne con Sindrome Fibromialgica” ed è stato finanziato dalla Regione Puglia grazie all’avviso “Puglia Capitale Sociale 2.0 –Linea A”.L’iniziativa, realizzata in partenariato con l’Associazione di Promozione Sociale Conchiglia e con la collaborazione di AISF –Associazione Italiana Sindrome Fibromialgica, ASL Taranto, Ordine dei Medici di Taranto, Ordine degli Psicologi della Regione Puglia e SIR -Società Italiana di Reumatologia sezione Puglia, prevedeva una serie di attività finalizzate a migliorare la qualità della vita delle persone, prevalentemente donne, affette da fibromialgia.“Il primo obiettivo del progetto – spiega Antonella Celano, Presidente di APMARR, è stato quello di fare rete attorno ad una patologia che ha ancora il carattere dell’invisibilità. Caratterizzata da dolore cronico diffuso e difficile da diagnosticare, la fibromialgia riduce la capacità fisica e psicologica di vivere una vita lavorativa e sociale che possa dirsi soddisfacente”.“A fare rete con noi – aggiunge - oltre AISF, abbiamo avuto non solo la Regione Puglia ma anche alcune ASL, l’Ordine dei Medici, degli Psicologi, l’Associazione Conchiglia e la sezione regionale della SIR (Società Italiana di Reumatologia). Tutti questi partner hanno prodotto con noi delle attività: dalla creazione di una sorta di “cantiere di innovazione sociale” (creazione di tavolo permanente) alla firma di una Carta per la Fibromialgia”.Nell’ambito del Progetto, si sono tenuti incontri informativi sui gruppi di incontro, ascolto e sostegno.Nei gruppi era possibile condividere la propria esperienza, molto spesso legata alla frustrazione di una tardiva diagnosi, in presenza di uno psicologo-psicoterapeuta che ha proposto tecniche di rilassamento, mindfulness e bioenergetica orientate alla consapevolezza e al benessere psico-corporeo.Il progetto ha visto l’attivazione, a Lecce, di uno sportello fibromialgia presso la sede centrale di APMARR, nonché di un numero verde fibromialgia con funzioni di informazione e orientamento rispetto alla patologia.Sono stati organizzati in seno al progetto anche 2 workshop: il primo dedicato ai medici di base, in collaborazione con l’Ordine dei Medici di Taranto, per approfondire la sintomatologia della fibromialgia e riconoscerla più precocemente; il secondo, dedicato all’empowerment delle pazienti: un percorso formativo ed esperienziale per la crescita del “paziente esperto”, ovvero un cittadino in grado di relazionarsi in modo consapevole con i medici e i decisori per restituire la propria conoscenza della patologia e condividerla per il benessere della comunità.Si è parlato anche di aspetti legati alla cura (impiego cannabis terapeutica) e discusso di un percorso innovativo nella cura della fibromialgia (ricorso all’ossigenoterapia iperbarica).A quest’ultimo riguardo, l’aspetto più innovativo del progetto è consistito nella raccolta di ulteriori dati rispetto agli effetti della camera iperbarica per il trattamento delle pazienti con sindrome fibromialgica, attività che è stata svolta in collaborazione con la ASL di Taranto.“I benefici ottenuti dal trattamento in questione – continua Celano – hanno indotto il gruppo HTA (Health Technology Assessment) della Regione Puglia a segnalare questa tecnologia nel programma nazionale HTA dei dispositivi medici”.I risultati del percorso sono stati divulgati attraverso un convegno finale che ha avuto carattere nazionale ed è stato organizzato in collaborazione con AISF – Associazione Italiana Sindrome Fibromialgica”.“Il progetto si è formalmente concluso ma – aggiunge Celano – l’interesse della Associazione nei confronti della fibromialgia non è terminato. Quindi, le attività per le persone affette da fibromialgia continuano (gruppi di sostegno, gruppi di mutuo aiuto)”.Volendo fare un bilancio dell’iniziativa, la presidente di APMARR ha sottolineato come “fare rete, se questa è ben strutturata, è un’operazione che paga. La nostra esperienza positiva con AISF e con altri stakeholder ci conforta sulla necessità di andare avanti insieme perché è solo in questo modo che si gettano basi più solide per lavorare nell’interesse dei pazienti”.Nicola

PHARMASTAR
il Giornale on-line sui Farmaci

Newspaper metadata:

Source: Pharmastar.it
Author: Nicola Casella
Country: Italy
Date: 2020/06/29
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://www.pharmastar.it/index.html?cat=24&id=32742

CasellaBibliografiaCelano A et al. Fibromyalgia network – a multidimensional project for people with fibromyalgia syndrome. EULAR 2020; Abs.OP0320-PARELeggi

Newspaper metadata:

Source: Atnews.it
Author: Redazione
Country: Italy
Date: 2020/06/29
Media: Internet
Pages: -

Web source: https://www.atnews.it/2020/06/la-scuola-si-ri-sveglia-insieme-ai-bimbisvegli-di-serravalle-d-asti-113024/

“La Scuola si “ri-sveglia” insieme ai bimbisvegli di Serravalle d’ Asti”

Riceviamo e pubblichiamo La Scuola si “ri-sveglia” insieme ai bimbisvegli di Serravalle d’ Asti Quale scuola? Così come un’edificio può essere abitabile solo se la struttura è solida e la copertura integra, così anche la scuola che vogliamo, in cui crediamo e che pratichiamo, deve riprendere con basi psico pedagogiche solide e relazioni funzionali. Così dal 6 al 31 luglio porteremo avanti campus estivo di recupero relazionale, didattico ed esperienziale, rivolto principalmente ai nostri alunni ma anche ai loro fratelli e sorelle, ai futuri iscritti alla classe prima, e agli abitanti della frazione di Serravalle d’Asti, durante il quale, nel pieno rispetto delle norme, che via via verranno emanate, faremo ripartire il nostro percorso di apprendimento attraverso la relazione, la sperimentazione, l’empatia, il gioco. Il campus sarà inquadrato da un punto di vista burocratico come “centro estivo” organizzato dall’ass. Bimbisvegli e grazie alla concessione dei locali da parte del Consiglio di Circolo, alla preziosa collaborazione del Comune di Asti, al Servizio Civile Universale e ad una fitta rete di cooperazione con associazioni e realtà del territorio (prime fra tutte la Pro Loco di Serravalle d’Asti e gli amici del centro di accoglienza migranti Agathon), e si pone l’obiettivo dichiarato di produrre un modello didattico praticabile e integrabile in contesto scolastico istituzionale, adeguato alle Linee Guida Ministeriali per la riapertura della scuola. Attraverso laboratori sperimentali, attività tematiche e ludiche, uso diffuso e funzionale del territorio e delle sue offerte culturali e logistiche, le bambine ed i bambini vivranno un vero e proprio GREEN CAMPUS di recupero relazionale, cognitivo ed esperienziale. Piccoli gruppi, tanto outdoor, attività e sperimentali, teatrali e manuali finalizzate anche al rinforzo di apprendimento disciplinari e al al pratica di competenze che, necessariamente, in questi mesi di distanziamento si sono un po’ tralasciate (ebbene si, conteremo, scriveremo, e impareremo anche nozioni nuove, sempre con occhi aperti sul mondo e con la necessità di imparare per renderlo più bello e giusto). Lezioni con il teatro, facendo cinema, all’aria aperta, incontrando persone, camminando insieme, scoprendo la vita in una pozza d’acqua, facendo esperienza e cooperando, raccogliendo dati , formulando ipotesi e verificandone gli esiti… lo abbiamo sempre fatto e si può fare! È il modo migliore per insegnare ed imparare. Il progetto è stato sviluppato grazie al prezioso apporto scientifico del comitato di riferimento dell’associazione Bimbisvegli (Anna Oliverio Ferraris- psicologa scrittrice, Paola Nicolini – Università di Macerata, Gianni Marconato – psicologo formatore, Paolo Mottana – università Bicocca, Giuseppe Campagnoli architetto, Antonino Attanasio – avvocato, Giuseppe Paschetto onsulente ministeriale e insegnante) e le attività saranno monitorate da ricercatori universitari. Tutti i risultati delle ricerche e della sperimentazione e le attrezzature logistiche saranno messe a disposizione della scuola proponendo questo modello di ripresa “made in Asti” delle lezioni, sia a livello ministeriale che locale. Giampiero Monaca

Il Sole 24 ORE

Newspaper metadata:

Source: Il Sole 24 Ore
Country: Italy
Media: Printed

Author: Enza Moscaritolo
Date: 2020/06/30
Pages: 35 -

In Puglia debutta lo psicologo di base

LA SPERIMENTAZIONEEnza MoscaritoloLa Puglia è la prima regione d'Italia a dotarsi dello psicologo di base. Il Consiglio Regionale, infatti, ha approvato nei giorni scorsi la proposta di legge (a prima firma di Pino Romano, presidente della Commissione sanità) per l'Istituzione del servizio di psicologia di base e delle cure primarie. Si tratta di una sperimentazione, annuale per il momento, che vedrà lo psicologo del servizio di psicologia di base e delle cure primarie, inserito nel distretto socio sanitario per l'attività di assistenza primaria territoriale e collocato all'interno della unità operativa cure primarie, svolgere funzioni di coordinamento e programmazione per la psicologia territoriale nei presidi territoriali di assistenza (Pta), per i percorsi diagnostico terapeutico assistenziali (Pdta), in collaborazione con la medicina convenzionata, più specificatamente medici di medicina generale, pediatri di libera scelta e specialisti ambulatoriali. Un servizio che ha, tra gli obiettivi, garantire i diritti di assistenza e la promozione del benessere psicofisico della comunità in campo sanitario. La norma prevede l'istituzione presso l'Agenzia regionale strategica per la salute e il sociale di un coordinamento regionale dei dirigenti psicologi delle singole Asl, con l'obiettivo di proporre nuovi modelli organizzativi innovativi, verificandone di volta in volta l'applicabilità: tale organismo sarà costituito da un dirigente psicologo e integrato con la presenza di due rappresentanti designati dall'Ordine regionale professionale degli psicologi e di due rappresentanti designati dai dipartimenti universitari corrispondenti, per la definizione di linee guida rispetto alle problematiche prioritarie. In questa fase di prima applicazione sono previsti 9 psicologi per ogni distretto socio-sanitario, con una spesa di 750mila euro per il 2020. «Si tratta di un risultato importante – ha commentato Vincenzo Gesualdo, presidente dell'Ordine degli Psicologi della regione - per la considerazione della salute psichica alla stregua di quella fisica, finalmente in linea con i dettami dell'Organizzazione mondiale della Sanità e dell’articolo 32 della Costituzione».© RIPRODUZIONE RISERVATAEnza Moscaritolo

Newspaper metadata:
Source: Gonews.it
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: https://www.gonews.it/2020/06/30/coronavirus-in-toscana-il-bilancio-dellordine-degli-psicologi/

[Toscana] Coronavirus in Toscana, il bilancio dell'Ordine degli psicologi

30 Giugno 2020 15:31 Sanità Toscana Cittadini toscani comuni, con un'età media di 50 anni, principalmente di sesso femminile e con stati di ansia e paura, preoccupazione per familiari, parenti, amici e richiesta supporto per attacchi di panico. È questo l'identikit dei cittadini toscani che, durante l'emergenza sanitaria da Covid-19, si è rivolto alle linee telefoniche attivate dall'Ordine degli psicologi della Toscana e dal Comune di Firenze gestite da circa 400 psicologi. Il bilancio del servizio di sostegno psicologico offerto dagli psicologi toscani durante il lockdown ai fiorentini e a tutti i toscani è stato presentato oggi a Palazzo Vecchio dall'assessore a Welfare e Sanità Andrea Vannucci, dalla presidente e dal vicepresidente dell'Ordine degli psicologi della Toscana Maria Antonietta Gulino e Simone Mangini."L'ordine degli psicologi, che ringraziamo per la preziosa collaborazione e la grande professionalità dei suoi iscritti, è riuscito a intercettare i bisogni delle persone nella fase più dura del lockdown e durante la fase della ripartenza - ha detto l'assessore Vannucci -. Il Comune di Firenze ha fatto la sua parte mettendo a diposizione il proprio call center 'Io resto a casa' che ha funzionato da filtro e da canale di informazione privilegiato per accedere a questo tipo di servizio alla persona che è stato svolto in maniera totalmente volontaria e gratuita da parte dei professionisti dell'ordine degli psicologi della Toscana". "Firenze ha fatto anche da centro di riferimento per gli altri comuni e le altre province della regione - ha continuato Vannucci -, mettendo il nostro centralino a disposizione anche per chiamate provenienti da fuori città. Siamo perciò felici di aver contribuito all'ottima riuscita del servizio, che è servito anche a chiarire un aspetto che mi auguro possa essere ripreso e valorizzato anche in futuro: la necessità forte di avere servizi di sostegno psicologico a disposizione della cittadinanza indipendentemente dal poterselo permettere, un servizio universale"."Nel momento in cui questa emergenza sanitaria sarà terminata - ha spiegato la presidente Maria Antonietta Gulino - come richiesto dal sindaco Dario Nardella che ringraziamo per la collaborazione e la sensibilità dimostrata in questi mesi di emergenza, ci mettiamo a disposizione di Firenze con i nostri professionisti psicologi per ragionare di un nuovo modello di città che parta dai bisogni dei cittadini e sappia guardare con speranza al proprio sviluppo e futuro".Le linee telefoniche. La prima linea a carattere informativo è stata attivata il 16 marzo 2020 e ha terminato di essere attiva il 18 maggio con l'avvio della fase 2. La seconda linea telefonica, quella di supporto psicologico realizzata in collaborazione con il Comune di Firenze, è stata attivata il 24 marzo ed è stata chiusa il 30 maggio e prevedeva fino a 2 follow up. Dal 16 marzo sono state registrate 808 chiamate, di queste 564 chiamate (69,8%) sono state registrate sulla linea 1 e le restanti 244 (30,2%) sulla seconda linea. Delle chiamate arrivate alla linea 1 il 3,5% dei soggetti ha chiamato più volte.Rispetto alla seconda linea è possibile rilevare che ci sono stati 50 primi follow up richiesti, mentre 40 soggetti hanno usufruito anche del secondo follow up. L'età media delle persone che hanno usufruito del servizio è stata di 50 anni. L'età minima 18 anni, mentre l'età massima 91 anni. Rispetto al sesso il 69,7% delle chiamate sono arrivate da donne e il 30,3% da uomini.Chi ha chiamato. L'80,7% sono cittadini, il 12% gli stessi psicologi, il 5% (40) operatori sanitari, il 2,3% altre persone.Da dove hanno chiamato. Secondo quanto riporta l'indagine il 48,9% delle chiamate sono arrivate da Firenze e provincia; da Lucca l'8,1%, da Siena il 7,5%, da Livorno il 6,8%, da Pisa il 6,4%, da Pistoia il 5,6%, da Arezzo il 5,3%, da Prato il 4,4%, da Grosseto il 2,7% e da Massa Carrara l'1,7%. Sono arrivate anche chiamate da fuori regione (2,4%) (Lombardia, Bergamo, Lecco; Liguria, Sestri Levante; Emilia Romagna, Modena, Bologna; Veneto, Sicilia, Lazio, Umbria e Campania), 2 chiamate dall'estero (Francia).Motivo della chiamata. I primi giorni di attivazione della linea sono state ricevute più richieste di tipo informativo, poi successivamente si sono trasformate in richieste prevalentemente di supporto e ascolto. Questa esigenza ha alimentato l'attivazione della linea due. Le richieste di tipo informativo sono state circa il 20% mentre quelle di supporto circa il 75%. A queste si aggiunge un 5% circa di richieste che non riguardano la situazione di emergenza Covid-19.Motivi di richiesta di supporto. Prevale la motivazione legata a stati di ansia e paura (circa il 31%), la ricerca di un supporto generico spinto da un bisogno di ascolto (17%), seguono richiesta di supporto per la preoccupazione per familiari/parenti/amici (10%), supporto per una psicopatologia pregressa (8,1%), supporto per attacchi di panico (7,0%). La ricerca di supporto per preoccupazioni collegate al lavoro rappresenta il 3,8% della motivazione della chiamata alla linea, per il 2,2% il supporto viene ricercato perché è in quarantena obbligatoria l'1,5% perché risultati positivi al Covid- 19. Fra le richieste di informazioni le informazioni generiche hanno riguardato il 5,7% delle chiamate ricevute, l'8,4% informazioni sui DPCM e il 2,8% richieste tecniche da colleghi psicologi, l'1,6% informazioni per minori, 0,9% altro.Invii. Dal 30 marzo ci sono stati 342 inserimenti rispetto all'invito a contattare i riferimenti che costituivano la rete di supporto che collaborava con l'Ordine degli psicologi della Toscana. Di questi

Newspaper metadata:

Source: Gonews.it
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: https://www.gonews.it/2020/06/30/coronavirus-in-toscana-il-bilancio-dellordine-degli-psicologi/

soggetti 24,6% sono stati invitati a contattare un professionista psicologo attraverso il sito dell'OPT, il 12,6% è stato invitato a contattare la linea 2 dell'OPT, il 5,3% sono stati inviati ad un Centro di consulenza familiare, il 5,8% a contattare uno psicologo attraverso il sito CNOP, il 5,3% a rivolgersi a Sipem, il 2,3% a contattare lo sportello di ascolto del Meyer, l'1,2% a rivolgersi allo Sportello di psiconcologia e supporto al lutto della asl, lo 0,6% a contattare il Centro Java, lo 0,8% è stato invitato a contattare il 1522. A questi si aggiungono gli invii al SSR, ai professionisti che già avevano in carico il soggetto, i medici di base, i servizi sociali e le associazioni del territorio per un totale di circa il 18%. Il 24% delle chiamate ricevute non hanno previsto l'invio.Tutte le notizie di Toscana

Newspaper metadata:
Source: Ultimavoce.it
Author: Elena Brizio
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://www.ultimavoce.it/gioco-dazzardo-in-piemonte-e-scontro-sulle-modifiche-alla-legge

Gioco d#azzardo in Piemonte: è scontro sulle modifiche alla legge

Le associazioni e gli operatori del settore reagiscono all'iniziativa della maggioranza di centrodestra e scendono in piazza. Obiettivo: difendere la legge attualmente in vigore, considerata un pilastro nell'azione di contrasto al gioco d'azzardo patologico.Palazzo Lascaris, Torino, sede del Consiglio Regionale. Sono le 9:30 di mattina. Davanti agli ingressi si è radunata una piccola folla: sono i presidi delle associazioni territoriali che, insieme ad alcuni esponenti del mondo politico, si sono riuniti per chiedere alla Giunta di frenare il progetto di modifica alla 9/2016, la legge regionale sulla prevenzione e il contrasto al gioco d#azzardo patologico.Cambiamenti in arrivoL#obiettivo della nuova maggioranza è di fatto quello di ridimensionare i limiti imposti dalla normativa vigente. Nel mirino il cosiddetto distanziometro, misura che impone una distanza minima tra le attività dotate di macchinette e alcuni luoghi sensibili (come scuole, strutture sanitarie, negozi di compro oro). La Giunta vorrebbe ora eliminarne l#effetto retroattivo, permettendo ai locali di ripristinare le slot machine di cui si erano dotati prima dell#approvazione della legge. Tale intervento, ovviamente, annulla di fatto l#utilità del distanziometro, permettendo alle macchinette di rispuntare come funghi. Non solo: anche le attuali limitazioni orarie (che impongono lo spegnimento degli apparecchi per almeno tre ore al giorno) potrebbero scomparire.A preoccupare è inoltre la situazione dei comuni, spesso in prima linea nell#azione di contrasto alla ludopatia, a cui ora verrebbe meno il sostegno della Regione. Senza una legge forte alle spalle, infatti, i sindaci sarebbero esposti alle azioni legali da parte dei concessionari privati, che non hanno digerito le iniziative portate avanti in questi anni da molte amministrazioni locali.La scintillaLa maggioranza di centrodestra aveva espresso la propria volontà di intervenire sulla normativa già a inizio anno. La polemica si è riaccesa il 16 giugno, quando la Giunta ha tentato il colpo di mano, inserendo in sordina un emendamento sulla legge 9/2016 all#interno di un maxiprovvedimento, proposto per di più in serata. La mossa ha generato le proteste delle opposizioni, per la poca trasparenza e l#evidente volontà di deliberare senza contraddittorio su un tema che invece avrebbe richiesto approfondite discussioni, e soprattutto un confronto con realtà territoriali che ogni giorno si confrontano con le ripercussioni sociali del gioco d#azzardo.L#emendamento è stato così ritirato, ma la decisione di intervenire sulla regolamentazione del gioco d#azzardo in Piemonte resta ferma. Le opposizioni affermano di non avere i numeri per bloccare tale iniziativa. E allora è la società civile a intervenire.La parola agli espertiLa prima voce a farsi sentire è stata quella di Libera, l#associazione nota per il suo impegno contro la criminalità organizzata. Il gioco d#azzardo legale è infatti uno dei principali espedienti utilizzati dalle mafie per riciclare denaro, e una nuova proliferazione di tali attività rafforzerebbe ulteriormente la morsa della criminalità sul territorio. Subito si sono unite anche le proteste dell#Ordine degli psicologi, degli assistenti sociali, nonché di realtà associative come il Gruppo Abele e il Movimento dei Focolari, che hanno ricordato gli enormi costi sanitari e sociali del gioco d#azzardo, accusando la Giunta di essersi sottratta al confronto con gli operatori del settore. Infine l#intervento di CGIL e ACLI, che ribadiscono che la necessità di garantire posti di lavoro non può diventare pretesto per scelte politiche dannose per la comunità.I successi della legge sul gioco d#azzardo in PiemonteStando ai dati, la legge 9/2016 si è rivelata estremamente efficace. Secondo i rapporti dell#IRES, l#applicazione di politiche più stringenti ha condotto a un calo significativo dei volumi del gioco d#azzardo in Piemonte, con conseguente diminuzione delle perdite economiche registrate dai cittadini a rischio. Anche il timore che l#utenza di spostasse sul gioco online sembra ormai essere smentito: il Piemonte ha registrato un aumento di queste pratiche non solo contenuto, ma addirittura inferiore a quello di altre regioni che pur non avevano introdotto limitazioni al gioco fisico.Inoltre, a differenza di quanto affermato da alcuni esponenti della maggioranza, non ci sarebbero prove di un aumento del gioco illecito, favorito dalla riduzione delle slot regolamentari. Niente bische clandestine, quindi; il popolo delle slot non è composto da criminali e avventurieri, ma da uomini e donne comuni, spinti dalla necessità e dalla disperazione, che si fermano a giocare mentre vanno a fare la spesa, dopo aver ritirato la pensione, o tra un turno di lavoro e l#altro. Il solo fatto di non sbattere contro una di queste macchinette ad ogni angolo di strada ha contribuito a ridurre queste abitudini.Cambi di rottaTutto stava andando per il verso giusto, quindi. Per questo le motivazioni dell#attuale Giunta suscitano qualche sospetto. Non dobbiamo scordarci, infatti, che la legge 9/2016 fu approvata all#unanimità dal precedente Consiglio: con il voto, quindi, anche dei partiti che oggi vorrebbero stravolgerla. Un cambio repentino di opinioni che non è passato inosservato, e ha spinto le opposizioni a denunciare la presenza di accordi tra il presidente Cirio e le lobby del gioco. La maggioranza si difende ribadendo la propria vicinanza politica al mondo delle imprese, e tirando in ballo le opportunità occupazionali e i vantaggi economici.Le superiori necessitàIl danno alle imprese, i vantaggi occupazionali, la necessità di fare cassa: quante volte, in Italia,

Newspaper metadata:

Source: Ultimavoce.it
Author: Elena Brizio
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://www.ultimavoce.it/gioco-dazzardo-in-piemonte-e-scontro-sulle-modifiche-alla-legge

abbiamo sentito questi discorsi? E chi mai potrebbe negare l#importanza e l#urgenza di creare nuovi posti di lavoro? Tuttavia l#impressione che se ne trae è che questo Paese preferisca sempre scegliere la strada più facile, la via già battuta, piuttosto che sperimentare direzioni nuove, magari impegnative all#inizio, ma certamente più vantaggiose sul lungo termine. Piuttosto che investire in una riconversione occupazionale, si sceglie (per l#ennesima volta!) di puntare su soluzioni comode, già rodate, ma che puzzano di vecchio e non sembrano adatte a un Paese che guarda al futuro.Gian Carlo Caselli, intervenendo a sostegno della 9/2016, ribadisce che non si può fare profitto sulla pelle dei cittadini più fragili. Pensare, nel 2020, che l#unico modo per sostenere la libera impresa sia perpetrare attività obsolete come il gioco d#azzardo, per di più fregandosene delle ripercussioni sulla salute dei cittadini, vuol dire veramente giocare al ribasso.

TORINOTODAY

Newspaper metadata:

Source: Torinotoday.it
Author: Redazione
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://www.torinotoday.it/guida/giovani/consultori-torino-indirizzi-sedi.html

Consultori: indirizzi e orari a Torino

Tutte le informazioni Freepik Preparazione alla nascita, programmi di prevenzione, corsi di educazione sessuale nelle scuole, colloqui per le adozioni. Sono queste le attività principali di cui si occupano i consultori, le strutture socio sanitarie pubbliche che nascono proprio per rispondere ai vari bisogni della famiglia, della coppia, della donna, dell'infanzia e dell'adolescenza. La tutela della salute dei cittadini viene garantita dal lavoro di un equipe di professionisti specializzati in vari settori come: ginecologi; ostetrici; infermieri; psicologi; assistenti sociali. Consultori, di cosa si occupano e quali sono i programmi I consultori sono servizi gestiti e organizzati dalle regioni italiane. Alle aziende sanitarie locali spetta l'organizzazione finanziaria e gestionale, che rientra nelle prestazioni del Servizio Sanitario Nazionale. La legge del 29 luglio 1975, n. 405 che istituisce i consultori familiari, stabilisce che il "servizio di assistenza alla famiglia e alla maternità" abbia come scopo: l'assistenza psicologica e sociale per la preparazione alla maternità ed alla paternità responsabile e per i problemi della coppia e della famiglia, anche in ordine alla problematica minorile; la somministrazione dei mezzi necessari per conseguire le finalità liberamente scelte dalla coppia e da singolo in ordine alla procreazione responsabile nel rispetto delle convinzioni etiche e dell'integrità fisica degli utenti; la tutela della salute della donna e del prodotto del concepimento; la divulgazione delle informazioni idonee a promuovere ovvero a prevenire la gravidanza consigliando i metodi ed i farmaci adatti a ciascun caso. Inoltre la Legge del 19 febbraio 2004, n. 40 in materia di procreazione medicalmente assistita, ha aggiunto come scopi: l'informazione e l'assistenza riguardo ai problemi della sterilità e della infertilità umana, nonché alle tecniche di procreazione medicalmente assistita; l'informazione sulle procedure per l'adozione e l'affidamento familiare. Quest'ultimo scopo, essendo un intervento sociale, non rientra propriamente fra i servizi sanitari e sociosanitari gestiti dalle Asl, conseguentemente è realizzato d'intesa con i Comuni, che gestiscono le procedure per l'adozione e l'affidamento familiare in quanto titolari degli interventi e dei servizi sociali. Il consultorio familiare assume, inoltre, un ruolo centrale nell'ambito della tutela sociale della maternità e dell'interruzione volontaria della gravidanza, infatti la Legge del 22 maggio 1978, n. 194 stabilisce che essi, oltre ai predetti compiti istituzionali, assistono la donna in stato di gravidanza: informandola sui diritti a lei spettanti in base alla legislazione statale e regionale e sui servizi sociali, sanitari e assistenziali concretamente offerti dalle strutture operanti nel territorio; informandola sulle modalità idonee a ottenere il rispetto delle norme della legislazione sul lavoro a tutela della gestante; attuando direttamente o proponendo all'ente locale competente o alle strutture sociali operanti nel territorio speciali interventi, quando la gravidanza o la maternità creino problemi per risolvere i quali risultino inadeguati i normali interventi consultivi; contribuendo a far superare le cause che potrebbero indurre la donna all'interruzione della gravidanza. I consultori familiari possono avere ulteriori scopi, individuati sulla base dei bisogni sanitari e sociosanitari del territorio, per realizzare i quali possono collaborare con enti pubblici e organizzazioni private nonché con associazioni di volontariato o singoli operatori volontari. I consultori a Torino: indirizzi e riferimenti utili Centro - Crocetta - San Secondo (ASL TO1) via San Secondo 29 bis tel. 0115662161 Orario: lunedì 8.00-15.45; martedì e giovedì 8.00-16.45; mercoledì 8.00-18.15; venerdì 8.00-12.45 San Salvario - Borgo Po - Cavoretto (ASL TO1) via Saluzzo 101 tel. 0115666701 Orario: lunedì 9.00-13.00/14.00-18.30; martedì 8.30-13.00/14.00-16.30; mercoledì 8.30-13.00/14.00-18.00; giovedì 8.00-13.00; venerdì 9.00-13.00 Nizza-Lingotto-Millefonti (ASL TO1) corso Corsica 55 (1° piano, stanza 16) tel. 0115665033 Orario: lunedì 8.30-12.30/13.30-15.30; martedì e mercoledì 8.30-13.00/14.00-16.30; giovedì 8.30-13.00/14.00-17.00; venerdì 8.00-13.45 via Ventimiglia 112 tel. 0115665302 Orario: lunedì 13.30-18.45; martedì 8.45-12.30/13.30-16.00; mercoledì 8.45-12.30/13.30-16.00; giovedì 8.15-12.30/13.30-16.45; venerdì 8.15-12.00/13.00-15.45 Mirafiori Sud (ASL TO1) via Candiolo 79 (1° piano) - tel. 0115666955 - Orario: lunedì e martedì 9.00-12.00/14.00-16.00; mercoledì 14.00-18.00; giovedì 9.00-12.00/13.30-16.00; venerdì 8.30-15.00 (spazio adolescenti: 14.00-15.30) Santa Rita - Mirafiori Nord (ASL TO1) via Bellono 1 tel. 01170953728 - Orario: lunedì 9.00-13.00/14.00-16.00; martedì 9.00-12.30/13.30-16.00; mercoledì 9.00-12.00/12.30-17.00 (spazio adolescenti: 15.00-17.00); giovedì 9.00-12.30/13.30-17.00; venerdì 9.00-13.00 San Paolo -Cenisia - Pozzo Strada (ASL TO1) via Avigliana 13 tel. 01170958401 Orario: lunedì 9.00-13.00/14.00-16.00; martedì 9.00-12.00 (spazio adolescenti: 13.00-16.00); mercoledì 9.00-13.00/14.00-16.00; giovedì 9.00-12.00/13.00-17.00; venerdì 9.00-13.00 via Monte Ortigara 95 tel. 01170954772 Orario: lunedì 11.00-12.30/13.30-18.30; martedì 9.00-13.00/14.00-16.00; mercoledì 8.30-12.30/13.00-17.30 (spazio adolescenti: 15.00-17.30); giovedì 8.30-13.00/14.00-16.00; venerdì 9.00-13.00 Zona Parella e zona San Donato - Campidoglio (ASL TO2) via Pacchiotti 4 tel. 0114395722 Orario: lunedì-giovedì

TORINOTODAY

Newspaper metadata:

Source: Torinotoday.it
Author: Redazione
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://www.torinotoday.it/guida/giovani/consultori-torino-indirizzi-sedi.html

9.00-13.00/13.30-16.00; venerdì 9.00-13.00/13.30-15.00 Lucento - Vallette (ASL TO2) piazza Montale 10 tel. 011732264 Orario: lunedì 8.45-12.30 (ragazze e ragazzi dai 14 ai 22 anni: 13.00-15.45); martedì 9.30-16.30; mercoledì 11.00-14.30 (ragazze e ragazzi dai 14 ai 22 anni: 15.00-18.30); giovedì 8.45-12.30; venerdì 9.00-12.45 Madonna di Campagna (ASL TO2) via Coppino 152 tel. 0112161603 Orario: lunedì-giovedì 9.00-12.00/14.00-16.00; venerdì 9.00-12.00 Barriera di Milano-Rebaudengo-Falchera-Villaretto-Regio Parco (ASL TO2) via degli Abeti 16 tel. 0112622124 Orario: lunedì 8.15-13.45; martedì 11.15-13.00/13.30-18.45; mercoledì 8.45-13.00/13.30-16.15; giovedì 8.15-13.45 via Montanaro 60 tel. 0112402593 Orario: lunedì 9.15-12.30/13.30-16.45; martedì 13.30-16.45; mercoledì 11.15-12.30/13.00-18.45; giovedì 9.15-12.30/13.00-16.45; venerdì 8.15-12.30 via Maddalene 35/A - tel. 011284738 - Orario: lunedì 13.00-16.45; martedì 13.30-16.45; mercoledì 14.00-18.45; giovedì 9.15-12.30; venerdì 8.30-13.00 Valdocco - Aurora - Rossini - Vanchiglia - Vanchiglietta - Madonna del Pilone (ASL TO2) lungo Dora Savona 24 tel. 0112403681 Orario: lunedì e giovedì 9.15-16.45; martedì 13.30-16.45; mercoledì 11.15-18.45; venerdì 8.30-13.00 via Cavezzale 6 tel. 0118134980 Orario: lunedì 9.15-12.30 (solo spazio adolescenti: 13.30-16.30); martedì 13.30-16.30 (solo spazio adolescenti); mercoledì 11.15-12.30/13.00-18.45; venerdì 8.30-13.00 Collegno (ASL TO3) via Torino 1 c/o Villa Rosa tel. 0114017853 Orario per informazioni e prenotazioni telefoniche: lunedì e giovedì 13.30-15.30. Orario per informazioni e prenotazioni in sede: lunedì, mercoledì e venerdì 9.00-12.00; giovedì 16.00-18.00 piazza Europa Unita 2 tel. 0114154466 Orario per informazioni e prenotazioni telefoniche: martedì 13.30-15.30; mercoledì 10.00-12.00. Orario per informazioni e prenotazioni in sede: mercoledì 9.00-12.00 Druento (ASL TO3) via Morandi 7 tel. 0119846633 Orario per informazioni e prenotazioni in sede: giovedì 9.00-11. Orario visite: giovedì 12.30-14.30 Grugliasco (ASL TO3) via Lanza 52 tel. 0114017616 Orario per informazioni e prenotazioni telefoniche: lunedì e giovedì 13.30-15.30. Orario per informazioni e prenotazioni in sede: lunedì, martedì e venerdì 9.00-12.00; giovedì 16.00-18.00 La Loggia (ASL TO5) via IV Novembre 6 tel. 0116824350 (consultorio di Moncalieri) Orario: lunedì 8.00-16.00 Moncalieri (ASL TO5) via Vittime di Bologna 20 tel. 0116824350 Orario: martedì 9.00-13.00; mercoledì 8.30-15.00; giovedì 8.00-12.30; venerdì 8.00-15.30. Orario consultorio adolescenti (ragazze fino a 20 anni, su prenotazione): mercoledì 15.00-17.00; venerdì 15.30-16.30 via Mirafiori 11 tel. 0116824350 Orario: lunedì 8.30-15.30; mercoledì 8.30-13.00 Nichelino (ASL TO5) via Debouchè 8 tel. 01168020612 Orario: lunedì e giovedì 9.00-12.30/14.00-16.00; martedì e mercoledì 9.00-12.30; venerdì 13.00-15.30 (solo spazio adolescenti) Pianezza (ASL TO3) via IV Novembre 21 tel. 0119670502 Orario per informazioni e prenotazioni in sede: lunedì 9.00-11. Orario visite: venerdì 9.00-12.00 Rivoli (ASL TO3) piazza Togliatti 1 BIS c/o Bonadies tel. 0119551941 Orario: lunedì 9.00-12.00; giovedì 14.00-15.00 San Mauro Torinese (ASL TO4) via Speranza 31 tel. 0118212425 Orario per informazioni e prenotazioni telefoniche: lunedì 14.00-15.00; mercoledì e venerdì 11.00-12.00 Settimo Torinese (ASL TO4) via Leinì 70 (1° piano, stanza 35) tel. 0118212203 Orario per informazioni e prenotazioni telefoniche: lunedì-venerdì 13.30-15.00. Orario per informazioni e prenotazioni in sede: lunedì-venerdì 9.00-12.00 Trofarello (ASL TO 5) viale della Resistenza 17 tel. 0116824350 (consultorio di Moncalieri) Orario: venerdì 8.00-15.00 Venaria Reale (ASL TO3) Il tuo browser non può riprodurre il video. Devi disattivare ad-block per riprodurre il video. Play Replay Play Replay Pausa Disattiva audio Disattiva audio Disattiva audio Attiva audio Indietro di 10 secondi Avanti di 10 secondi Spot Attiva schermo intero Disattiva schermo intero Skip Il video non può essere riprodotto: riprova più tardi. Attendi solo un istante, dopo che avrai attivato javascript... Forse potrebbe interessarti, dopo che avrai attivato javascript... Devi attivare javascript per riprodurre il video. via Silva 8 tel. 0114991233 Orario per informazioni e prenotazioni telefoniche o in sede: martedì 14.00-15.30; giovedì 9.00-11.00

Newspaper metadata:

Source: Blastingnews.com
Author: Anya Sodern
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: https://it.blastingnews.com/salute/2020/06/mascherine-a-scuola-lo-psichiatra-meluzzi-no-alle-museruole-003164834.html

Mascherine a scuola, lo psichiatra Meluzzi: 'No alle museruole'

Lo psichiatra Alessandro Meluzzi critica l'utilizzo delle mascherine a scuola per i bambini che rischierebbero 'danni psicologici gravissimi' mascherine a scuola bambini classe Lo psichiatra Alessandro Meluzzi critica l'utilizzo delle mascherine a scuola per i bambini che rischierebbero 'danni psicologici gravissimi' di Anya Sodern Le linee guida del Comitato tecnico-scientifico per il rientro a in classe ipotizzano l'utilizzo di mascherine a Scuola per i bambini dai sei anni in su. Un suggerimento che è attualmente in discussione tra il ministero dell'Istruzione e il ministero della Salute, come la stessa ministra dell'Istruzione Lucia Azzolina ha dichiarato secondo quanto riportato da SkyTG24: "Il ministero della Salute ha già detto che rivaluterà la misura nella seconda metà di agosto".Come riportato sulle pagine de Il Messaggero infatti, il ministro della Salute Roberto Speranza ha dichiarato come la riapertura delle scuole sia fondamentale a patto che avvenga "in piena sicurezza". Il ministro ha ipotizzato possibili "ingressi scaglionati" ove necessario e puntualizzato sull'attuale obbligo delle mascherine. Ad oggi infatti "è in vigore un Dpcm che prevede l'uso delle mascherine nei luoghi al chiuso aperti al pubblico. Dai sei anni in su." ha dichiarato il ministro che ha aggiunto informazioni sulle tempistiche in cui verrà comunicato l'obbligo o meno delle mascherine in classe. "Due settimane prima dell'inizio delle lezioni valuteremo la situazione con il Comitato tecnico-scientifico - ha detto Speranza - e potremmo pensare anche a provvedimenti differenti da regione a regione".Meluzzi contro l'obbligo delle mascherine a scuola: 'Danni psicologici gravissimi'L'ipotesi di mantenere l'obbligo delle mascherine in classe alla riapertura della scuola però non è gradita a tutti. Lo psichiatra Alessandro Meluzzi ha criticato le linee guida del Comitato tecnico scientifico e ha definito le mascherine "museruole". Meluzzi, su Youtube e Twitter, ha parlato delle possibili ripercussioni sui bambini dell'obbligo delle mascherine a scuola e ha lanciato un appello: "Attraverso l'istituzione di una commissione internazionale di neuropsichiatri - ha detto Meluzzi - dovremmo valutare i danni derivanti dalla presenza in classe con le mascherine". Meluzzi ha ipotizzato come conseguenza un "grave disturbo del comportamento a fronte di un vantaggio virologico minimo" e ha chiosato: "Altrimenti la follia di questo Paese non avrà recupero neanche nelle prossime generazioni. Difendiamo i bambini dalle museruole". Pareri concordi con Meluzzi: dubbi sulle mascherine a scuolaLo psichiatra Alessandro Meluzzi non è il solo ad aver sollevato dubbi sull'uso delle mascherine per i bambini. Già negli scorsi mesi un altro psichiatra noto al grande schermo, Paolo Crepet, su La7, aveva messo in guardia dai danni della didattica a distanza per i bambini ("solipsismo domestico per diventare autistici digitali") e delle mascherine ("che non servono a niente a chi è asintomatico, ma servono a creare del panico che fa più danni del virus").Sui problemi relazionali venuti a galla durante la quarantena ha detto la sua anche un gruppo di oltre 700 psicologi e psichiatri italiani, che sul sito Comunicatopsi.org ha parlato, nel caso dei bambini, di "interferenze sullo sviluppo personalogico brutalmente inficiato dall'impossibilità di relazionarsi con i coetanei, di esperire la realtà liberamente". Le espressioni facciali parzialmente nascoste sotto la mascherinaIndossare una mascherina porrebbe inoltre un'evidente limitazione alla comunicazione facciale, rendendo più difficile capire immediatamente l'interlocutore. A supportare questa tesi è il pedagogista Daniele Novara che si chiede "da dove arrivi tutto questo accanimento su mascherine e distanziamento sociale". Lo specialista prova a ipotizzare il primo giorno di scuola post-Covid-19: "Stare lontani, separati, non ci si puo# sorridere perché il viso e# coperto, molto coperto, dal mento fino al naso compreso". Novara ha inoltre dichiarato che le più importanti associazioni pediatriche internazionali continuano a ribadire in modo chiaro come "il rischio di contagio per e da parte dei bambini e# molto basso" a differenza del rischio di "compromissione di aspetti cognitivi, emotivi e relazionali". Segui la pagina Scuola Segui Segui la pagina Salute Segui Segui la nostra pagina Facebook!

Newspaper metadata:

Source: Met.provincia.fi.it
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://met.provincia.fi.it/news.aspx?n=315994

Coronavirus, l'identikit dei toscani al tempo del Covid: ansia, paura per amici e parenti e attacchi di panico coronavirus - MET

Presentato il bilancio del sostegno offerto dall#Ordine degli psicologi della Toscana. Vannucci: #Felici di aver contribuito all#ottima riuscita del servizio#Cittadini toscani comuni, con un#età media di 50 anni, principalmente di sesso femminile e con stati di ansia e paura, preoccupazione per familiari, parenti, amici e richiesta supporto per attacchi di panico. È questo l#identikit dei cittadini toscani che, durante l#emergenza sanitaria da Covid-19, si è rivolto alle linee telefoniche attivate dall#Ordine degli psicologi della Toscana e dal Comune di Firenze gestite da circa 400 psicologi. Il bilancio del servizio di sostegno psicologico offerto dagli psicologi toscani durante il lockdown ai fiorentini e a tutti i toscani è stato presentato oggi a Palazzo Vecchio dall#assessore a Welfare e Sanità Andrea Vannucci, dalla presidente e dal vicepresidente dell'Ordine degli psicologi della Toscana Maria Antonietta Gulino e Simone Mangini.#L#ordine degli psicologi, che ringraziamo per la preziosa collaborazione e la grande professionalità dei suoi iscritti, è riuscito a intercettare i bisogni delle persone nella fase più dura del lockdown e durante la fase della ripartenza - ha detto l#assessore Vannucci -. Il Comune di Firenze ha fatto la sua parte mettendo a diposizione il proprio call center #Io resto a casa# che ha funzionato da filtro e da canale di informazione privilegiato per accedere a questo tipo di servizio alla persona che è stato svolto in maniera totalmente volontaria e gratuita da parte dei professionisti dell#ordine degli psicologi della Toscana#. #Firenze ha fatto anche da centro di riferimento per gli altri comuni e le altre province della regione - ha continuato Vannucci -, mettendo il nostro centralino a disposizione anche per chiamate provenienti da fuori città. Siamo perciò felici di aver contribuito all#ottima riuscita del servizio, che è servito anche a chiarire un aspetto che mi auguro possa essere ripreso e valorizzato anche in futuro: la necessità forte di avere servizi di sostegno psicologico a disposizione della cittadinanza indipendentemente dal poterselo permettere, un servizio universale#.#Nel momento in cui questa emergenza sanitaria sarà terminata - ha spiegato la presidente Maria Antonietta Gulino - come richiesto dal sindaco Dario Nardella che ringraziamo per la collaborazione e la sensibilità dimostrata in questi mesi di emergenza, ci mettiamo a disposizione di Firenze con i nostri professionisti psicologi per ragionare di un nuovo modello di città che parta dai bisogni dei cittadini e sappia guardare con speranza al proprio sviluppo e futuro#.Le linee telefoniche. La prima linea a carattere informativo è stata attivata il 16 marzo 2020 e ha terminato di essere attiva il 18 maggio con l#avvio della fase 2. La seconda linea telefonica, quella di supporto psicologico realizzata in collaborazione con il Comune di Firenze, è stata attivata il 24 marzo ed è stata chiusa il 30 maggio e prevedeva fino a 2 follow up. Dal 16 marzo sono state registrate 808 chiamate, di queste 564 chiamate (69,8%) sono state registrate sulla linea 1 e le restanti 244 (30,2%) sulla seconda linea. Delle chiamate arrivate alla linea 1 il 3,5% dei soggetti ha chiamato più volte.Rispetto alla seconda linea è possibile rilevare che ci sono stati 50 primi follow up richiesti, mentre 40 soggetti hanno usufruito anche del secondo follow up. L#età media delle persone che hanno usufruito del servizio è stata di 50 anni. L#età minima 18 anni, mentre l#età massima 91 anni. Rispetto al sesso il 69,7% delle chiamate sono arrivate da donne e il 30,3% da uomini.Chi ha chiamato. L#80,7% sono cittadini, il 12% gli stessi psicologi, il 5% (40) operatori sanitari, il 2,3% altre persone.Da dove hanno chiamato. Secondo quanto riporta l#indagine il 48,9% delle chiamate sono arrivate da Firenze e provincia; da Lucca l#8,1%, da Siena il 7,5%, da Livorno il 6,8%, da Pisa il 6,4%, da Pistoia il 5,6%, da Arezzo il 5,3%, da Prato il 4,4%, da Grosseto il 2,7% e da Massa Carrara l#1,7%. Sono arrivate anche chiamate da fuori regione (2,4%) (Lombardia, Bergamo, Lecco; Liguria, Sestri Levante; Emilia Romagna, Modena, Bologna; Veneto, Sicilia, Lazio, Umbria e Campania), 2 chiamate dall#estero (Francia).Motivo della chiamata. I primi giorni di attivazione della linea sono state ricevute più richieste di tipo informativo, poi successivamente si sono trasformate in richieste prevalentemente di supporto e ascolto. Questa esigenza ha alimentato l#attivazione della linea due. Le richieste di tipo informativo sono state circa il 20% mentre quelle di supporto circa il 75%. A queste si aggiunge un 5% circa di richieste che non riguardano la situazione di emergenza Covid-19.Motivi di richiesta di supporto. Prevale la motivazione legata a stati di ansia e paura (circa il 31%), la ricerca di un supporto generico spinto da un bisogno di ascolto (17%), seguono richiesta di supporto per la preoccupazione per familiari/parenti/amici (10%), supporto per una psicopatologia pregressa (8,1%), supporto per attacchi di panico (7,0%). La ricerca di supporto per preoccupazioni collegate al lavoro rappresenta il 3,8% della motivazione della chiamata alla linea, per il 2,2% il supporto viene ricercato perché è in quarantena obbligatoria l#1,5% perché risultati positivi al Covid- 19. Fra le richieste di informazioni le informazioni generiche hanno riguardato

Newspaper metadata:

Source: Met.provincia.fi.it
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://met.provincia.fi.it/news.aspx?n=315994

il 5,7% delle chiamate ricevute, l#8,4% informazioni sui DPCM e il 2,8% richieste tecniche da colleghi psicologi, l#1,6% informazioni per minori, 0,9% altro.Invii. Dal 30 marzo ci sono stati 342 inserimenti rispetto all#invito a contattare i riferimenti che costituivano la rete di supporto che collaborava con l#Ordine degli psicologi della Toscana. Di questi soggetti 24,6% sono stati invitati a contattare un professionista psicologo attraverso il sito dell#OPT, il 12,6% è stato invitato a contattare la linea 2 dell#OPT, il 5,3% sono stati inviati ad un Centro di consulenza familiare, il 5,8% a contattare uno psicologo attraverso il sito CNOP, il 5,3% a rivolgersi a Sipem, il 2,3% a contattare lo sportello di ascolto del Meyer, l#1,2% a rivolgersi allo Sportello di psiconcologia e supporto al lutto della asl, lo 0,6% a contattare il Centro Java, lo 0,8% è stato invitato a contattare il 1522. A questi si aggiungono gli invii al SSR, ai professionisti che già avevano in carico il soggetto, i medici di base, i servizi sociali e le associazioni del territorio per un totale di circa il 18%. Il 24% delle chiamate ricevute non hanno previsto l#invio. (fp)

STAMP Toscana
the news community in Tuscany

Newspaper metadata:

Source: Stamptoscana.it
Author:
Country: Italy
Date: 2020/06/30
Media: Internet
Pages: -

Web source: http://www.stamptoscana.it/impatto-covid-ansia-paura-e-crisi-di-panico-per-chi-cerca-lo-psicologo

Impatto covid, ansia, paura e crisi di panico per chi cerca lo psicologo

Firenze # L#età media è di 50 anni, il genere per lo più femminile. E# questo il profilo dell#utente che con più frequenza ha richiesto il supporto dell#Ordine degli psicologi della Toscana che con il Comune di Firenze ha attivato le linee telefoniche dedicate, con 400 psicologi all#ascolto. Le situazioni più comuni, stati di ansia e paura, preoccupazione per familiari, parenti, amici e richiesta supporto per attacchi di panico. Il bilancio del servizio di sostegno psicologico offerto dagli psicologi toscani durante il lockdown ai fiorentini e a tutti i toscani è stato presentato oggi a Palazzo Vecchio dall#assessore a Welfare e Sanità Andrea Vannucci, dalla presidente e dal vicepresidente dell#Ordine degli psicologi della Toscana Maria Antonietta Gulino e Simone Mangini.Le linee telefoniche. La prima linea a carattere informativo è stata attivata il 16 marzo 2020 e ha terminato di essere attiva il 18 maggio con l#avvio della fase 2. La seconda linea telefonica, quella di supporto psicologico realizzata in collaborazione con il Comune di Firenze, è stata attivata il 24 marzo ed è stata chiusa il 30 maggio e prevedeva fino a 2 follow up. Dal 16 marzo sono state registrate 808 chiamate, di queste 564 chiamate (69,8%) sono state registrate sulla linea 1 e le restanti 244 (30,2%) sulla seconda linea. Delle chiamate arrivate alla linea 1 il 3,5% dei soggetti ha chiamato più volte.Rispetto alla seconda linea è possibile rilevare che ci sono stati 50 primi follow up richiesti, mentre 40 soggetti hanno usufruito anche del secondo follow up. L#età media delle persone che hanno usufruito del servizio è stata di 50 anni. L#età minima 18 anni, mentre l#età massima 91 anni. Rispetto al sesso il 69,7% delle chiamate sono arrivate da donne e il 30,3% da uomini.Chi ha chiamato. L#80,7% sono cittadini, il 12% gli stessi psicologi, il 5% (40) operatori sanitari, il 2,3% altre persone.Da dove hanno chiamato. Secondo quanto riporta l#indagine il 48,9% delle chiamate sono arrivate da Firenze e provincia; da Lucca l#8,1%, da Siena il 7,5%, da Livorno il 6,8%, da Pisa il 6,4%, da Pistoia il 5,6%, da Arezzo il 5,3%, da Prato il 4,4%, da Grosseto il 2,7% e da Massa Carrara l#1,7%. Sono arrivate anche chiamate da fuori regione (2,4%) (Lombardia, Bergamo, Lecco; Liguria, Sestri Levante; Emilia Romagna, Modena, Bologna; Veneto, Sicilia, Lazio, Umbria e Campania), 2 chiamate dall#estero (Francia).Motivo della chiamata. I primi giorni di attivazione della linea sono state ricevute più richieste di tipo informativo, poi successivamente si sono trasformate in richieste prevalentemente di supporto e ascolto. Questa esigenza ha alimentato l#attivazione della linea due. Le richieste di tipo informativo sono state circa il 20% mentre quelle di supporto circa il 75%. A queste si aggiunge un 5% circa di richieste che non riguardano la situazione di emergenza Covid-19.Motivi di richiesta di supporto. Prevale la motivazione legata a stati di ansia e paura (circa il 31%), la ricerca di un supporto generico spinto da un bisogno di ascolto (17%), seguono richiesta di supporto per la preoccupazione per familiari/parenti/amici (10%), supporto per una psicopatologia pregressa (8,1%), supporto per attacchi di panico (7,0%). La ricerca di supporto per preoccupazioni collegate al lavoro rappresenta il 3,8% della motivazione della chiamata alla linea, per il 2,2% il supporto viene ricercato perché è in quarantena obbligatoria l#1,5% perché risultati positivi al Covid-19. Fra le richieste di informazioni le informazioni generiche hanno riguardato il 5,7% delle chiamate ricevute, l#8,4% informazioni sui DPCM e il 2,8% richieste tecniche da colleghi psicologi, l#1,6% informazioni per minori, 0,9% altro.Invii. Dal 30 marzo ci sono stati 342 inserimenti rispetto all#invito a contattare i riferimenti che costituivano la rete di supporto che collaborava con l#Ordine degli psicologi della Toscana. Di questi soggetti 24,6% sono stati invitati a contattare un professionista psicologo attraverso il sito dell#OPT, il 12,6% è stato invitato a contattare la linea 2 dell#OPT, il 5,3% sono stati inviati ad un Centro di consulenza familiare, il 5,8% a contattare uno psicologo attraverso il sito CNOP, il 5,3% a rivolgersi a Sipem, il 2,3% a contattare lo sportello di ascolto del Meyer, l#1,2% a rivolgersi allo Sportello di psiconcologia e supporto al lutto della asl, lo 0,6% a contattare il Centro Java, lo 0,8% è stato invitato a contattare il 1522. A questi si aggiungono gli invii al SSR, ai professionisti che già avevano in carico il soggetto, i medici di base, i servizi sociali e le associazioni del territorio per un totale di circa il 18%. Il 24% delle chiamate ricevute non hanno previsto l#invio.

Il Messaggero

Newspaper metadata:

Source: Il Messaggero
Author: Carla Massi
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Printed
Pages: 23 -

Web source:

«Spazio ai ragazzi, il virus li ha bloccati»

S crive di «macroscopica rimozione» . E poi rincara con «negazione». Per uno dei maestri della neuropsichiatria infantile, Massimo Ammaniti, le leggi sul lockdown emanate nei mesi scorsi hanno «sacrificato i bambini». Punta il dito contro chi, a suo avviso, non ha tenuto nella giusta considerazione vita ed emozioni dei più piccoli e degli adolescenti durante i mesi in cui si è stati chiusi in casa. Per questo, per ricostruire e spiegare che cosa potrebbe essere accaduto nella psiche di chi ha cinque, dieci o sedici anni, ha scritto un saggio. Una boa di salvataggio per tutti quegli adulti che hanno voglia di capire come poter aiutare, adesso, chi ha poca voce per raccontare quello che ha sentito e che cosa sente. E poi, i bambini (Solferino) è il titolo del saggio-manuale, ottimo insegnamento anche per i grandi. Non solo, dunque, per la generazione che Ammaniti definisce dei “Coronnials”. Lei inizia il suo libro parlando del gioco della campana, quello che si faceva per strada disegnando dei quadrati a terra con un gessetto. Perché utilizza questo simbolo oggi? «Quello è il gioco che si faceva e si fa per strada. E ai bambini tutto, in quel periodo, è stato precluso all’esterno. Improvvisamente si sono ritrovati sigillati in casa. I cani fuori a passeggiare e loro dietro le finestre. Un’assurdità». Ma era per proteggerli... «Li abbiamo protetti dal virus ma li abbiamo fatti vivere male e ora se ne pagano le conseguenze. Con i disturbi del sonno generalizzati, con stati di irritabilità, con la regressione che ha portato molti, anche sopra i 6 anni, a rifare la pipì a letto, con difficoltà a riprendere la vita quotidiana. Pensiamo solo a quegli adolescenti che ora non vogliono abbandonare la camera...». I bambini ce la faranno a recuperare dimenticando questo strano periodo? «Sicuramente, se riusciranno ad attivare meccanismi autocorrettivi. Se saranno facilitati da un attaccamento sicuro ai genitori, se non mancherà la fiducia nella madre e nel padre capaci di mitigare ilmalessere». Vuol dire che, almeno i più piccoli, devono essere guardati con particolare attenzione? «Devono riprendere una vita sana negli spazi esterni accanto ai genitori in grado di regalare tranquillità. In quel periodo di totale reclusione hanno sentito l’esterno come minaccia. Sia per loro che per i grandi». Ha visto bambini che hanno cambiato i loro comportamenti dopo il lockdown? «A parte i disturbi del sonno e una, non infrequente regressione, ho visto femmine chiuse e ansiose e maschi estremamente irrequieti». Quindi maschi e femmine hanno reagito in modo diverso? «Sì, come sempre davanti ad un evento emotivamente forte. Lei sceglie la via della ritirata e prova ad individuare la strada giusta per autotranquillizzarsi, lui, invece, manifesta palesemente la sua inquietudine e le esplosioni di rabbia. Quindi, genitori, attenzione ai possibili cambiamenti». E gli adolescenti che si sono rifugiati in camera davanti al computer o con il cellulare? «A loro è mancata la carnalità, l’incontro vero che fa sentire più reali i ragazzi». Crede che la scuola sia mancata? «Certamente, i ragazzi devono tornare il più presto possibile. Io suggerirei agosto invece di settembre». I bambini riusciranno a dimenticare ma agli adolescenti che rimarrà? «I “Coronnials” sanno reagire, ne sono certo. Molto dipende da come funziona il gruppo familiare. Bisogna, tutti insieme, riconquistare la normalità. E non è sempre facile» Un questionario per i comportamenti Una ricerca che punta a indagare come l’emergenza Covid-19 abbia influenzato la vita delle persone e le conseguenzemediche che dovremo aspettarci. Soprattutto rispetto alle patologie croniche e ai tumori: l’invito per tutti i cittadini è di compilare un questionario disponibile su web. L’idea è del Dipartimento di Epidemiologia e prevenzione dell’Istituto di ricerca Neuromed di Pozzilli. «Si tratta di un’operazione - spiega il direttore del Dipartimento e Ordinario di Salute pubblica all’Università dell’Insubria, Licia Iacoviello - condotta online. Con un questionario cercheremo quali fattori, patologie e terapie possano aver influenzato l’infezione e punteremo a disegnare il quadro di come sia cambiato ilmodo di vivere». Saranno esaminati molti aspetti su come persone di tutte le età abbiano conservato o modificato gli stili di vita. «In particolare - ricordaMarialaura Bonaccio, ricercatrice di Neuromed - si indagherà sui cambiamenti nell’alimentazione». Il questionario, anonimo, può essere compilato al link: https://forms.gle/rhAYHvvXw7urjBpR6

Newspaper metadata:

Source: La Stampa - Ed. Novara
Country: Italy
Media: Printed

Author: b. c.
Date: 2020/07/01
Pages: 3 -

Web source:

Disturbi psicologici da lockdown Uno sportello per gli adolescenti

L'Oms ha stimato un aumento almeno il 30 per cento dei disturbi psicologici nei ragazzi dopo il lockdown: il blocco di tutte le attività a scuola e nel tempo libero, la tensione, l'isolamento hanno pesato molto sui più giovani e di riflesso sulle loro famiglie. Così l'associazione «Stop Solitudine» ha creato un servizio di supporto emotivo telefonico dedicato a ragazzi e genitori che non appena sarà possibile si tramuterà in uno sportello vero e proprio a Villa Zanetta di Borgomanero (sede dell'associazione da luglio). L'associazione collabora con l'assessorato alle Pari opportunità del Comune di Borgomanero per alcuni progetti di «educazione emotiva» nelle scuole della città e durante questo lungo lockdown ha riscontrato l'esigenza delle famiglie di avere un punto di riferimento con due psicologi: dal lunedì al venerdì Elisa Langhi risponde al 349-7405055 dalle 16 alle 17 mentre Francesco Monti al 338-1932755 dalle 11 alle 12 (o via mail: info@elisalanghi. it e francescomonti1977@gmail.com). Il servizio viene attivato grazie al contributo del CST Novara e VCO con il patrocinio dell'assessorato alle pari opportunità del Comune di Borgomanero. «L'adolescenza è già di per sé un'età di passaggio, una svolta che crea ribaltamenti e riorganizzazioni emotive sia per i ragazzi che la vivono, sia per i genitori che di riflesso si trovano a dover fare i conti con una nuova realtà che presenta tratti di chiusura, passività, ribellione - sottolinea l'associazione -. L'emergenza Covid 19 e il confinamento, sommati a eventuali problemi preesistenti hanno sicuramente contribuito a creare tensioni in famiglia. Per questo parlare e confrontarsi con un esperto può essere utile».

la Repubblica NAPOLI

Newspaper metadata:

Source: La Repubblica - Ed. Napoli
Author: Bianca De Fazio
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Printed
Pages: 11 -

Web source:

Scuola, adolescenti e ansie da lockdown "Ma la didattica a distanza ha funzionato"

Hanno avuto paura, ma non hanno mai perso la fiducia. Hanno sentito vacillare le loro certezze, sono stati nervosi, irritabili. Hanno combattuto con l'ansia, ma quasi mai sono sprofondati nell'apatia. E la scuola l'hanno sentita al loro fianco, con professori assai spesso disponibili e lezioni di qualità non inferiore a quelle cui assistevano prima d'essere costretti alla didattica a distanza. Gli adolescenti hanno sofferto, ma non si sono fermati. Il lockdown ha messo in discussione le loro abitudini, le loro passioni, i rapporti, gli amori. « Su di loro gli eventi di questi mesi lasceranno le tracce più profonde, anche in virtù della elevata plasticità cerebrale della loro età » spiega lo psicologo Dario Bacchini, docente di Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione alla Federico II. Bacchini è il responsabile scientifico di una indagine condotta su 2000 studenti di Napoli e dintorni, ragazzi di scuola media e di scuola superiore. Che hanno accettato di rispondere ad un questionario che adesso il team di psicologi sta analizzando per « comprendere cosa sia successo in questi mesi di isolamento sociale ai nostri ragazzi ». «L'impatto sulla salute psicologica sembra essere stato maggiore di quello sulla salute fisica » , secondo l'indagine, che infatti conta oltre il 75 per cento dei ragazzi convinto che l'attuale emergenza sanitaria stia influendo negativamente proprio su questo fronte. Gli studenti si guardano allo specchio e si accorgono di aver sviluppato una nuova fragilità. Anche il rendimento scolastico ha subito un terremoto, ma una percentuale significativa, oltre il 40 per cento degli intervistati, è riuscito a scongiurare che la pandemia minasse le performances negli studi. «Anzi lo studio – aggiunge Bacchini – ha fatto da contenimento anche alla possibile deriva di stati d'animo negativi: più di 4 ragazzi su 10 ha riservato ai libri di scuola più tempo che in passato » . E l'essere confinati a casa, esperienza che mette a dura prova qualsiasi adolescente, non sembra aver deteriorato il rapporto con i genitori, secondo il 60 per cento degli intervistati, ma tutti gli altri hanno sofferto anche per questo. « Attenzione a questo dato – dice il docente – la maggioranza dei ragazzi se l'è cavata più che bene, ma basta quel 7 per cento di adolescenti che registra un netto peggioramento nel rapporto con i genitori per far suonare l'allarme tra noi psicologi. Il 7 per cento sembra poco, ma su una popolazione di 100 mila giovani, ad esempio, quella percentuale significa 7 mila individui. È un'ampia fascia di ragazzi a rischio, per loro il covid può avere avuto un impatto fortemente negativo » . Anche gli amori adolescenziali sono finiti nel tritacarne del distanziamento: per metà dei ragazzi le relazioni sentimentali hanno subito un colpo. Mentre hanno tenuto bene le amicizie. Ed anche i rapporti con i compagni di classe. L'esperienza della didattica a distanza, che ha caratterizzato le vite degli adolescenti in questi mesi, non li vede critici: « Non se ne lamentano eccessivamente. E la cosa mi ha sorpreso » racconta Bacchini prima di snocciolare altri dati meno rassicuranti: «Il 48 per cento degli intervistati considera inferiore la qualità dell'insegnamento in questo periodo e quasi il 40 % considera inferiore anche la qualità dell'apprendimento ». Sull'altro piatto della bilancia i ragazzi hanno messo un discreto gradimento della Dad (la metà degli studenti ne è abbastanza soddisfatta), la disponibilità dei prof (la possibilità di contattare i docenti ha superato il 97%), e la loro competenza nel gestire le lezioni on line (81%).

la Repubblica

Newspaper metadata:

Source: La Repubblica
Country: Italy
Media: Printed

Author: Maria Novella De Luca
Date: 2020/07/01
Pages: 17 -

Web source:

Stagionali, casalinghe e professionisti Sos dalla Caritas: 130 mila nuovi poveri

Per loro sono rimaste soltanto le macerie. Sono i poveri più poveri del Covid19, esclusi da ogni sostegno, un esercito italiani e immigrati per cui l'unica speranza è un pranzo alla mensa della Caritas, un pacco di viveri in dono, una fornitura di medicine. Per questo esercito di oltre 400 mila indigenti, tanti ne hanno assistiti le Caritas diocesane di tutta Italia tra marzo e maggio 2020, di cui 130mila che mai si erano affacciati alle mense o nei centri di ascolto, non ci sono stati né bonus né redditi di emergenza, né, tantomeno, cassa integrazione. Gli esclusi tra gli esclusi, come spiega il dossier "Emergenza Coronavirus", seconda indagine nazionale della Caritas italiana sugli effetti sociali della pandemia, che sarà presentata oggi. Il dato, forte, è il numero dei "nuovi poveri" , passati dai 38mila della prima rilevazione tra febbraio e marzo, ai 130mila degli ultimi tre mesi. Il 67% di questo universo di singoli e famiglie ormai costretti a vivere alla giornata, è composto da italiani. Persone con un impiego irregolare fermo per la pandemia, lavoratori saltuari senza ammortizzatori sociali. dipendenti in attesa della cassa integrazione, stagionali. E casalinghe senza più nemmeno piccoli lavori in nero. Dunque, mentre il paese prova, faticosamente, a risalire, e il 28,4% delle Caritas segnalano qua e là un lieve calo di richieste di aiuto, cresce, invece, il popolo dei "senza nulla". Spiega Walter Nanni dell'ufficio studi Caritas che ha curato la ricerca: «Affiora la presenza di un'Italia dell'economia nera e grigia, soltanto sfiorata dalle misure di tutela messe in campo dall'amministrazione pubblica, e che nel prossimo futuro continuerà a manifestare forti livelli di bisogno e di domanda sociale». Insomma i più poveri del Covid resteranno poveri anche quando l'emergenza sarà finita. Le situazioni già incerte prima della pandemia sono diventate drammatiche oggi. Con seri effetti sulla tenuta psicologica di chi è precipato nella assoluta povertà. Conferma Walter Nanni: «Andando nel profondo delle pieghe del bisogno sociale, si evidenzia la presenza di fenomeni che, almeno in parte, si discostano dal profilo medio di bisogno rilevati in tempi pre-covid. Se ai primi posti figurano problemi di tradizionale povertà come la perdita del lavoro (95,6% dei casi) o la difficoltà nel pagamento di affitto o mutuo, accanto appaiono fenomeni meno frequenti, come il disagio psicologico (86,4% dei casi), la solitudine (82,2%) e la depressione(77,5%)». Ma quello che maggiormente colpisce è il fenomeno della "rinuncia o il rinvio di cure e assistenza sanitaria", segnalato dal 74,6% delle Caritas diocesane. In pratica i poveri non si curano più. Una situazione, sottolinea Nanni, «che determinerà, in futuro, un effetto di onda lunga sul piano del carico assistenziale, e del profilo epidemiologico del nostro paese». Colpiscono altri due dati. Il 53,8% della Caritas segnala problemi di usura tra chi ha chiusto aiuto e maltrattamenti in famiglia nel 45,6% dei casi. Accanto a questo scenario, con ancora troppe ombre e soltanto lievi sprazzi di luce, il dato positivo è rappresentato dalla solidarietà. Il mondo del volontariato, laico e cattolico ha fatto rete: comuni insieme a parrocchie, enti ecclesiastici insieme a enti non ecclesiastici, uniti in uno sforzo eccezionale. Conclude Nanni: «Una lezione dall'emergenza del Covid è stata proprio la capacità di lavorare insieme ad altri. Nella convinzione che, in un mondo complesso come quello che ci è stato lasciato dopo il disastro, da soli non si va da nessuna parte».

Newspaper metadata:

Source: Avvenire
Country: Italy
Media: Printed

Author: GIOVANNA SCIACCHITANO
Date: 2020/07/01
Pages: 30 -

Web source:

Laboratori e corsi per ridare fiducia ai giovani "Neet"

Un progetto che aiuti i ragazzi a costruire un proprio percorso professionale e li faccia uscire dalla situazione di stallo, in cui non fanno nulla per il proprio futuro. È l'obiettivo de "Le Officine del Minotauro", promosso dalla cooperativa Il Minotauro di Milano, da anni centro di riferimento per la cura e il sostegno di giovani affetti da sindrome Hikikomori e da altre forme di disagio psichico tipiche dei ragazzi. La crisi che la pandemia sta facendo emergere investe tutti, ma la fascia dei giovani adulti è quella che viene più toccata in questo momento di difficoltà. «I ragazzi sono bloccati proprio nella fase della sfida della sperimentazione concreta nel mondo del lavoro – spiega Alessia Lanzi, coordinatrice del progetto –. La mancanza di risorse comporta anche l'impossibilità di accedere a un tirocinio e a uno stage. Il Covid ha fatto esplodere una problematica che dal nostro osservatorio privilegiato avevamo visto da tempo. Nella società complessa in cui viviamo i percorsi di crescita non sono lineari come in passato, quando l'accesso al lavoro era più chiaro. Oggi ogni ragazzo deve costruirsi la propria identità professionale un po' a modo suo: questo disorienta e fa sentire meno equipaggiati». Per sostenere i cosiddetti "Neet" (not in education, employment or training) le Officine offrono uno spazio individuale per costruire il proprio progetto a partire dalle necessità di ognuno: si parte dal supporto psicologico, a cui si aggiungono i laboratori del fare, tutoring, mentoring, soft skills per favorire scambi alla pari con esperti e aziende. «Vengono offerti strumenti cognitivi, relazionali, ma anche concreti, come prendere la patente o scrivere un curriculum – chiarisce Lanzi –. Oltre alla capacità di comprendere meglio sè stessi e il proprio funzionamento in situazioni professionali». I percorsi sono individualizzati, ma ci sono eventi aperti a tutti. Requisito richiesto: avere dai 16 ai 27 anni. Ieri sulla piattaforma zoom si è tenuto un laboratorio di mentoring. Protagonista "mentore" Rocco Lomazzi, fondatore di Sweetguest spa, Gestione Affitti Brevi, che ha raccontato ai giovani partecipanti il suo percorso di "non con venzionalità", come lui stesso lo definisce, presentandolo come fosse un percorso di problem solving. Dopo la prima parte dedicata all'incontro dcon il mentore, il webinar è proseguito con un laboratorio virtuale a piccoli gruppi guidati dagli psicologi dell'équipe delle "Officine", psicoterapeuti esperti dell'età evolutiva e dell'orientamento: lo scopo è aiutare i ragazzi a rielabo rare il messaggio del protagonista, che dà un'ispira-zione, attraverso esercizi concreti che permettano ai partecipanti di uscire da questa esperienza con nuovi spunti e riflessioni sulla storia ascoltata e sulla propria storia. Questo ciclo di webinar gratuiti "Le Officine in movimento – Laboratori per il cambiamento" continuerà in autunno con incontri mensili con altri mentori, altre storie, altre esperienze di costruzione di "ruoli professionali". Per partecipare, scrivere a: officine@mino-tauro.it.

la Repubblica TORINO

Newspaper metadata:

Source: La Repubblica - Ed. Torino
Country: Italy
Media: Printed

Author: Carlotta Rocci
Date: 2020/07/01
Pages: 4 -

Linda, segregata in casa da 77 giorni: "Positiva al virus dopo 12 tamponi"

Non è solo la clausura forzata ad essere diventata insopportabile. E' anche il senso di abbandono e la sensazione di essere tra ultime "vittime" di un'emergenza che sta smobilitando. Linda Mancarella, 62 anni, residente nel quartiere San Paolo, a Torino, risulta positiva al Coronavirus da 77 giorni. L'ultimo esito è arrivato ieri mattina. « Quando mi hanno telefonato, lo ammetto, sono scoppiata a piangere - dice - ieri mi hanno fatto il dodicesimo tampone e sono ancora positiva. Giuro che non ce la faccio più».Linda si è accorta di essere positiva al Covid-19 il 18 aprile. «Durante tutto il lockdown ho sempre guardato mio nipote di 18 mesi perché mia figlia e mio genero lavorano in una residenza sanitaria per anziani - racconta - Mio nipote ha auto la febbre per qualche giorno e mia figlia lo ha portato al Regina Margherita. Così hanno scoperto di essere tutti positivi e io di conseguenza » . Linda non ha sintomi, nemmeno un po' di febbre ma ben due tamponi, uno " ufficiale" spedito all'Amedeo di Savoia e uno fatto al Martini quando la donna si è presentata preoccupata per un possibile contagio, hanno dato lo stesso esito: positivo.Da allora ogni lunedì la signora si sottopone a un nuovo test. « Prima venivano a casa poi hanno cominciato a chiedermi di presentarmi nei punti in cui eseguono i tamponi in città - racconta - Quasi è meglio così perché almeno faccio due passi fino a Porta Susa».Anche se ufficialmente è in quarantena, Linda riceve dall'Asl una mail che l'autorizza a recarsi in uno dei punti di controllo per sottoporti al tampone. Per il resto è prigioniera in casa da oltre due mesi e mezzo. « Ho perso anche tutti i lavoretti che facevo » . Ogni mattina Linda riceve una telefonata: « Mi chiedono i parametri, come sto, se ho dei sintomi. E ogni mattina io rispondo no a tutte le domande. All'inizio compilavo un format sul computer ma poi ho pensato che quella telefonata mi permetteva almeno di fare due parole ».Linda vive ogni lunedì con ansia: « Su 12 tamponi solo due sono risultati negativi, uno il 22 giugno, ma quello successivo era di nuovo positivo e io mi chiedo come sia possibile. Comincio a dubitare della loro efficacia, eppure senza un risultato negativo non posso uscire di casa e tornare alla mia vita e ai mie affetti. Mi dicono che non sono l'unica ma non è una consolazione ».Questa mattina, dopo l'ennesima brutta notizia Linda era così giù di morale che ha accettato il consiglio della virologa dell'Asl e ha chiamato il numero verde di assistenza al cittadino, istituito anche come supporto psicologico a chi è costretto alla quarantena. « Mi hanno dato due numeri, entrambi suonavano a vuoto. Allora ho chiamato la protezione civile e ho scoperto che quei numeri sono stati disattivati da qualche giorno come se non servissero più».Gli orari e il personale a disposizione dei call center che in questi mesi hanno gestito l'emergenza rispondendo anche a 5173 chiamate in un solo giorno, in effetti, è stato ridotto. «Da questa settimana, il servizio viene garantito tutti i giorni dalle ore 8 alle ore 22 con risposta da parte di personale del servizio sanitario regionale: decisione determinata dalla oggettiva diminuzione delle chiamate giornaliere e dalla necessità di " liberare" i volontari che per 4 mesi hanno garantito la loro presenza h24 » , si legge in un comunicato della Regione. Ma per persone come Linda l'emergenza non è affatto finita.

Newspaper metadata:

Source: Panorama
Author:
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Periodics
Pages: 52 -

Web source:

Dalla sindrome della capanna alla videofobia, il catalogo delle ansie dopo il lockdown è questo

L'angoscia di riprendere i ritmi di pre-pandemia e il timore di non adattarsi agli attuali. La mancata elaborazione del lutto privato nella sua ritualità classica e il rifiuto del computer come unica interfaccia lavorativa. Sono tanti i disagi da stress causati dalla lunga quarantena. Come racconta a Panorama Massimo Di Giannantonio, presidente della Società italiana di Psichiatria. C redevamo di uscire rinnovati e migliorati: abbiamo imparato a far lievitare il pane, a cucinare i panini bao e a meditare; a vestirci di tutto punto per le videoriunioni, a riordinare gli armadi e a fare la Cspesa solidale. E invece, poi, è arrivato il ritorno dell'onda: la tuta ha avuto il sopravvento, la sedia Stokke è sparita dalla scrivania, il reggiseno è rimasto nel cassetto e il lievito madre, dopo tanta ricerca tra i panettieri e gli appelli social, sta per morire nel frigorifero. Non sappiamo se siamo migliori o peggiori ma, senza dubbio, tre mesi di domiciliari non possono passare senza lasciare traccia nelle abitudini, lo sostengono tutti gli esperti e, a dire il vero, lo sappiamo anche noi. Per ora, nella nostra Fase 3, per esempio, avere un appuntamento a metà mattina rischia di trasformarsi in un impegno che totalizza l'intera giornata; vedersi per l'aperitivo è ormai un'esigenza solo da fine settimana, in fondo il detox da Forno (Fear of missing out, la paura di essere tagliati fuori) è stato talmente metabolizzato che il piacere di stare a casa è salito al primo posto. Per non parlare della spesa, ormai programmatissima: non c'è bisogno di essere del Toro con ascendente Vergine per pianificare un bilanciamento equo tra cibi necessari e superflui, ormai siamo tutti diventati esperti dell'argomento. Insomma, stiamo bene a casa, a tal punto da non voler più uscire; siamo diventati pignoli e maniacali in fatto di cibo, stiamo volentieri diverse ore davanti al computer, indossando, magari, gli stessi vestiti da giorni e ci assale l'ansia se dobbiamo prendere un treno. Dell'aereo, poi, non ne parliamo. Piccole problematiche da stress psicologico che però si possono trasformare, in alcuni casi, nell'imminente fase quattro, in seri disturbi mentali. Perché, inutilegirarci troppo intorno, la quarantena da Covid-19 lascerà strascichi in ciascuno di noie, attenzione, in diversi segnerà un solco popolato di paure, ansie, angosce, fobie, traumi. Lo sostiene Mario Maj, direttore del dipartimento di Psichiatria dell'Università Vanvitelli di Napoli, che sulle pagine di World Psychiatry avverte: «In effetti, nel nostro Paese, le cliniche psichiatriche universitarie e i dipartimenti di salute mentale stanno affrontando un aumento cospicuo delle richieste. Da segnalare in particolare sono i quadri gravi di depressione, con vissuto di insopportabile preoccupazione per il futuro». E lo ribadisce la Società Italiana di Psichiatria (SIP) che parla di «oltre 300 mila persone in più, rispetto alla 900 mila già a carico dei servizi di salute mentale di tutta l'Italia. Si tratta di persone che avranno bisogno di sostegno per gestire l'ansia post-traumatica 58 Panorama I 1 luglio 2020 per i lutti, le perdite, il danno economico e l'incertezza per il futuro». Un aumento di un terzo di pazienti che, probabilmente, rischia di travolgere la rete di assistenza nazionale, non a caso è stato chiesto lo stanziamento immediato di 40 milioni di euro per l'assunzione di 800 psichiatri in più e la diffusione della telepsichiatria. Ma quali sono i disturbi da dopo lockdown più diffusi, tra quelli più o rneno importanti? Come si manifestano? Che tipo di comportamenti inducono? Ne parliamo con Massimo Di Giannantonio, presidente della SIP, che parte da una precisazione: «Le conseguenze psicosociali del Covid si possono raggruppare in due grandi aree, quelle del disturbo delle ore diurne e quelle delle ore notturne. Questo perché la situazione di stress, di pericolo, di rischio ha come conseguenza, dal punto di vista neurobiologico, l'alterazione dei ritmi circadiani e l'aspetto neuroendrocrino. Alterando i ritmi di dormiveglia, aumenta il livello di stress diurno che comporta livelli di ansietà libera oppure psicosomatica. L'ansietà libera è legata all'incertezza, alla paura di un pericolo imminente, alla mancanza di sicurezza, di tranqi tillità, cioè a tutti quei sintomi che non riescono a essere mentalizzati; mentre l'ansietà psicosomatica porta con sé disturbi dell'alimentazione, dell'attenzione, del movimento, della digestione, come le gastralgie, quindi ha ripercussioni sul corpo. Naturalmente nei soggetti più deboli, già affetti da fragilità psicologiche, le conseguenze sono molto più gravi fino a raggiungere livelli di deviazione suicidaria. Ma questo è un altro aspetto che non può essere liquidato in poco tempo». Ora, senza insistere sulle criticità più acute, partiamo da un disturbo, a quanto pare, abbastanza diffuso visto che «colpisce un milione di italiani, spaventati dal ritorno alla normalità». È stato battezzato sindrome della capanna e coincide con «l'ansia di riprendere i ritmi precedenti e la paura di non adattarsi ai nuovi. È, in realtà, una reazione del tutto normale e comune anche per le persone psichicamente più equilibrate, conseguente all'eccezionalità della situazione, come già avvenuto dopo il crollo delle Torri Gemelle. Ma se il disagio si protrae più di tre settimane ed è acuito dall'incertezza verso il futuro, dalla preoccupazione per la situazione economica e la precarietà del lavoro, in un caso su tre aumenta il rischio di sviluppare, nel tempo, veri e propri disturbi mentali, come la depressione, gli attacchi di panico e disturbi dell'adattamento». Sul versante opposto

Newspaper metadata:

Source: Panorama
Author:
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Periodics
Pages: 52 -

Web source:

si ha la sindrome da sequestro, che implica il sentirsi privati ingiustamente delle proprie libertà e quindi induce a uscire in continuazione senza seguire le regole di sicurezza e senza rispettare i divieti cautelativi, a cominciare dal rifiuto della mascherina in pubblico. Altrettanto diffuso è il problema della mancata elaborazione del lutto: «Le per-sone colpite dalla morte di un familiare durante la quarantena non hanno avuto la possibilità di realizzare tale perdita attraverso quei rituali che la propria cultura prevede come il funerale, le condoglianze, la vicinanza di parenti e conoscenti, quindi potrebbero vivere conseguenze psicosociali invalidanti come effetto post traumatico da stress». La mancata elaborazione del lutto potrebbe indurre anche al disturbo da flashback ovvero all'affiorare ricorrente di ricordi negativi traumatici. Un disturbo che colpisce anche una buona percentuale di medici e operatori sanitari che sono stati impegnati in prima linea durante l'emergenza da coronavirus. O al contrario alla sindrome da evitamento che tende ad allontanare pensieri o sentimenti legati al trauma fino a negare l'evidenza o a ridicolizzarla. Perfino il tanto osannato smart working, se non gestito in maniera equilibrata, e soprattutto se non viene scelto ma imposto o effettuato in un luogo non adatto alla concentrazione, nasconde ripercussioni che gli esperti individuano con la sindrome da burnout che comporta delusione nei confronti di se stessi, sentimenti di inadeguatezza e repulsione verso il proprio lavoro. «In alcuni casi, si tratta di una videofobia, cioè di un rifiuto della digitalizzazione e della subordinazione al lavoro telematico. E questa è una reazione a due cose: alla trasformazione delle relazioni sociali da reali a virtuali e all'impotenza da connessione che provoca una vera e propria nausea nei confronti di quella linea che va e viene e mette a dura prova i nostri nervi». Più bizzarra e, per fortuna, meno diffusa, è la sindrome da monarca assoluto: quella del capo che, non avendo a che fare quotidianamente coni suoi sottoposti, soffre della mancanza di potere, spesso esercitato con le logiche del «bossing», ovvero della molestia psicologica verticale. «Se l'esercizio di potere non è adulto, ma è un modo narcisisticamente prevalente, se si basa sull'autoreferenza e sull'istintualità primordiale, con lo smart working s'innesta un processo patologico di frustazione, di limitazione e di insoddisfazioni che portano alla caduta della leadership e quindi dell'ego». La destrutturazione del quotidiano, quindi il cambiamento di abitudini e di ritualità acquisite, colpisce la psiche anche di bambini e di adolescenti che potrebbero manifestare segni di disagio e di regressione meglio noti come disturbi da crollo della quotidianità. «Quando viene meno il ritmo strutturato dell'uscita mattutina per andare a scuola, che rappresenta la fondamentale dimensione sociale dei bambini e dei ragazzi, manca la costruzione e la metabolizzazione di un mondo radicalmente trasformato i cui confini coincidono con le pareti di casa. Con conseguenti situazioni di disagio, apatia, depressione o ipercinetismo». E poi non poteva mancare la misofobia o sindrome di Pilato, sì proprio colui che se ne lavò le mani. È una fobia pertinente al timore dello sporco, che un po' tutti ancora proviamo. In ogni caso: «È importante affrontare le proprie paure e, se necessario, rivolgersi allo specialista se ansia, frustrazione, insonnia e irascibilità non sono temporanee. Si tratta di disturbi noti, per i quali esistono trattamenti concreti e di comprovata efficacia che possono migliorare la qualità di vita, la forza di ripresa e la capacità di tornare a scommettere su se stessi» conclude lo psichiatra di Giannantonio. «Perché non c'è salute senza salute mentale».

LA STAMPA.it

Newspaper metadata:

Source: Lastampa.it
Author: fabio di todaro
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Internet
Pages: -

Web source: https://www.lastampa.it/salute/2020/07/01/news/i-nostri-adolescenti-mangiano-male-fanno-poco-sport-e-non-sono-felici-1.38982319

I nostri adolescenti Mangiano male, fanno poco sport e non sono felici

I risultati dell'indagine sullo stato di salute dei giovani italiani condotta dai ricercatori dell'Istituto Superiore di Sanità e delle Università di Padova, Torino e Siena Mangiano poca frutta e verdura e fanno poca attività fisica, con risultati che sono sotto gli occhi di tutti: i tassi di sovrappeso e obesità infantile dei ragazzi italiani sono secondi in Europa soltanto a quelli dei coetanei greci. Ma, soprattutto, hanno una condizione psicologica di scarso benessere, che tende a diminuire con il passare degli anni. I risultati dell'indagine sullo stato di salute degli adolescenti italiani («Health Behaviour in School-aged Children») condotta dai ricercatori dell'Istituto Superiore di Sanità e delle Università di Padova, Torino e Siena restituisce un'istantanea poco rassicurante sul loro stato di salute. Il tutto riferito al periodo pre-coronavirus, con il rischio dunque di un peggioramento complessivo delle abitudini determinato dal lockdown e dalla prolungata chiusura delle scuole. Dieta e attività fisica da rivedere L'indagine, inserita nel più ampio lavoro coordinato dall'Ufficio regionale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, offre una dettagliata panoramica sulla salute fisica, sulle relazioni sociali e sul benessere psicologico di oltre 227mila ragazzi in età scolare di 11, 13, e 15 anni. «I pre-adolescenti, specialmente gli 11enni, non mangiano molta frutta: soltanto un terzo del campione ha riportato consumi quotidiani: un dato che ci colloca in fondo alla classifica dei Paesi coinvolti nel report - afferma Alessio Vieno, docente di psicologia dello sviluppo e della socializzazione dell'Università di Padova -. E per quanto riguarda le verdure, i risultati sono anche peggiori. Siamo ultimi per quanto riguarda un consumo quotidiano». A questo si aggiunge uno dei più bassi livelli di attività fisica. Quello che emerge dall'indagine, è che gli adolescenti italiani si muovono per meno di un'ora al giorno. Un'abitudine che va via via perdendosi, mentre di pari passo cresce l'utilizzo dei media digitali. I due aspetti sono correlati? Difficile dirlo con certezza, ma con ogni probabilità di sì. E insieme, probabilmente più della dieta, concorrono al raggiungimento di un alto tasso di sovrappeso e obesità, soprattutto tra i più piccoli (un problema per 1 su 5). Servirebbe almeno un'ora al giorno di sport Questa tendenza alla sedentarietà – che è globale, come si evince da un lavoro pubblicato a gennaio sulla rivista «The Lancet Child & Adolescent Health» - si traduce in un peggioramento delle condizioni di salute a partire dall'adolescenza, con inevitabili riflessi anche su quelle che sarà la salute dei futuri adulti. I benefici determinati da uno stile di vita fisicamente attivo durante l'adolescenza sono molto ampi e includono il miglioramento dello sviluppo muscolare, delle salute respiratoria e cardiovascolare, oltre che delle ossa. Si tratta di conseguenze pressoché scontate e derivanti da una gestione migliore del peso corporeo. Più ci si muove, infatti, minori sono le probabilità di ritrovarsi a combattere con i chili di troppo. Le evidenze non sono ugualmente forti, ma diverse ricerche hanno ipotizzato un beneficio anche per lo sviluppo cognitivo e la costruzione di una solida rete sociale da parte dei più giovani. Vantaggi che tendono a protrarsi fino all'età adulta. Da qui l'appello dell'Organizzazione Mondiale della Sanità: «Gli adolescenti dovrebbero svolgere un'attività sportiva tutti i giorni: almeno della durata di un'ora». Prendersi cura anche della mente Ma la preoccupazione principale che emerge dal report riguarda lo stato di salute psicologica dei più giovani, che sembra diminuire all'aumentare dell'età: con le ragazze particolarmente a rischio Un adolescente su 4 di quelli intervistati nel report ha infatti riferito di sentirsi spesso nervoso, irritabile e di avere difficoltà ad addormentarsi almeno una volta a settimana. «Questo aumento del numero di ragazzi e ragazze in Europa che riportano scarsa salute psicologica è una preoccupazione per tutti noi - dichiara Hans Henri P. Kluge, direttore dell'Ufficio europeo dell'Organizzazione Mondiale della Sanità -. La risposta che daremo a questo crescente problema avrà un eco per generazioni. Investire sui giovani, per esempio assicurandoci che abbiano accesso a servizi per la salute psicologica appropriati per i loro bisogni, avrà benefici per la salute, l'adattamento sociale e il benessere economico degli adolescenti di oggi, che saranno gli adulti di domani». L'indagine ha evidenziato inoltre che, in circa un terzo dei Paesi, è in crescita la quota di adolescenti che si sentono stressati dai compiti scolastici. Nella maggior parte delle nazioni, l'esperienza scolastica peggiora con l'età, con la soddisfazione per la scuola e la percezione di supporto scolastico da parte di insegnanti e compagni che diminuiscono all'aumentare dello stress per i compiti. Alcol, fumo e sessualità A ciò occorre aggiungere che, nella fascia di età considerata, rischiano di avvenire i primi approcci con l'alcol e il fumo di sigaretta. Dall'indagine si evince che un quindicenne su 5 risulta essersi già ubriacato due o più volte nella vita e almeno 1 su 7 nell'ultimo mese. Come si legge sul Magazine di Fondazione Umberto Veronesi, birra e soprattutto superalcolici oggi attirano l'attenzione più delle sigarette e degli «spinelli». Preoccupano anche l'attitudine al gioco d'azzardo (già testato da 4 ragazzi su 10) e l'uso smodato dei social network (8 adolescenti su 10 hanno contatti giornalieri con amici che vedono normalmente anche di persona). La scoperta della sessualità, espone i ragazzi al rischio di comportamenti

LA STAMPA.it

Newspaper metadata:

Source: Lastampa.it
Author: fabio di todaro
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Internet
Pages: -

Web source: https://www.lastampa.it/salute/2020/07/01/news/i-nostri-adolescenti-mangiano-male-fanno-poco-sport-e-non-sono-felici-1.38982319

poco sicuri. Sempre a livello europeo, un adolescente su 4 è risultato avvezzo a pratiche sessuali prive di protezioni.
Twitter @fabioditodaro

la Repubblica.it

Newspaper metadata:

Source: Repubblica.it
Country: Italy
Media: Internet
Author: SARA STRIPPOLI
Date: 2020/07/01
Pages: -

Web source: https://torino.repubblica.it/cronaca/2020/07/01/news/rito_laico_per_i_defunti_del_covid_domani_alle_18_30_all_ospedale_mauriziano-260680980/?rss

Mauriziano, un ulivo in giardino per le vittime del Covid: atteso anche Chiambretti

Familiari insieme con medici e infermieri: il rito laico domani alle 18,30 di SARA STRIPPOLI abbonati a 01 luglio 2020 Un rito laico per commemorare i defunti del coronavirus. Ora che il Piemonte sta provando a rialzare la testa e riprendere una vita quanto possibile normale dopo l'emergenza l'ospedale Mauriziano di Torino ha pensato che fosse il tempo di dedicare ai familiari delle vittime il funerale che non c'è mai stato. La cerimonia è prevista domani alle 18,30 e fra i familiari presenti dovrebbe esserci anche Piero Chiambretti, paziente e figlio, che per il Covid ha perso la mamma Felicita, deceduta proprio al Mauriziano durante il periodo più difficile dell'emergenza. Cronaca Torino, Chiambretti guarito e dimesso: "Un messaggio di speranza per tutti" All'uscita dall'ospedale lo showman aveva ringraziato tutti, medici e infermieri, per le cure ricevute da lui e dalla mamma. I momenti di difficoltà, di dolore e di forzato isolamento che hanno caratterizzato il periodo di grave emergenza coronavirus hanno fatto nascere l'idea di questo rito laico. La commemorazione terminerà piantando tutti insieme un ulivo, simbolo di speranza e rinascita, nel giardino dell'ospedale. "Durante il Covid siamo stati costretti ad abbandonare anche i morti - spiegano il direttore generale Maurizio Dall'Acqua - E' a questa mancanza che il rito vuole porre rimedio". Così il rito diventerà un evento collettivo di raccoglimento e riflessione. Domani ci sarà anche l'antropologo Marco Aime e la responsabile del servizio di psicologia Antonella Laezza.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author:
Date: 2020/07/01
Pages: 26 -

Web source:

Nostalgia di ieri

Chi indulge di tanto in tanto nei ricordi è più ottimista, soddisfatto e sicuro di sé. Ma attenzione a non abusare con la ricerca di questa piacevole sensazione II senso dei ricordi La nostalgia ci rende più soddisfatti, sicuri e ottimisti. Inoltre contribuisce a farci percepire la nostra esistenza come dotata di un maggiore significato. ecoriamo le pareti del nostro appartamento con foto che raffiguDrano gli eventi importanti della nostra vita, continuiamo a preparare il ciambellone seguendo la ricetta di nostra nonna e ci piace andare al cinema per vedere film che raccontano storie di epoche passate. Ma perché? Il motivo è nel piacevole senso di benessere prodotto da questi gesti. Per lungo tempo la nostalgia è stata liquidata come una sensazione negativa. Nel XVII secolo il medico Johannes Hofer scrisse una tesi di dottorato sulle sofferenze dei mercenari svizzeri che andavano in guerra al soldo di ricchi principi. Lontano da casa, erano tormentati dal pensiero della loro patria. A quella «malattia», che oggi definiremmo come la malattia di quelli a cui manca molto casa, diede il nome di nostalgia. Solo negli anni settanta del Novecento il sociologo Fred Davis, nel suo libro Yearningfor Yesterday: A Sociology of Nostalgia , ha messo in dubbio questa teoria, scoprendo per primo i lati positivi della nostalgia. Lo studioso ha notato che i ricordi d'infanzia provocano spesso sensazioni di sicurezza. Per questo ha affermato che lo sguardo sentimentale al passato rappresenta un importante strumento per determinare e consolidare la propria identità. Alcuni esperimenti degli ultimi 15 anni gli danno ragione, e mostrano come gli effetti positivi della nostalgia vadano ben oltre il senso di benessere a breve termineLa nostalgia: dolceamara, in tutto il mondo La nostalgia ha in sé sensazioni positive e negative. Nonostante la gioia, l'orgoglio e l'affetto che ci lega alle persone che hanno condiviso esperienze con noi, una parte integrante del ricordo sentimentale è anche la consapevolezza che si tratti di un momento appartenente al passato, irrimediabilmente trascorso. Nel 2015 un team internazionale guidato da Constantine Sedikides ha definito la nostalgia come un'emozione dolceamara, ma soprattutto positiva e fondamentalmente sociale, che nasce ripensando alle esperienze importanti. Ma questa sensazione è comune a tutti? Per rispondere a questa domanda, 20 ricercatori provenienti da 18 nazioni hanno dato vita a un progetto di ricerca comune. Il risultato? La nostalgia è vissuta in maniera simile in molte culture, nonostante alcune differenze; sembra quindi rappresentare un fenomeno universale. Come suggeriscono le procedure di imaging, è contraddistinta dal fatto che nel nostro cervello si attivano allo stesso tempo aree legate alla memoria e altre legate al sistema di ricompensa. «Emotion», 10.1037/a0036790, 2014; «Social Cognitive and Affective Neuroscience», 10.1093, 2016 La nostalgia aiuta a rafforzare l'autostima e a rendere più solido il legame con le persone che amiamo UNA CARICA nI OTTIMISMO Due di noi (Sedikides e Wildschut) hanno identificato nel 2015, insieme ad altri studiosi, tre funzioni della nostalgia: una funzione di auto-orientamento che rafforza l'autostima e gli atteggiamenti mentali positivi; una funzione esistenziale, che rafforza lo sguardo sul significato della nostra vita; una funzione sociale, che rafforza il legame con le persone a cui ci affezioniamo. Il fatto che spesso gli individui decorino la propria abitazione con foto del proprio matrimonio o della propria infanzia, o cerchino altri stimoli in gra28 do di provocare nostalgia, potrebbe essere non tanto un caso, ma la decisione inconscia di armarsi di stimoli nostalgici per affrontare determinate situazioni. Vi siete mai chiesti se riuscirete a vincere una sfida imminente? Superare un esame, portare a termine un progetto complicato, risolvere un problema? La nostalgia, in questo caso, potrebbe aiutarvi, come a dire: «Finora è andato tutto bene». Ripensare quindi consapevolmente al fatto di avere già superato difficoltà analoghe in passato ci rende ottimisti e sicuri di noi stessi. Nel 2013 un team di ricercatori coordinato dalla psicologa sociale Wing-Yee Cheung ha chiesto a un gruppo di partecipanti ai suoi test di ricordare un evento in grado di scatenare in loro nostalgia. Un altro gruppo doveva invece pensare a un evento normale, privo di valore sentimentale. Risultato: solo i contenuti della memoria del primo gruppo erano in grado di generare ottimismo. Del resto la nostalgia contribuisce ad accrescere la nostra soddisfazione per la vita che conduciamo e a darle, ai nostri occhi, un significato. Questo fenomeno è stato illustrato nel 2011 da un gruppo di ricercatori della North Dakota State University, guidato dallo psicologo statunitense Clay Routledge, nel corso di numerosi esperimenti. Quando i partecipanti ai test leggevano testi di canzoni che provocavano in loro nostalgia, vedevano nelle loro azioni un significato più vasto rispetto ai volontari del gruppo di controllo. Inoltre, coloro che tendevano spesso a provare nostalgia davano maggiore importanza alla propria esistenza e si sentivano più legati agli altri. Alcuni psicologi coordinati da Wij - nand Van Tilburg, del King's College di Londra, si sono chiesti a che cosa si debba questa valutazione. Nel 2019 hanno scoperto che la nostalgia è in grado di generare una sensazione di «continuità del sé», cioè la sensazione che nella vita MIND GLI AUTORI Tim Wulf È collaboratore scientifico

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Author:
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Periodics
Pages: 26 -

Web source:

dell'Istituto di scienze della comunicazione e dei media della Ludwig-Maximilian Universitat di Monaco di Baviera. I vecchi videogame destano in lui ricordi infantili e adolescenziali. Constantine Sedikides e Tim Wildschut Sono docenti di psicologia sociale e della personalità all'Università di Southampton. Nell'ateneo inglese studiano da decenni l'identità umana e le più importanti emozioni che la plasmano. ci sia un fil rouge e che i tratti della personalità e i valori importanti si conservino nel tempo. Questa convinzione è strettamente legata alla percezione di significato. Essa può quindi aiutarci ricordandoci ciò che conta veramente. ANTIDOTO ALLA SOLITUDINE Chi si è trasferito in una città sconosciuta sa che, prima di costruire una nuova cerchia di amicizie, occorre tempo. E, ogni volta che ci si sente soli, tornare nella propria città sembra una strategia utile. Ci vuole molto tempo per allacciare nuovi contatti sul posto. Nel 2008, grazie a numerosi esperimenti, un gruppo di ricerca coordinato da Xinyue Zhou, psicologa dell'Università dello Zhejiang, ha rilevato che la nostalgia rappresenta un efficace antidoto alla solitudine: le persone sole non percepiscono il sostegno sociale. Allo stesso tempo la solitudine provoca però sensazioni di nostalgia, che a loro volta accrescono il legame con gli altri. È sorprendente come questo effetto si manifesti soprattutto nei soggetti con maggiore resilienza, quindi più in grado di superare i momenti di crisi. I ricercatori vedono quindi la nostalgia come una risorsa psicologica che può renderci più forti e difendere il nostro benessere, anche nelle avversità. Guardare le vecchie serie tv della nostra giovinezza su YouTube o su Netflix, oppure andare a feste anni ottanta e novanta, quindi, non sono perdite di tempo inutili. Come uno di noi ha constatato in alcuni studi pubblicati nel 2018, gli individui non solo trovano dell'ottimo intrattenimento in contenuti multimediali nostalgici, come le serie tv della propria infanzia, ma possono anche ripensare a se stessi e alla propria crescita. Secondo James Bonus, della Ohio State University, in questi momenti gli individui si confrontano con la persona che erano una volta. Lo studioso di comunicazione ha scoperto che, ascoltando la musica pop che sentivano da bambini, gli studenti tendevano a essere più soddisfatti della loro vita attuale, più di quelli che ascoltavano i successi del momento. Se, ascoltando, si concentravano anche sulla loro crescita e maturazione interiore, l'effetto risultava ulteriormente amplificato. PUBBLICITÀ E PROPAGANDA La pubblicità sfrutta ottimamente e da lungo tempo l'attrattività degli impulsi nostalgici. Il fatto che gli individui preferiscano prodotti associati ai tempi passati è stato confermato nel 2007 da Jeremy J. Sierra, della Texas State University, e Shaun McQuitty, della Athabasca University, in Canada, per diversi beni di consumo tra cui giocattoli, prodotti musicali e libri. La nostalgia, spiega l'esperto di comunicazione, sarebbe un affascinante ed efficacissimo argomento di vendita, in grado di conferire un vantaggio competitivo. I genitori che comprano ai figli giocattoli con cui hanno giocato loro stessi da piccoli, o bevande dalle confezioni retro, che rendono parzialmente esperibile la vita di un tempo, sono solo alcuni esempi di come la pubblicità sfruttai nostri sentimentalismi. Gli esperti di marketing amano anche la «nostalgia collettiva», che nasce da ricordi condivisi con un gruppo sociale. Nel 2019 Marika Dimitriadou, economista del Business College di Atene, ha dimostrato insieme ai suoi colleghi che questa forma di nostalgia può aumentare la preferenza per i prodotti locali (greci, in questo caso). I pubblicitari potrebbero quindi tentare di sfruttare eventi che hanno segnato la storia di una nazione per commercializzare merci nazionali o regionali. Il potere di convinzione della nostalgia può invece divenire problematico quando non dobbiamo «vendere» film o giocattoli, ma discutere di questioni sociali, propagandare ideologie politiche o posizioni estremiste. Nel 2017 il politologo britannico Michael Kenny, dell'Università di Cambridge, ha dichiarato che la nostalgia sarebbe strettamente legata al populismo, quello che ha contribuito al referendum sulla Brexit o all'elezione di Donald Trump. I difensori dell'uscita del Regno Unito dall'Unione Europea, come Liam Fox o 30 LETTURE Va n Tilburg W. A. e altri, How Nostalgia Infuses Life with Meaning: From Social Connectedness to SelfContinuity, in «European Journal of Social Psychology», Vol. 49, 2019. Bonus J. A., Who I Am Is Not who I Was: Temporal Comparisons Mediate the Effect of Listening to Nostalgic Music on Well-Being, in «Communication Research», . Sedikides C. e altri, To Nostalgize: Mixing Memory with Affect and Desire, in «Advances in Experimental Social Psychology», Vol. 51, 2015. Boris Johnson. afferma Kenny. si sarebbero serviti, nelle loro argomentazioni, di un'immagine del Regno Unito ancorata all'idea dell'antica potenza imperiale da liberare dalle pastoie di un'Unione Europea burocratizzata. Con un messaggio simile (Make America Great Again), nel 2016 Donald Trump ha vinto le elezioni presidenziali negli Stati Uniti. Come ha dimostrato nel 2015 la studiosa di scienze sociali Anouk Smeekes, dell'Università di Utrecht, gli olandesi che partecipavano ai suoi test si identificavano con maggiore nostalgia collettiva alla loro identità olandese, e avevano un bisogno maggiore di difendere la propria nazione e mostrare più pregiuRivolgere di tanto in tanto uno sguardo al passato può essere uno stimolo per vivere meglio il presente e per andare incontro al futuro con ottimismo Guardare vecchie foto o ascoltare le canzoni che amavamo ai tempi del liceo può darci forza nei momenti in cui ci sentiamo tristi, stanchi o soli. dizi nei

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Author:
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Periodics
Pages: 26 -

Web source:

confronti di altri gruppi sociali, tra cui quello degli immigrati. Quando qualcuno, dunque, ci fa ricordare i «bei vecchi tempi», dovremmo sempre interrogarci sui motivi che ci sono dietro. AVVICINAMENTO E MOTIVAZIONE Per quanto la nostalgia, quindi, possa essere usata per fini economici, politici e ideologici, non dovremmo dimenticare quanto possa farci bene e quali opportunità ci offra. Un team interdisciplinare coordinato dalla studiosa di scienze sociali Borja Martinovic ha interpellato croati, serbi e bosniaci emigrati in Australia durante la guerra in Jugoslavia, MIND negli anni novanta. Chi ripensava nostalgicamente a un'identità jugoslava comune aveva più contatti con persone di altre etnie e tendeva meno ad attribuire loro la responsabilità del conflitto. La nostalgia collettiva potrebbe dunque far sì che gruppi diversi con un passato comune possano riavvicinarsi. Queste sensazioni possono esserci utili anche nella quotidianità del nostro lavoro. Un gruppo guidato da Marius van Dijke, studioso di etica del comportamento della Rotterdam School of Business, ha scoperto analizzando una serie di studi che la nostalgia ci permette di gestire meglio le ingiustizie che subiamo sul lavoro, per esempio quando abbiamo la sensazione di essere trattati dal superiore con meno delicatezza e meno rispetto di altri colleghi. Rafforzando il legame sociale, la nostalgia aumenta in noi anche la motivazione e il rendimento. Come dimostrato da due di noi (Wildschut e Sedikides) nel 2018, in alcuni esperimenti condotti insieme a un team dell'Università di Southampton, i dipendenti «nostalgici» percepiscono il proprio lavoro come utile e arricchente, e tendono a pensare meno al licenziamento. L'effetto era evidente soprattutto nei collaboratori con elevati valori su una scala che misura il burnout. I ricordi nostalgici potrebbero avere effetti positivi anche per gli anziani. Nel 2018 sono emerse le prime indicazioni dell'utilità della nostalgia per i pazienti affetti da demenza, grazie al gruppo di Sanda Umar Ismail, della University of the West of England a Bristol. I soggetti che ricordavano esperienze di alto valore sentimentale, o che ascoltavano canzoni che provocavano in loro nostalgia, erano più ottimisti e avvertivano meno la solitudine, percepivano un maggiore senso della propria vita e tendevano di più a vedervi un «filo rosso» rispetto ai soggetti del gruppo di controllo. Ma che cosa possiamo fare per trarre vantaggio dalle sensazioni nostalgiche nella vita di tutti i giorni? Possiamo produrle consapevolmente, per esempio, ascoltando di tanto in tanto la musica delle vecchie band che amavamo, o sfogliando album di vecchie foto. Questo può darci forza nei momenti in cui ci sentiamo tristi, stanchi o soli. Tuttavia, nel fascino dei tempi andati non possiamo dimenticare che neanche prima andava tutto bene, e dovremmo apprezzare ciò che nella nostra vita è cambiato in meglio. In questo modo lo sguardo al passato ci aiuterà a vivere il presente e ad andare verso il futuro con ottimismo.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author:
Date: 2020/07/01
Pages: 32 -

Web source:

Avrei, sarei, potrei

A nessuno piace avere rimpianti, eppure a volte ci troviamo a rimuginare sulle cose che avremmo potuto fare. Ripensare alle occasioni perdute ci rende tristi, è vero, ma il rimpianto può rivelarsi utile per la crescita personale Una bussola interiore II rimpianto è una presenza costante nella vita di molti, e può influenzare negativamente il nostro benessere, ma anche cambiare in meglio i nostri comportamenti. MIND a celeberrima canzone di Edith Piaf Non,je ne regrette rien è un inL no contro il rimpianto. Anche «M», interpretata tra gli altri da Judi Dench in molti film su James Bond, trova che sia poco professionale. Sono solo alcuni esempi della cattiva reputazione di cui gode il rimpianto. Alla fin fine tutto ciò dipende dal fatto che, di solito, questa sensazione ci assale dopo un fallimento. Abbiamo tentato di fare qualcosa, abbiamo perseguito un obiettivo, ma non ci siamo riusciti. Avremmo dovuto fare questo o quello, ma non ce l'abbiamo fatta, o magari abbiamo preso le decisioni sbagliate. Spesso a soffrirne è proprio chi rimpiange, ma a volte anche gli altri, per esempio le vittime dell'incidente che costui ha provocato. I rimorsi di coscienza hanno quindi sempre bisogno della consapevolezza dell'errore commesso. Nel caso ideale, la persona sa benissimo ciò che avrebbe dovuto fare. Ripensarci, certo, è quasi sempre spiacevole, ma aiuta a evitare di commettere errori simili in futuro. Leggiamo continuamente notizie di infermieri o medici che ci raccontano i rimpianti più frequenti di chi sta per morire. «Ho trascorso troppo poco tempo con la mia famiglia», oppure «mi sono preso poca cura di me stesso», o anche «non ho viaggiato abbastanza». I ricercatori provano a capire meglio questi life regret (occasioni perse o rimpianti) ricorrendo a colloqui e questionari. Mike Morrison, del King's University College di London, in Canada, e Neal Roese, della Northwestern University di Evanston, negli Stati Uniti, hanno esaminato un campione rappresentativo della popolazione statunitense per capire in quali campi tendiamo tipicamente ad avere rimpianti. Tra quelli più frequenti figuravano il rapporto di coppia (19 per cento dei casi), la famiglia (17 per cento), la carriera (14 per cento), le finanze (10 per cento) e il rapporto con i genitori (9 per cento). Insieme a Morrison e Roese, anch'io, in numerosi studi, ho rilevato evidenti differenze tra due grandi aspetti della vita: il lavoro e i rapporti personali. Nella maggior parte dei casi tendiamo ad avere più rimpianti nei rapporti interpersonali che non in aspetti riconducibili al contesto professionale. Probabilmente ciò dipende dal fatto che quest'ultimo coinvolge maggiormente la nostra appartenenza sociale. Tra le situazioni tipiche ci sono, per esempio, i conflitti con il partner, coni genitori o con i figli. Elementi percepiti come più gravi rispetto, per esempio, alle scelte sbagliate sul lavoro. Talvolta anche in questo caso, però, ci sono conflitti che riguardano il II distacco come «conforto mentale» Che fare quando siamo costantemente tormentati dai rimorsi di coscienza? All'inizio occorrerebbe prendere atto del nostro errore odi aver perso un'occasione irripetibile tentennando troppo. In questi casi, tuttavia, è consigliabile assumere un punto di vista quanto più «freddo» possibile. Vista dall'esterno, la situazione sarebbe davvero così drammatica? Ciò che è avvenuto nel passato è così grave da spingerci a trascurare il presente? In molti casi la risposta è no. Spesso un punto di vista distaccato ci permette di giudicare la situazione specifica con minore emotività. Amici, parenti o conoscenti possono aiutarci nella necessaria rivalutazione. nostro bisogno di accettazione sociale: cambiare lavoro, infatti, comporta spesso stravolgimenti dal punto di vista della vita sociale. Se per noi questo aspetto è particolarmente importante, anche il rimpianto tende a essere maggiore. Una differenza rilevante è quella tra il rimpianto per le nostre azioni e quello per le nostre omissioni. Se chiediamo a qualcuno quali sono i suoi rimpianti, alla maggior parte verranno in mente, all'inizio, esempi che riguardano soprattutto azioni. Qualcuno ha prenotato un viaggio, per esempio, che in seguito si è rivelato troppo caro e mal organizzato, e se lo stamperà nella memoria. Alcuni studi di Victoria Medvec e Thomas Gilovich, psicologi della Cornell University, hanno però indicato che, alla lunga, tendiamo a pentirci di più delle occasioni perse, ovvero dei momenti in cui abbiamo omesso di fare qualcosa. L'OMISSIONE NON È UNA SOLUZIONE I ricercatori hanno rivolto ai partecipanti allo studio domande non solo su ciò che a loro dispiaceva di più, ma anche sulla distanza temporale dell'avvenimento in questione. Tra i rimpian34 Quel record mai battuto I rimpianti più grandi riguardano di solito i rapporti interpersonali, ma anche gli obiettivi che non siamo riusciti a raggiungere. ti più recenti, al primo posto c'erano gli errori «di azione»; tra quelli più vecchi, al contrario, prevalevano le «omissioni», che provocavano un rimpianto maggiore rispetto alle azioni. Spesso, con il passare del tempo, le occasioni perse ci fanno soffrire più degli errori commessi. Come abbiamo già fatto notare, riflettere sui nostri passi falsi tende a farci sentire a disagio. Tuttavia questa riflessione può essere utile per il futuro. Esempio: avete perso l'occasione irripetibile di candidarvi a una posizione lavorativa che si è aperta all'interno della vostra azienda. Alla lunga, rimpiangerlo non vi servirà a niente: non potrete spostare all'indietro le lancette dell'orologio. Il posto in questione, ormai, sarà già stato

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Author:
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Periodics
Pages: 32 -

Web source:

occupato. Inoltre non sapete se la scelta, alla fine, sarebbe caduta su di voi. Come riferito da Amy Summerville, della Miami University, e da Neal Roese, il nostro rimpianto diminuisce man mano che lo scopo perseguito si allontana fino a divenire irraggiungibile. Ciò può dipendere dalla situazione specifica, come nell'esempio citato, ma anche dalle caratteristiche della persona. Si tratta di un fenomeno esaminato soprattutto dai ricercatori che stuMIND L'AUTORE Kai Epstude è laureato in psicologia e lavora come ricercatore all'Università di Groningen, nei Paesi Bassi. diano l'invecchiamento. Con l'avanzare dell'età, infatti, diminuiscono le probabilità di correggere determinate decisioni o di tornarci su. Un team di ricercatori coordinato da Carsten Wrosch, della Concordia University di Toronto, in Canada, ha scoperto che gli anziani tendono ad avere meno rimpianti, soprattutto rispetto a cose che appaiono difficilmente modificabili. Le imprese sportive o la carriera sembrano eventualità piuttosto irrealistiche, dopo i sessant'anni. Uno dei parametri di un invecchiamento sano sembra essere rappresentato proprio dalla capacità di dimenticare gli obiettivi divenuti irraggiungibili. Gli anziani non investono tutte le loro energie in grandi ambizioni e si concentrano su ciò che sono ancora in grado di fare. Ma quali sono i processi mentali alla base del rimpianto? La paura, per esempio, nasce quando percepiamo una minaccia pressante e non vediamo possibilità di difesa. Nel caso del rimpianto la cosa è più complicata: quando qualcosa su cui abbiamo tanto investito, o che desideriamo ardentemente, non si realizza, siamo costretti a ricondurre quella circostanza in primis alle nostre stesse azioni e in secondo luogo alla possibilità di sapere, o almeno di immaginare, che cosa avremmo potuto fare. In questi casi tutto ruota attorno a un ipotetico «se-allora», che gli psicologi definiscono come pensiero controfattuale. L'UTILITÀ DELL'AUTOCRITICA «Se avessi cominciato a studiare prima non sarei stato bocciato all'esame" Oppure, «se non fossi stato così testardo, la serata con Petra e Karl avrebbe potuto essere piacevole" Questi scenari alternativi sono collegati a indicazioni piuttosto concrete di azione nel futuro. Talvolta il rimpianto aumenta la probabilità di superare il prossimo esame e diminuisce il rischio di litigare ferocemente in un'altra occasione. Gli esempi citati favoriscono un altro elemento: l'autocritica. Abbiamo agito con poca intelligenza e lo sappiamo. Riconoscerlo non ci riesce sempre faci Spesso ci rimproveriamo cose per cui non possiamo fare nulla, come la morte di una persona cara. Quando il rimorso diventa ruminazione costante è necessario un supporto psicoterapico le. Spesso, al contrario, ci sentiamo trattati ingiustamente dagli altri o dalla sorte, e non siamo disposti a cercare in noi stessi la responsabilità di quanto è accaduto. Qualcuno, per esempio, preferisce incolpare l'insegnante per l'esame andato male. Qualche volta la cosa potrebbe anche essere giustificata, ma quasi mai sarà particolarmente utile, in futuro, per il nostro successo negli studi. In questi casi tutto dipende dall'obiettivo che stiamo perseguendo: se voglio sentirmi bene nonostante i brutti voti, è utile scaricare la responsabilità sugli altri. Ma se in futuro ho intenzione di fare meglio dovrei essere sufficientemente autocritico da pentirmi. MATURITÀ PERSONALE Ora potremmo chiederci se, a lungo termine, l'autocritica sia migliore per il nostro benessere rispetto a un'allegra rimozione degli errori commessi e delle proprie debolezze. La psicologa Laura King, dell'Università del Missouri, studia proprio questo aspetto, e ha esaminato molti soggetti che avevano vissuto esperienze sconvolgenti. Tra questi, per esempio, omosessuali che avevano aspettato molto a fare coming out, o donne che si erano separate dai mariti dopo molti anni di convivenza. Secondo King non è possibile esaminare il benessere soggettivo isolandolo dalla maturazione personale in età adulta. Quest'ultima richiede una riflessione su ciò che accade, l'adeguamento dei propri obiettivi e la creazione di progetti alternativi per il futuro: in breve, cerca di impedirci di rimanere intrappolati nel passato. Ignorare gli errori commessi e le perdite subite, a questo scopo, non serve: per esempio, se vogliamo dare vita a un nuovo rapporto dopo il fallimento di una relazione dovremo mettere criticamente in discussione i nostri 36 comportamenti del passato. Tutto ciò, spesso, ci rende più complessi e maturi, caratteristiche cruciali per la stabilità emotiva. Un aspetto di cui spesso si occupano i ricercatori riguarda il momento durante il quale i bambini imparano a compiere valutazioni tanto complesse. Da quale età iniziamo a provare pentimento e ad adeguare i nostri comportamenti? In uno studio del 2014 un gruppo di psicologi guidati da Teresa McCormack, della Queen's University di Belfast, in Irlanda del Nord, ha esaminato bambini di diverse età. I piccoli dovevano scegliere una tra due scatole chiuse, di aspetto diverso. In una si trovavano dieci monete, che i bambini potevano tenere per loro, mentre nell'altra c'era una moneta sola. Il primo giorno di esperimenti, grazie a uno stratagemma, i coordinatori facevano sì che nella scatola scelta vi fosse ogni volta il premio minore. In seguito i bambini si sarebbero pentiti della scelta? Sì, ma solo quelli di età compresa tra i sette e i nove anni. Quelli di cinque no. Il giorno successivo, solo i bambini più grandi rivedevano la propria decisione e sceglievano la scatola che aveva un aspetto diverso. La capacità di pentirsi della scelta operata e di correggere le proprie azioni compare quindi tra i 6 e i 7 anni circa. A quanto pare, è necessaria una comprensione più precisa della singola situazione.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Author:
Country: Italy
Date: 2020/07/01
Media: Periodics
Pages: 32 -

Web source:

CIRCOSTANZE OGGETTIVE Nella vita di tutti i giorni, però, le cose vanno spesso in maniera diversa rispetto agli scenari di laboratorio descritti finora. Per esempio non è sempre possibile individuare una causa chiara, perché entrano in gioco le interpretazioni e le attribuzioni soggettive, che spesso sortiscono conseguenze negative. Un esempio clamoroso è arrivato, a metà deNel breve termine ci sembrano più gravi le scelte sbagliate, ma a lungo andare rimpiangiamo soprattutto quello che non abbiamo fatto gli anni novanta, da uno studio di Christopher Davis e colleghi della University of British Columbia di Vancouver, in Canada. Gli studiosi hanno posto alcune domande a genitori che avevano perso un figlio per la cosiddetta sindrome della morte improvvisa del lattante. La causa di morte precisa dei bambini era quindi ignota, e i genitori non ne erano responsabili. Tuttavia pensavano molto a quello che avrebbero potuto fare per evitare quelle morti. E più rimuginavano, peggio si sentivano. Questi pensieri, infatti, sono quasi sempre accompagnati da gravi sensi di colpa, sebbene in questo caso genitori non avessero alcuna responsabilità nella morte dei figli. È evidente che non sono le circostanze oggettive a determinare l'oggetto del rimpianto e il nostro impulso a rimuginare su ciò che avremmo potuto fare per evitare la situazione spiacevole. Nelle situazioni sopra descritte, questo tipo di pensieri è spesso talmente opprimente che i soggetti necessitano di un sostegno psicoterapeutico. In dati simili ci siamo imbattuti nel 2009, in un sondaggio rappresentativo condotto su alcuni cittadini statunitensi. I partecipanti rispondevano al telefono a domande sui loro lje regret. Quelli che riflettevano spesso su decisioni risalenti a molto tempo prima mostravano un livello di benessere inferiore. E la tendenza alla ruminazione entra in gioco in molti disturbi clinici. LIMITARE I DANNI Che dire, invece, di tutte quelle situazioni in cui una persona potrebbe mettere in atto strategie per contenere il suo disagio ma ha l'impressione che non ci sia niente da fare? 38 IL RIMPIANTO HA UNA CATTIVA REPUTAZIONE MA PUÒ ESSERE MOLTO UTILE SOPRATTUTTO QUANDO CI TROVIAMO A VIVERE SITUAZIONI SIMILI A QUELLE DI CUI CI SIAMO PENTITI Insieme allo psicologo Kai Jonas, dell'Università di Maastricht, ho rivolto alcune domande a un gruppo di uomini olandesi che avevano contratto l'HIV per via di rapporti sessuali non protetti. Il comportamento rappresentava dunque il fattore decisivo. Come previsto, tendevano più di altri a riflettere sulle circostanze in cui erano rimasti contagiati. E più cercavano di capire perché non avevano usato il profilattico, peggio si sentivano. L'infezione è un evento irreversibile, anche se oggi l'HIV non ha più le conseguenze drammatiche di qualche anno fa. Per gli interpellati, però, criticare le proprie azioni è ancora un elemento rilevante, dato che rapporti sessuali nonprotetti con una persona sieropositiva possono avere conseguenze gravi anche per il partner sessuale. L'esperimento ha dimostrato che pill i volontari si pentivano e ripensavano al loro contagio, pin tendevano, in futuro, a usare i profilattici. Da una parte, quindi, il rimpianto determina un malessere, ma contribuisce anche alla possibility di trarre le conseguenze delle propiie azioni e di far si che la situazione non peggiori ulteriormente. Il rimpianto e il pensiero controfattuale non influiscono soltanto sulle decisioni personali. Entrano in gioco, infatti, anche nei dibattiti politici. Agli occhi dell'opinione pubblica, spesso le critiche politiche vengono formulate proprio come affermazioni controfattuali: oSe avessero fat-to X, non saremmo arrivati a Y.. Patrizia Catellani e Mauro Bertolotti, entrambi all'Universifa Cattolica di Milano, hanno cercato di capire in che modo tutto cio possa influire sull'avversario politico. I due ricercatori hanno confrontato una serie di affermazioni controfattuali con altre che si limitavano a rilevare errori e omissioni del soggetto “attaccato». Il risultato? Gli attacchi che suggerivano scenari alternativi possibili erano, agli occhi di terzi, pit' efficaci. II .criticato» non solo veniva messo in cattiva luce, ma il ocriticante» stesso veniva giudicato in maniera pill positiva dagli osservatori. La formulazione controfattuale di un'accusa sembra dunque adatta a rendere pia attraente il proprio punto di vista. Il rimpianto ha una cattiva reputazione. Ma, invece di un ostinatoje ne regrette rien, spesso 6 pill intelligente riflettere sulle cause del fallimento e su cio che si vuole fare per andare avanti. Proprio sotto questo aspetto 6 utile il rimpianto. E importante capire se sia ancora possibile fare qualcosa per modificare la situazione, ed eventualmente prenderne atto. Il rimpianto e utile soprattutto quando si ripresenteranno casi simili. Oppure, come disse un giorno il drammaturgo Arthur Miller: cForse tutto cio che uno put) fare 6 sperare di arrivare alla fine con i giusti rimpianti.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: SILVIA BENCIVELLI
Date: 2020/07/01
Pages: 41 -

Web source:

Si può, ma non esco

Il recupero della libertà alla fine del lockdown ha provocato in molte persone stati d'ansia e malessere generale Forse potrei, ma non esco. Me ne resto a casa un altro po'. Mi sento coF me una marmotta che non ha finito il suo letargo e di lasciare la tana non se la sente ancora. È quello che tanti hanno pensato alla fine del lockdown, cioè del periodo di chiusura totale del paese. Ed è stato a lungo lo stato d'animo di Francesca. Cominciava la fase due, ma era una fase due definita sulla base di accordi politici ed economici, non era la fine della pandemia. E infatti sui social qualcuno aveva anche fatto la battuta: guardate che il virus è ancora in fase uno. Dunque perché far finta di niente e tornare a uscire come qualche mese fa? Francesca la argomentava così, con convinzione. Ma gli amici continuavano a chiamarla, a dire che non ci sarebbe stato niente di male a cenare tutti insieme in terrazzo, che le distanze di sicurezza si sarebbero potute mantenere semplicemente allontanando le sedie una dall'altra. In fondo all'aria aperta che male c'è? Ma lei ricominciava: «Mi sento come una marmotta, aspettate un altro po'». Al contrario, Pietro ha interpretato la fine della fase uno come la fine di un II cerchio della sicurezza Una serie di cerchi dipinti sul prato del Dolores Park di San Francisco consente di godere di una giornata all'aria aperta rispettando le regole di distanziamento sociale.lungo periodo di punizione non meritata, e appena ha potuto, il 4 maggio, ha preparato la sua torta più buona e sistemato il tavolino in terrazzo. Anche le distanze di sicurezza le manterremo allontanando le sedie! Ma poi il terrazzo è piccolo, e pazienza. Dal 5 maggio, a parte indossare la mascherina al supermercato e fare aperitivo per strada anziché al chiuso, Pietro è ripartito da dove era rimasto ai primi di marzo. Anzi: a dirla tutta, Pietro il 6 maggio ha organizzato una festicciola a casa con cinque amici, e hanno fatto le due di notte bevendo e scherzando. Ma questo lo sappiamo solo noi. MICA FACILE ESSERE ADULTI Il deconfinamento è avvenuto così: d'un tratto noi, come Francesca e Pietro, ci siamo trovati a decidere che cosa è opportuno fare e che cosa no. Finalmente trattati «da adulti» come avevamo ripetutamente chiesto durante la fase uno. Perché in fase uno le istituzioni ci avevano costretto a stare a casa vietandoci punto per punto le cene con gli amici, il lavoro fuori casa, la scuola, le attività culturali, le passeggiate. E avevamo parlato, indignati, di politiche «paternaliste». Finalmente con il deconfinamento le istituzioni ci chiedevano di darci le regole da soli, interpretando autonomamente il concetto per cui «dobbiamo limitare le possibilità di circolazione del virus». Bello essere trattati da adulti, ma mica facile. In filigrana c'è il bilancio tra il rischio individuale, che ciascuno può pensare di saper calcolare per sé. E il rischio collettivo, che ricade su tutti quanti e di cui nessuno di noi può calcolare a occhio la propria parte. Inizialmente dentro al rischio collettivo c'era soprattutto il rischio del collasso del sistema sanitario nazionale, che si porta dietro il rischio di morti «secondarie» di persone che non avrebbero avuto più accesso alle cure normali per l'intasamento dei servizi sanitari e per la contrazione delle risorse che possiamo dedicare loro. Ma c'è stato da subito anche il rischio di collassi economici a catena, maga42 Con il deconfinamento finalmente le istituzioni ci chiedevano di darci regole da soli: bello essere trattati da adulti, ma mica facile Mascherina si, mascherine no Per sentirsi al sicuro dal virus, per qualcuno la mascherina è irrinunciabile anche sul balcone di casa. ri sempre più gravi a ogni riacutizzarsi dell'epidemia, e il rischio di spalancare il solco tra ricchi e poveri e tra i loro figli, oggi e in un futuro che durerà anni. Francesca e Pietro questo bilancio devono averlo fatto in maniera diversa: per Francesca, qualsiasi sia il rischio individuale, la propria parte di rischio collettivo è troppo alta per affrontarla con superficialità. Per Pietro no: la fase uno è passata, morti in famiglia non ne abbiamo avuti, e poi siamo 70 milioni in Italia, ripete, che cosa volete che cambi se oggi prendo un caffè al bar? E adesso gli amici insistono con Francesca, dicono a lei che sta esagerando, mentre Pietro, sotto sotto, è di nuovo l'anima della festa. L'atteggiamento di Francesca ricorda quello che la Società italiana di psichiatria (SIP) ha indicato come uno dei possibili effetti della fase due, ovvero «uno 11 , 117,- g 74 kW W11 111 stato d'ansia e frustrazione da ritorno alla normalità». Tanto che si é parlato di «sindrome della capanna», una variante mild della sindrome post-incarcerazione, in cui, passato un lungo periodo di reclusione o di malattia, il recupero della libertà avviene con esitazione. «È una reazione del tutto normale e comune anche per le persone più equilibrate psichicamente, conseguente all'eccezionalità della situazione», precisa la SIP. Una situazione, in questo caso, in cui la libertà è una libertà parziale, da vivere con quello spirito «da adulti» che due come Francesca e Pietro stanno interpretando in maniera diversa. Ed è proprio qui il punto: c'è reazione e reazione. Così come abbiamo vissuto in maniera diversa il momento del lockdown, e lì era Pietro a soffrire di più, così adesso viviamo in maniera diversa questa rilungo periodo di punizione non meritata, e appena ha potuto, il 4 maggio, ha preparato la sua torta più buona e sistemato il tavolino in terrazzo. Anche le distanze di sicurezza le manterremo allontanando le sedie! Ma poi il terrazzo è piccolo, e pazienza. Dal 5 maggio, a parte indossare la

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: SILVIA BENCIVELLI
Date: 2020/07/01
Pages: 41 -

Web source:

mascherina al supermercato e fare aperitivo per strada anziché al chiuso, Pietro è ripartito da dove era rimasto ai primi di marzo. Anzi: a dirla tutta, Pietro il 6 maggio ha organizzato una festicciola a casa con cinque amici, e hanno fatto le due di notte bevendo e scherzando. Ma questo lo sappiamo solo noi. MICA FACILE ESSERE ADULTI Il deconfinamento è avvenuto così: d'un tratto noi, come Francesca e Pietro, ci siamo trovati a decidere che cosa è opportuno fare e che cosa no. Finalmente trattati «da adulti» come avevamo ripetutamente chiesto durante la fase uno. Perché in fase uno le istituzioni ci avevano costretto a stare a casa vietandoci punto per punto le cene con gli amici, il lavoro fuori casa, la scuola, le attività culturali, le passeggiate. E avevamo parlato, indignati, di politiche «paternaliste». Finalmente con il deconfinamento le istituzioni ci chiedevano di darci le regole da soli, interpretando autonomamente il concetto per cui «dobbiamo limitare le possibilità di circolazione del virus». Bello essere trattati da adulti, ma mica facile. In filigrana c'è il bilancio tra il rischio individuale, che ciascuno può pensare di saper calcolare per sé. E il rischio collettivo, che ricade su tutti quanti e di cui nessuno di noi può calcolare a occhio la propria parte. Inizialmente dentro al rischio collettivo c'era soprattutto il rischio del collasso del sistema sanitario nazionale, che si porta dietro il rischio di morti «secondarie» di persone che non avrebbero avuto più accesso alle cure normali per l'intasamento dei servizi sanitari e per la contrazione delle risorse che possiamo dedicare loro. Ma c'è stato da subito anche il rischio di collassi economici a catena, maga42 Con il deconfinamento finalmente le istituzioni ci chiedevano di darci regole da soli: bello essere trattati da adulti, ma mica facile Mascherina si, mascherine no Per sentirsi al sicuro dal virus, per qualcuno la mascherina è irrinunciabile anche sul balcone di casa. ri sempre più gravi a ogni riacutizzarsi dell'epidemia, e il rischio di spalancare il solco tra ricchi e poveri e tra i loro figli, oggi e in un futuro che durerà anni. Francesca e Pietro questo bilancio devono averlo fatto in maniera diversa: per Francesca, qualsiasi sia il rischio individuale, la propria parte di rischio collettivo è troppo alta per affrontarla con superficialità. Per Pietro no: la fase uno è passata, morti in famiglia non ne abbiamo avuti, e poi siamo 70 milioni in Italia, ripete, che cosa volete che cambi se oggi prendo un caffè al bar? E adesso gli amici insistono con Francesca, dicono a lei che sta esagerando, mentre Pietro, sotto sotto, è di nuovo l'anima della festa. L'atteggiamento di Francesca ricorda quello che la Società italiana di psichiatria (SIP) ha indicato come uno dei possibili effetti della fase due, ovvero «uno 11 , 117,- g 74 kW W11 111 stato d'ansia e frustrazione da ritorno alla normalità». Tanto che si é parlato di «sindrome della capanna», una variante mild della sindrome post-incarcerazione, in cui, passato un lungo periodo di reclusione o di malattia, il recupero della libertà avviene con esitazione. «È una reazione del tutto normale e comune anche per le persone più equilibrate psichicamente, conseguente all'eccezionalità della situazione», precisa la SIP. Una situazione, in questo caso, in cui la libertà è una libertà parziale, da vivere con quello spirito «da adulti» che due come Francesca e Pietro stanno interpretando in maniera diversa. Ed è proprio qui il punto: c'è reazione e reazione. Così come abbiamo vissuto in maniera diversa il momento del lockdown, e lì era Pietro a soffrire di più, così adesso viviamo in maniera diversa questa ri Se siamo sopraffatti dalla paura, invece di trovare una soluzione preferiamo evitare il problema, dimenticarlo o andargli incontro pensando che tanto non c'è soluzione CHI HA RAGIONE? Ma torniamo a Francesca: non ha una malattia, al massimo sta avendo un problema di adattamento al cambiamento. Si sente come una marmotta, dice. Quindi avverte un malessere? «Ni», prosegue Gentili. «Ci può essere un aspetto legato alla privazione, certo. Ma va tenuto ben separato dal fatto che Francesca, probabilmente, è una brava cittadina, forse un po' più scrupolosa del necessario, che sta subendo più di altri l'ambiguità del messaggio politico». Cioè: durante la fase uno abbiamo visto serrare le porte delle scuole, degli uffici, degli ambulatori, si vedevano persone con il gatto al guinzaglio pur di avere una scusa per uscire e i podisti solitari additati come untori. Ci è stato spiegato che dovevamo azzerare i contatti sociali e per settimane non abbiamo messo il naso fuori casa. Col deconfinamento, da un giorno all'altro è sembrato che le cose potessero tornare quasi come prima. Ma il virus è ancora in circolazione, e Francesca lo sa. «Ha ragione lei», insiste Gentili. «Perché farle pressione per una cosa che fino al giorno prima le hanno spiegato essere pericolosa, se non ha alcun desiderio né necessità di farla?». Diverso è se in qualche settimana o mese nulla cambia: Francesca è ancora rinchiusa in se stessa e non ha voglia di vedere altre persone, oppure se il motivo per cui non esce non è la prudenza ma per esempio perché si sente sporca o contaminata. «Come conosciamo poco del virus, così sappiamo poco di quali effetti psicologici produrrà. Per questo, anche se non temo un'epidemia psichiatrica, credo che si debba essere vigili. Non è un caso che vi sia un fiorire di questionari e survey per indagare il benessere della popolazione generale». 44 Un brindisi alla libertà In molti hanno salutato l'inizio della fase due e del graduale ritorno alla normalità con un brindisi in compagnia. Quanto a Pietro: è vero, fa soltanto cose consentite, niente di illegale, ma siamo ancora in una situazione di pandemia, quindi dovrebbe essere lui a comportarsi con maggiore

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: SILVIA BENCIVELLI
Date: 2020/07/01
Pages: 41 -

Web source:

cautela. Anche se nessuno gli ha ritagliato addosso una sindrome. PROBLEMA COLLETTIVO Viene da chiedersi se il problema è che non sappiamo gestire una responsabilità «da adulti», visto che il refrain di chi accusava il governo di essere «paternalista» in fase uno, in fase due è diventato quello per cui «la politica scarica su noi cittadini tutta la responsabilità». E forse è così: «Personalmente però credo che lo Stato debba gestire le cose che l'individuo da solo non può gestire. Cioè: io so leggere e scrivere, ma non posso mettermi a fare scuola ai miei figli. E non è una questione di rispetto del mio essere adulto. Tanto più nelle politiche sanitarie d'urgenza: non ci si può arrangiare con il buonsenso». In fase uno si trattava di indurre nei cittadini un cambiamento dei comportamenti. Per farlo esistono diversi strumenti, e uno è la paura. «Sulla paura si è calcato molto la mano. Anche se non solo su quella, per fortuna# penso al bonus per le biciclette che premia la scelta di alternative al trasporto pubblico». In pratica, ed è pedagogia comportamentista di base, si è trattato non solo di dire che cosa non fare e di punire i comportamenti sbagliati (con multe o minacce orribili per i disobbedienti), ma anche di incentivare i comportamenti virtuosi. Questo perché, prosegue Gentili, «se bastasse la paura non dovremmo più vedere in giro fumatori. E comunque troppa paura fa male: se siamo sopraffatti dalla paura, invece di trovare una soluzione preferiamo evitare il problema, dimenticarlo o addirittura andargli incontro a viso scoperto (anche fuori di metafora) pensando che tanto non c'è soluzione». Poi si è deciso di riaprire il paese, senza tener conto del fatto che quelli come MIND Pietro sono probabilmente più numerosi di quelli come Francesca, e che quindi saremmo andati incontro a una confusione in cui l'amico che ai primi di maggio apparecchiava in terrazzo è diventato il modello da seguire rispetto a quello ancora chiuso in casa. »La sensazione è che si sia cominciato da poco a considerare il benessere psicologico delle persone», chiosa Gentili. «Ma questo si traduce anche in problemi concreti di tutti che andrebbero risolti a partire dalla comunicazione del rischio. Che è difficile. Infatti alla fine ciascuno di noi si è trovato a gestire la propria percezione e a trasformarla in comportamenti con oggetti come le mascherine e i guanti o con misure tipo il metro di distanza interpersonale, senza capirli davvero a fondo». Come dire che Francesca, che si sente come una marmotta, dovremmo considerarla il nostro canarino: è la prima ad avvertire i rischi di un'ambiguità della comunicazione che potrebbe avere conseguenze molto gravi sulla futura gestione dell'epidemia. Il suo malessere così indistinto ci indica il vero problema, che non è solo personale: è il problema di una collettività sballottata tra messaggi contraddittori in un periodo di pericolo oggettivo. Da tenere presente, soprattutto visto che la fase due sarà lunga e non sappiamo come finirà.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: IRENE CAMPAGNA
Date: 2020/07/01
Pages: 46 -

Web source:

Circuid inceppati

Nuovi studi chiariscono i meccanismi alla base della balbuzie, che oggi con un approccio integrato, logopedico e cognitivo-comportamentale, può essere trattata in maniera efficace Un disturbo misterioso La balbuzie è un disturbo multifattoriale in parte ancora poco noto, in cui si mescolano cause genetiche e fattori ambientali. MIND itmo serrato, parole che si accavallano, rime mai scontate. ImpaRdi Eminem sarebbe difficile per chiun-rare a memoria un intero album que; per qualcuno che balbetta, quasi impossibile. Eppure Ed Sheeran a nove anni si cimenta nell'impresa, ed è così che, nei suoi ricordi, supera la balbuzie. Come il cantante, sono tanti i balbuzienti di successo: da Winston Churchill, statista e brillante oratore, ad attori come Samuel L. Jackson e Bruce Willis, ad alcuni scienziati. «Ho iniziato a studiare la balbuzie perché io stesso sono balbuziente», racconta Pier Paolo Busan, neuropsicologo e ricercatore all'IRCCS «San Camillo» di Venezia. È grazie anche ai suoi studi che oggi sappiamo sempre di più sulle basi neurobiologiche della balbuzie. Un disturbo multifattoriale, in parte ancora oscuro, in cui radici genetiche si intrecciano con fattori ambientali. L'ANSIA E LO STIGMA «Siamo in pochi in Italia a studiare la balbuzie, perché purtroppo spesso è considerata un disturbo di serie B, un problema legato all'agitazione», racconta il ricercatore. «Peccato che l'agitazione ne sia la conseguenza, non la causa». Il balbuziente non balbetta perché è agitato, si agita perché balbetta. L'ansia è legata anche allo stigma sociale di cui sono vittime i balbuzienti. Chi balbetta è spesso raffigurato in maniera caricaturale in film e serie televisive, nella vita reale rischia di essere ridicolizzato, rifiutato e a volte anche bullizzato. «Questi atteggiamenti provocano forte disagio e a volte sensi di colpa», interviene Simona Bernardini, psicologa e psicoterapeuta cognitivocomportamentale e socia fondatrice dell'ABC Balbuzie. «Il balbuziente non balbetta sempre. Quindi può arrivare a pensare che, quando lo fa, è perché non ha il controllo sulle sue parole, perché non è "abbastanza bravo"». L'idea di non saper gestire la propria balbuzie provoca vergogna e imbarazzo. «Il balbuziente viene giudicato per un problema di cui non ha colpa. È il suo sistema neurologico che non funziona a dovere», prosegue Busan. Un dato di fatto che si è scontrato secolo con radicate convinzioni popolari. In alcune regioni del mondo ancora oggi la balbuzie è considerata la conseguenza di un comportamento errato dei genitori, come solleticare troppo i neonati, mostrarli davanti allo specchio o tagliare i capelli prima della prima parola. Credenze che in passato si riflettevano in trattamenti altrettanto bizzarri se non pericolosi: dal bere acqua dal guscio di una chiocciola per tutta la vita a operazioni come tagliare la lingua con le forbici, rimuovere parte dell'ugola o incidere alcuni muscoli del volto. Fino al Novecento, essere balbuzienti poteva essere una condanna senza redenzione. Oggi, grazie a logopedia e psicoterapia cognitivo-comportamentale, nonché a una diagnosi precoce e tempestiva, è possibile, se non proprio guarire, migliorare nettamente la capacità di articolare discorsi in maniera fluida. Essere balbuzienti non significa dover rinunciare a lavori che richiedono di interfacciarsi con il pubblico, né rassegnarsi ad avere relazioni interpersonali insoddisfacenti. PAROLE INTERROTTE «Do-do-domani», «c-cane», «mmmmmangiare», «cioè», «uhm», «tipo». Ripetizione involontaria di sillabe o singole lettere, prolungamento di alcuni suoni, uso frequente di interiezioni, ma anche pause, blocchi, silenzi prolungati ed esitazione nell'iniziare a parlare, caratterizzano l'eloquio del balbuziente. «Il balbuziente non ha solo difficoltà a parlare - commenta Busan - ma un problema motorio più generalizzato: difficoltà nella coordinazione tra le due mani, tempi di reazione più lenti. Il linguaggio richiede una complessa attivazione muscolare, è per questo che proprio nel parlare questa difficoltà è più evidente». Perché una persona sviluppi questo disturbo, non è chiaro Innanzitutto, è però importante distinguere diversi tipi di balbuzie. Alcune forme, tipiche dell'adulto e piuttosto rare, sono la conseguenza di un danno neurologico determinato da patologie quali l'ictus oppure il morbo di Parkinson. La balbuzie evolutiva, invece, compare intorno ai tre anni, nella fase di sviluppo del linguaggio, verosimilmente per una scorretta mielinizzazione. Il rivestimento di alcune vie nervose risulterebbe cioè alterato, modificando il transito dei neurali. «Alla base esiste sicuramente una predisposizione genetica - spiega Tiziana Rossetto, presidente della Federazione logopedisti italiani - ma perché il disturbo si manifesti devono essere presenti altri fattori sia individuali (cogni48 Amori senza barriere «Devo rivelare di essere balbuziente nel mio profilo Tinder?», chiede un utente su Reddit. Sui forum on line dedicati ai balbuzienti, come approcciarsi ai primi incontri è un tema ricorrente. C'è chi consiglia di rivelare subito il proprio problema per scremare i candidati («chi vorrebbe stare con qualcuno che ti giudica per la balbuzie?»), chi suggerisce il contrario, per non allontanare potenziali partner. C'è anche chi racconta le proprie esperienze: 15 anni di matrimonio con una moglie che non ne ha mai fatto un problema o una relazione finita male perché il fidanzato era imbarazzato dalla balbuzie. Se per tutti trovare un compagno non è facile, essere balbuzienti può essere un freno nei primi approcci, quando

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: IRENE CAMPAGNA
Date: 2020/07/01
Pages: 46 -

Web source:

comunicare è molto importante. Un problema che è amplificato nell'adolescenza: secondo diverse ricerche, i ragazzi trovano i coetanei balbuzienti meno attraenti. Quando una persona balbuziente riesce a intraprendere una relazione sentimentale, la difficoltà nel parlare e l'ansia che provoca possono rendere difficile instaurare una comunicazione aperta ed efficace. Accettazione, supporto, franchezza, pazienza ma anche ansia, imbarazzo e frustrazione sono i principali temi emersi in una serie di interviste a coppie di balbuzienti e normofluenti sul loro rapporto. In uno studio pubblicato nel 2013 su «Journal of Fluency Disorders», ricercatori della Curtin University di Perth hanno rilevato come un compagno normofluente possa essere di supporto, anche nella terapia, per una persona balbulziente, ma il rischio è che gli vengano delegate troppe mansioni, sia piccole, come telefonare o fare ordini al ristorante, che grandi, come educare i figli. In questi casi il partner può sentirsi sovraccaricato mentre il balbuziente è deresponsabilizzato e tende a partecipare sempre meno, chiuderidosi in se stesso. Trovato un equilibro, però, non c'è motivo per cui chi balbetta non possa avere relazioni soddisfacenti. tivi, linguistici, emotivi) che ambientali (socioculturali, familiari, scolastici)». A essere colpiti sono soprattutto i maschi, e nel complesso soffre di balbuzie circa per cento della popolazione, con una frequenza maggiore nelle fasce più giovani. Con l'aumentare dell'età la prevalenza si riduce perché il 50-80 per cento dei bambini balbuzienti guarisce spontaneamente senza trattamenti specifici. Chi non recupera diverrà un adolescente e poi un adulto balbuziente. Con importanti conseguenze sulla qualità della sua vita. «Nelle persone balbuzienti la capacità comunicativa si riduce di circa un terQuando un bambino inizia a balbettare può esserne molto imbarazzato. Un disagio spesso amplificato dall'atteggiamento dei coetanei. Se non si interviene subito, il rischio è che il bambino venga ridicolizzato ed emarginato, non vada alle feste o sia poco attivo in classe, con conseguenze per la sua educazione. «Il quoziente intellettivo delle persone balbuzienti è assolutamente paragonabile a quello delle persone normofluenti», spiega la psicoterapeuta. «Ciononostante, tra i balbuzienti l'abbandono scolastico è più frequente e strettamente correlato alla gravità della balbuzie». Spesso chi balbetta tende poi a preferire lavori pratici, in cui la necessità di parlare è limitata, e se frequenta l'università predilige facoltà in cui gli esami sono principalmente scritti. Anche lo status socioeconomico può risentirne. Chi ha una balbuzie marcata ha maggiori difficoltà a raggiungere cariche dirigenziali. E questo è ancora più vero nel caso delle donne. Per aiutare i balbuzienti a realizzarsi, l'intervento deve essere necessariamente precoce. Non solo per rendere più fluente l'eloquio ma anche per ridurre il disagio associato al disturbo, che può impedire di vivere con serenità i rapporti di amicizia, professionali e sentimentali. «I120-60 per cento dei balbuzienti soffre di disturbi d'ansia, specialmente ansia sociale, e sono frequenti anche tendenze di tipo perfezionistico», spiega Bernardini. Se questo si osserva nell'adulto, è logico pensare che possano esistere segnali della predisposizione a questi disturbi nell'infanzia. Alcuni studi hanno cercato di associare la balbuzie evolutiva a dei tratti del temperamento. «Non c'è completo accordo tra i ricercatori, ma è stato evidenzo», spiega Bernardini. «Ci sono studi che dimostrano, per esempio, che se in cinque minuti una persona normofluente pronuncia 876 parole, una persona che balbetta ne formula solo 574». La comunicazione è il biglietto da visita di una persona, balbettare può non permettere di presentarsi al meglio. CONTRACCOLPI «Molte persone che partecipano ai nostri esperimenti mi raccontano di essere state ridicolizzate a scuola e, da adulti, di faticare a gestire le situazioni ad alta carica emotiva, come i colloqui di lavoro», racconta Busan.ziato un fil rouge che collega la balbuzie a nervosismo, ansia, preoccupazioni, una minore adattabilità, una presunta riduzione della capacità di attenzione e una maggiore impulsività», continua la psicoterapeuta. Queste difficoltà, osservabili dai quattro anni, sembrerebbero precedere lo sviluppo di disturbi d'ansia in età adolescenziale e adulta. SE IL MOTORE NON VA L'ansia data dal balbettare può in un circolo vizioso peggiorare ulteriormente la balbuzie. «Probabilmente questo cortocircuito nasce dall'effetto del sistema limbico sul sistema cortico-striato -talamo-corticale, alterato nella balbuzie», spiega Busan. «Cercando di far accelerare un sistema che già non funziona bene, lo frena ancora di più». Il circuito cortico-striato-talamo-corticale, che va dai gangli della base alla corteccia motoria, è iperattivo nelle persone balbuzienti. «I gangli della base sono responsabili dell'apprendimento motorio e procedurale», prosegue il ricercatore. «Il loro malfunzionamento determina quello che è di fatto un disturbo motorio del linguaggio». Inoltre, le parti dell'area motoria primaria dell'emisfero sinistro responsabili dell'attivazione della muscolatura della bocca o delle mani sono meno eccitabili anche a riposo, nei balbuzienti. In un esperimento descritto su «Clinical Neurophysiology», il gruppo di Busan ha sollecitato con la stimolazione magnetica transcranica (TMS) l'area motoria supplementare (SMA) di soggetti adulti, normofluenti e balbuzienti, a riposo. Contemporaneamente l'attività cerebrale veniva registrata con l'elettroencefalogramma «Nel cervello dei normofluenti, quando la SMA viene stimolata si attivano in 200-250 millisecondi i circuiti motori di sinistra, l'area premotoria, l'area parietale, la corteccia motoria supplementare», riporta il neuropsicologo. «Il cervello del

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: IRENE CAMPAGNA
Date: 2020/07/01
Pages: 46 -

Web source:

balbuziente, invece, dà in escandescenze». Non riuscendo ad attivare le aree di sinistra, cerca di attivare quelle dell'emisfero destro, per poi riattivare le aree sti50 II cortico-striato-talamo-corticale, quello che va dai gangli della base alla corteccia motoria, risulta iperattivo nelle persone balbuzienti L'AUTRICE I Irene I Campagna É medico e svolge attività di ricerca sulla sicurezza dei vaccini. Si distrae da analisi di dati e articoli scientifici scrivendo di psicologia e neuroscienze. Ama le passeggiate in montagna, i musical e le saghe fantasg. molate senza successo precedentemente. Questo comporta un'attivazione più lenta, dell'ordine dei 500 millisecondi, circa il doppio del tempo impiegato dai normofluenti. Inoltre, le aree destre non sono ugualmente specializzate nel compito del linguaggio. «È come un motore che vuole andare ma si inceppa», chiosa Busan. «Si tratta, a nostro avviso, del riscontro neurale che giustifica i sintomi della balbuzie». Il problema di base sembra quindi un ritardo nella programmazione motoria a cui si aggiunge un'attivazione muscolare scoordinata. Per eseguire un movimento in maniera armonica, alcuni muscoli devono essere attivati, mentre altri vengono inibiti. Nelle persone balbuzienti l'inibizione è aumentata, verosimilmente per controllare meglio i movimenti. Lo ha osservato il gruppo di Busan in ulteriore esperimento. «Nei balbuzienti l'area motoria di destra era più attiva, e inviava segnali inibitori ai muscoli non coinvolti nel movimento per facilitare quelli che ne erano responsabili». Questo meccanismo di controllo era particolarmente attivo quando i movimenti dei balbuzienti erano sollecitati da segnali esterni. Un risultato che potrebbe in parte spiegare perché in alcune situazioni la balbuzie scompaia. «Quando un balbuziente canta o parla a ritmo con altre persone, non balbetta», riflette Busan. In questi casi il ritmo esterno porta a intervenire altre aree, come il cervelletto o l'area premotoria laterale, che aiutano a controllare l'articolazione della parola. «L'altra sera in un programma televisivo c'era l'attore Filippo Timi», racconta il ricercatore. «Non tutti lo sanno ma soffre di balbuzie. Ho notato che cerca di forzare molto il parlato, calcando le parole in maniera teatrale. Anche per me questa strategia è molto efficace» Capire i meccanismi neurologici della balbuzie è importante anche per sviluppare nuove terapie. «Proprio in questo periodo siamo partiti con un progetto di tre anni finanziato dal Ministero della Salute, per il quale stiamo ancora reclutando volontari», confida Busan. «Si tratta di un trattamento sperimentale che combina l'uso della stimolazione transcranica con cicli di terapia diretta». Nonostante le possibilità offerte dalla ricerca, la diagnosi precoce resta fondamentale per garantire l'efficacia dei trattamenti. «Ogni caso va valutato con attenzione per identificare i fattori di rischio alla cronicizzazione del disturbo e, quindi, impostare un piano di trattamento logopedico individualizzato e mirato», chiarisce Rossetto. Familiarità per la balbuzie, ritardi nell'intraprendere la terapia, numero di suoni ripetuti e di pause prolungate, movimenti di testa e collo associati alla balbuzie, ma anche ansia e compresenza di altri disturbi sono tra i fattori che possono aumentare il rischio che il problema non si risolva naturalmente. «Dopo 18 mesi dall'insorgenza della balbuzie la probabilità di remissione spontanea diminuisce drasticamente», interviene Bernardini. Alla valutazione segue quindi la stesura di un programma riabilitativo che deve coinvolgere anche la famiglia, fornendo un supporto adeguato ai genitori e a tutti coloro che sono in contatto con il bambino. «Questi devono essere messi in grado di attuare comportamenti che facilitino e non ostacolino la fluenza», spiega Rossetto. Per esempio dovrebbero evitare di parlare troppo velocemente o con un lessico e una sintassi troppo complessi. «Si stabiliscono quindi obiettivi a breve medio e a lungo termine per raggiungere un eloquio fluido», prose gue la logopedista. «Importante è anche il lavoro con la scuola per contrastare discriminazione e bullismo». Per ridurre il rischio di sviluppare ansia prestazionale e altri disturbi d'ansia, è importante un approccio integrato, in cui al trattamento logopedico si associano interventi psicoterapici per aiutare a gestire la componente emotiva, senza i quali il balbuziente potrebbe non riuscire ad usare le tecniche apprese nelle situazioni emotivamente più provanti. «La terapia cognitivo comportamentale può aiutare i bambini, ma anche gli adolescenti e gli adulti, riducendo l'ansia associata al parlare, per esempio, esponendoli a situazioni temute», chiarisce Bernardini. «Se, per esempio, un bambino ritiene intollerabile balbettare davanti alla classe, compito dello psicoterapeuta sarà identificare gli elementi di irrazionalità presenti in questo pensiero e guidare il paziente verso una ristrutturazione cognitiva più funzionale». Lavorando sul pensiero, sull'idea personale di come si parla, si influenza il comportamento, la verbalizzazione. A seconda della fascia di età sono disponibili diversi tipi di trattamenti. «Uno dei più efficaci in età evolutiva è il Lidcombe Program, sviluppato in Australia», rivela Bernardini. «È un programma squisitamente comportamentale, che punta a rafforzare la fluenza». Il programma Monterey, invece, integra la logoterapia con un approccio psicologico, per migliorare l'eloquio e al contempo insegnare a gestire l'ansia situazionale e quindi la produzione verbale. Un'altra terapia di nuova generazione, sempre australiana, è il CBT Psych, un programma on line rivolto agli adulti per trattare l'ansia sociale associata alla balbuzie. Se per una buona riuscita l'inizio precoce, insieme al supporto della famiglia e della scuola e alla motivazione personale, sono importanti, ciò non significa

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: IRENE CAMPAGNA
Date: 2020/07/01
Pages: 46 -

Web source:

che un adulto non possa migliorare. «La balbuzie si può curare in qualsiasi età, mai perdere le speranze», esorta Rossetto. Innanzitutto, bisogna rivolgersi a un professionista ed essere disposti ad affrontare un lavoro impegnativo, che richiede collaborazione e motivazione. «Il E se bastasse una pillola? Antipsicotici, ansiolitici, antidepressivi sono solo alcune delle categorie di farmaci testati per contrastare la balbuzie. La maggior parte degli studi, però, non è riuscita a produrre risultati convincenti. Le terapie farmacologiche, cioè, non si sono rivelate efficaci nel ridurre la balbuzie e, considerati anche i loro potenziali effetti collaterali, non sono raccomandate. La ricerca però non si è fermata. Nel 2019 un gruppo dell'Università della California a Riverside ha sperimentato, apparentemente con successo, l'ecopipam, un farmaco che blocca alcuni recettori della dopamina, un neurotrasmettitore che risulta aumentato nei balbuzienti. Mentre i tentativi precedenti di trattare la balbuzie con farmaci antidopaminergici sono falliti per gli importanti effetti collaterali, come disordini del movimento e alterazioni del metabolismo, l'ecopipam non ha provocato questi disturbi, dimostrandosi sicuro. Ed efficace. I partecipanti, tutti adulti, dopo otto settimane di terapia riuscivano a parlare in maniera più fluida, a leggere più velocemente e, se balbettavano, lo facevano per meno tempo. L'ecopipam verrà testato su un gruppo più numeroso per confermare questi risultati. E potrebbe così diventare il primo farmaco specifico contro la balbuzie. logopedista sprona e affianca la persona in un percorso che porta a miglioramenti più che soddisfacenti per la qualità della vita». Anche da adulti. «Siamo preparati a gestire queste relazioni terapeutiche delicate», precisa la logopedista. «Perché è chiaro che più tempo passa più difficile è avere la fiducia di poter migliorare. Spesso queste persone hanno avuto esperienze frustranti e quindi abbandonano ogni tentativo». I MIRACOLI NON ESISTONO Una persona delusa e insoddisfatta rischia di essere attratta da programmi, non basati su prove scientifiche, che promettono di risolvere la balbuzie rapidamente e con poco sforzo. «Purtroppo le persone sono poco informate su questo disturbo», si rammarica Bernardini, «così programmi con titoli mirabolanti che promettono di "sconfiggere la balbuzie" senza basi scientifiche attraggono molti pazienti». La balbuzie, però, è un disturbo genetico, e parlare di guarigione in un adulto è disonesto. «Un percorso terapeutico realistico non può fare queste promesse», continua la psicoterapeuta. «Può invece aiutare a migliorare la fluenza, a lavorare sui disturbi associati, a vivere in maniera positiva le situazioni in cui si deve parlare, magari anche di fronte a MIND Pazienza, impegno e aiuto professionale sono gli ingredienti per riuscire a superare o convivere con la balbuzie LETTURE Busan P. e altri, Stuttering as a Matter of Delay in Neural Activation: A Combined TMS/EEG Study, in «Clinical Neuropshysiology», VoI.130, pp. 61-76, 2019. Beilby J. e altri, The Impact of Stuttering on Adults Who Stutter and Their Partners, in «Journal of Fluency Disorders», Vol. 38, n.1, pp.14-29. 2013. un pubblico». Non confidare in santo - ni, quindi, ma rivolgersi a professionisti specializzati nei disturbi del flusso verbale, con attestati accademici e magari anche qualche pubblicazione in riviste scientifiche di rilievo. E magari anche controllare su siti ufficiali, come stutter.ca, il sito della Canadian Stuttering Association, o stutteringhelp.org, piattaforma della Stuttering Foundation of America, onlus che si occupa di ricerca e formazione, se il trattamento proposto è basato su prove scientifiche. «La Federazione logopedisti italiani basa le proprie azioni e orientamenti su quanto la ricerca scientifica evidenzia», sottolinea Rossetto. «Abbiamo da poco tradotto le Linee guida sulla balbuzie olandesi, che rappresentano le buone pratiche in questo ambito clinico. Quando ci si affida a qualcuno ci devono essere garanzie sulla qualità della cura». Pazienza, impegno, aiuto professionale sono gli ingredienti per riuscire a superare la balbuzie o a conviverci. Senza dimenticare l'aiuto del ritmo, una stampella a cui appoggiare le parole. «Bisogna imbrogliare il cervello», scherza Busan. «Si tratta di cercare di parlare in maniera diversa da come verrebbe spontaneo. Capire come farlo non è facile, io ci ho impiegato trent'anni, ma adesso riesco a parlare in pubblico, a tenere lezioni e conferenze»

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: MAURO FORNARO
Date: 2020/07/01
Pages: 54 -

Web source:

Caccia al colpevole

Perché tante persone sentono il bisogno di attribuire a ogni costo a qualcuno, o magari anche a se stessi, la colpa di una disgrazia? E la ricerca del significato di un evento è sempre insensata? A fronte di una sciagura come la pandemia di Covid-19 sorge la Adotta. Ma la domanda ha almeno due di-domanda del perché si sia pro - mensioni a seconda del significato che si attribuisce alla parola «perché». Nel significato causale il perché richiama le cause che hanno effettivamente determinato l'apparire di un dato fenomeno: nel caso della pandemia sono cause biologiche (l'evoluzione naturale di un virus) e sociologiche (l'insipienza umana nel farvi fronte). Nel significato finalistico, il perché si riferisce al senso che ha per noi l'evento, ovvero al senso che gli attribuiamo: «Perché ci è accaduta quella disgrazia?» e di conseguenza «se e che cosa possiamo trarne per il nostro vivere?». Nel significato finalistico il perché assume un'evidente valenza psicologica e soggettiva. Ma già pensando al perché causale della pandemia, sorgono questioni psicologiche di rilievo, allorché si ritiene di poter mostrare le «vere» cauRimini, aprile 2020 Spiagge e parchi setacciati a terra e con due droni per segnalare, in tempo reale, la presenza di persone, sull'arenile o tra il verde.se. Fioriscono tra l'altro le false credenze e le «bufale», ma proprio perché esse significano uno scarto tra i dati oggettivi e l'umano pensiero, inducono a riflettere sulle caratteristiche dei processi mentali di attribuzione della causa. TENDENZA IRRAZIONALE Di guerre e genocidi sappiamo a chi attribuire la «colpa»: all'insipienza, alla prepotenza, alla crudeltà umane. Nella pandemia attuale invece propriamente manca il colpevole. Il mercato degli animali di Wuhan è stato verosimilmente solo il primo anello della diffusione di un virus che, come tanti altri microrganismi, è il prodotto di una storia evolutiva naturale, con le sue ferree leggi darwiniane: sopravvivenza e diffusione di chi è più adatto. E il Covid-19 ha mostrato uno straordinario successo adattivo, avendo trovato un habitat favorevole nella popolazione umana. Tuttavia, anche di fronte a un evento di per sé indipendente dalla volontà umana è tendenza della nostra psiche cercarne la causa in qualche volontà responsabile. Sicché la causa, come l' aitìa dei Greci, è assimilata alla colpa. Lo si è visto in tante catastrofi come i terremoti o le alluvioni: non sopportando quanto vi è di incontrollabile o imprevedibile nell'evento, si finiva con l'attribuire agli umani più responsabilità di quelle - non poche, certo - che avevano in termini di mancate prevenzioni, tempestività degli interventi e così via. Si può capire questa caccia al colpevole come effetto di un'irrazionale tendenza psicologica: se è difficile accettare la causa naturale come quella determinante, specie quando a fronte di essa si è impotenti, sorge il bias cognitivo per cui va cercato comunque qualcuno su cui scaricare la responsabilità e su cui possibilmente rivalersi. Succedeva con la caccia all'untore nella peste di manzoniana memoria; ma la medesima tendenza si rileva pure ai giorni nostri nell'insistenza a imputare ai laboratori di Wuhan la creazione del virus, già avanzata dal presidente degli Stati Uniti Donald Trump, nonostante l'unanime smentita dei mi56 Riconoscere le proprie responsabilità è piuttosto spiacevole, mentre è più agevole «scaricare» la colpa su qualcun altro, secondo una tipica manovra difensiva ben illustrata in psicoanalisi L'AUTORE Mauro Fornaro Già ordinario di psicologia dinamica all'Università di Chieti-Pescara, psicologo e psicoterapeuta di orientamento psicoanalitico, ha al suo attivo un centinaio di pubblicazioni, principalmente su temi di storia ed epistemologia della psicologia e della psicoanalisi. crobiologi, con l'eccezione del Nobel Luc Montagnier, ampiamente screditato dai colleghi. Ben inteso, il sospetto come ipotesi di lavoro è legittimo, ma finisce con il prevalere sull'accertamento dei fatti quando è guidato da un movente non disinteressato. Questa tendenza a colpevolizzare è assimilabile al meccanismo proiettivo, presente negli individui e nei gruppi, per cui la causa dei mali che ci affliggono viene comunque imputata a qualche nemico, anziché cercare pure in noi o nel nostro gruppo le eventuali responsabilità o corresponsabilità: nella fattispecie della pandemia, per esempio, le improvvide dilazioni nell'avvio delle misure di locicdown In effetti, riconoscere le proprie responsabilità è piuttosto spiacevole. Più agevole invece è «scaricare» la colpa su qualcun altro, secondo una tipica manovra difensiva ben illustrata in psicoanalisi. Si tratta di dinamiche ricorrenti nella storia dell'umanità, che lo sviluppo culturale sembra non aver scalfito: in radice non sono dissimili da quelle risconMINO trabili nelle culture primitive, che attribuiscono la sciagura agli spiriti maligni, alle influenze malefiche, come mostrò brillantemente Franco Fornari nel suo volume Psicoanalisi della guerra (1970). In tutti questi casi, se c'è un male deve esserci un colpevole, nei panni di qualche soggetto capace di volerlo. A ben vedere, la stessa dinamica psichica di attribuzione della disgrazia al volere di qualcuno è rintracciabile pure nelle teorie religiose in cui si ritiene Dio (o un dio) responsabile delle sciagure come punizioni per i peccati o come modo di mettere alla prova la fede in lui. Non tutti i credenti la pensano così, come attestano le omelie di papa Francesco, che mai vi ha fatto l'equazione diUn po' di storia del senso di colpa L'intrigante nozione, variamente

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: MAURO FORNARO
Date: 2020/07/01
Pages: 54 -

Web source:

interpretata, ha dato luogo a diverse spiegazioni sulle origini di questo sentimento. In area psicologica la corrente che vi si è maggiormente soffermata è la psicoanalisi, per la sua capacita di andare a fondo nei meccanismi oscuri e irrazionali della psiche. Pure la psicologia e la psichiatria di orientamento fenomenologico (con Eugène Minkowski e Ludwig Binswanger tra gli altri) si sono fruttuosamente cimentate sull'argomento, mirando a cogliere il vissuto soggettivo nel suo immediato presentarsi. Soffermandoci sulla psicoanalisi, nella versione originaria essa mantiene, anzi amplia, il nesso tra trasgressione, ovvero colpa, e senso di colpa. Freud introduce trai due termini la variabile dei desideri inconsci: seppur censurati, svolgono un ruolo attivo nella psiche, né sono distinti dai comportamenti reali. Questi desideri ruotano principalmente attorno alle pulsioni aggressive, tanto più colpevolizzanti quanto più dirette verso i familiari, per altri versi amati. È così che gli inconfessabili desideri di morte verso genitori e fratelli si traducono in sensi di colpa di cui il soggetto ignora la fonte. Di queste dinamiche si trovano tracce, oltre che nei sogni, nella clinica della nevrosi ossessiva e della melanconia. Riscontri di questa teoria, per certi versi discutibile, Freud li trova nella letteratura, dall'Edipo re di Sofocle (Edipo inconsapevolmente, ovvero inconsciamente, uccide il padre e sposa la madre), ai Fratelli Karamazov di Dostoevskij, in cui Dmitrij pur innocente dell'assassinio del padre accetta il carcere, perché lui come gli altri fratelli ne ha desiderato la morte. Questa connessione del senso di colpa con il desiderio proibito porta a conseguenze paradossali, come quelle esposte da August Aichhorn (Gioventù traviata, 1925), allorché nota la curiosa serenità di certi adolescenti dopo aver commesso un reato: il reato fungeva da soluzione espiatoria rispetto al tormento interiore di un pregresso senso di colpa incomprensibile. Mentre Freud introduce alla base del senso di colpa pure i proibiti desideri incestuosi, l'allieva Melanie Klein evidenzia pressoché esclusivamente il nesso tra la pulsione aggressiva, da lei assimilata tout court al male, e il senso di colpa. Questo nesso si rileva già entro la successione di fasi nel corso della prima infanzia: esse vanno dall'angoscia persecutoria, in cui il male è proiettivamente attribuito alla madre frustrante, all'angoscia depressiva, in cui il soggetto si sente colpevole dell'aggressività verso la stessa. Pertanto la Klein scioglie in senso decisamente innatistico il nesso in questione, quasi ci fosse nella psiche un'innata legge del taglione. Nelle ultime ricerche il pendolo è passato dal lato dell'ambientalismo e dell'educazione. Le correnti «relazionali» in psicoanalisi, opponendosi al pulsionalismo endogeno freudo-kleiniano, insistono sul carattere bilaterale della relazione affettiva tra bambino e caregiver. È così che nelle relazioni con le figure parentali si genera il senso di colpa, come inadeguatezza rispetto alle loro aspettative o, peggio, ai loro sacrifici. In questo contesto Heinz Kohut, fondatore della psicologia del Sé, distingue l'«uomo colpevole», quello del dramma edipico, dall'«uomo tragico», quello dei nostri giorni, inadeguato e perciò scisso rispetto all'immagine narcisistica di sé, indottagli nel rapporto coi caregiver. Dunque il senso di colpa nascerebbe meno da desideri proibiti che non dall'insufficienza rispetto alle aspettative di successo (tanto più evidenti quanto più due genitori e quattro nonni proiettano sul figlio/a spesso unico/a speranze e aspirazioni grandiose). Se da una parte si segnala dunque una curvatura del senso di colpa verso il sentimento di vergogna, che si determina più in relazione agli altri che non a se stessi,dall'altra parte si palesa il carattere storico del senso di colpa, influenzato dalla società narcisistica dei nostri giorni, secondo la fortunata nozione di Christopher Lasch (La cultura del narcisismo, 1979). pandemia e punizione divina. Non è qui luogo occuparsi di teodicea, quel capitolo di teologia e filosofia che intende rispondere proprio alla domanda «perché Dio, se è buono, permette il male?»; è però luogo in cui cercare le basi psicologiche o quantomeno i correlati mentali pure nelle affermazioni dottrinarie. Sono rintracciabili in una proiezione antropomorfica sul mondo esterno, la quale sostiene il seguente ragionamento er58 II sospetto come ipotesi di lavoro è legittimo, ma spesso finisce col prevalere sull'accertamento dei fatti roneo: se le umane volizioni sono capaci di provocare eventi buoni o cattivi, allora ogni evento naturale buono o cattivo che accade nel mondo è il risultato di qualche volontà. Questo paralogismo è riscontrabile nel credente, ma anche in chi trova motivo di ateismo nell'assunto che se Dio esistesse, non potrebbe permettere la crudele sofferenza dell'innocente. Questo è, per esempio, il ragionamento del miscredente dottor Rieux, protagonista del romanzo La peste di Albert Camus (1947), un testo molto visitato in questa contingenza. DALLA COLPA AL SENSO DI COLPA Si dà il caso che colpevole possa sentirsi colui stesso che subisce la disgrazia. Quante volte lo psiconcologo, occupandosi del malato terminale, si è sentito diMIND re: «Ma che ho fatto di male per meritarmi questa disgrazia?». Quasi ci fosse un nesso causale tra una presunta malefatta e la malattia. E ancora di questi tempi è capitato di sentir dire: «Perché tra tanti amici, parenti e conoscenti proprio a me è arrivata addosso questa polmonite nonostante le mie precauzioni?». A parte l'invidia implicita in quest'altra domanda, essa testimonia quanto sia difficile rassegnarsi alla fatalità, al caso. Né la risposta si trova percorrendo la via, del resto per ora ignota, delle specifiche caratteristiche, genetiche o di altro

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: MAURO FORNARO
Date: 2020/07/01
Pages: 54 -

Web source:

tipo, sufficienti a spiegare quel singolo sviluppo della patologia. Si tratta infatti di un perché ispirato dalla ricerca di un senso, la quale non sarebbe soddisfatta anche se si rintracciassero tutti i passaggi del meccanismo causativo. Gli umani ragionamenti sono condizionati e spesso distorti dalle emozioni e La supposizione di un nesso tra colpa e senso di colpa da una parte e disgrazia dall'altra parte è una tendenza psicologica radicata e transculturale dalle strutture di personalità: sono queste che prima delle risposte orientano il tipo di questioni che ci si pone. In effetti, «ragionare» in termini di colpa e sensi di colpa è fenomeno che si riscontra diversamente da un soggetto all'altro, come attesta la clinica psicoterapica. Il senso di colpa, più conclamato nel genere femminile - almeno stando alla maggiore disponibilità femminile a parlare delle proprie emozioni - si manifesta significativamente nelle personalità ossessive e in soggetti depressi, che nelle forme più gravi arrivano ad accusarsi di crimini che è impossibile abbiano commesso (fanno eccezione le personalità psicopatiche o sociopatiche, insensibili alla sofferenza altrui e prive di scrupoli pure nel commettere atrocità). Se il senso di colpa è per lo più avvertito come senso di generica ansia, indeterminata nell'oggetto che la provoca, esso diventa clinicamente sospetto quanto più manca l'antecedente di un'effettiva colpa. Per altro, nel caso di un'effettiva colpa dovremmo più propriamente parlare di rimorso, per quanto il confine tra i due sentimenti sia sfumato. Ebbene, al fine di smentire il falso nesso tra colpa, presunta o reale, e disgrazia patita, non basta indurre il soggetto a un confronto sistematico con la realtà - come vogliono le terapie di matrice cognitivista. Infatti, allorché il radicato senso di colpa rode dall'interno, diventa unaforma mentis con cui interpretare gli eventi spiacevoli. Pertanto, pur falsificata la connessione di una colpa con una data disgrazia con l'aiuto del terapeuta, il senso di colpa tende ad agganciarsi sempre ad altri eventi. A meno che il terapeuta non intervenga sulle radici effettive, cioè emozionali, di quel sentimento, come accade nelle terapie a indirizzo psicodinamico. 60 Il nemico ha gli occhi a mandorla Come ormai tutti sanno, il nuovo virus avrebbe fatto il salto di specie in un mercato di Wuhan, nella Cina meridionale (nella foto). Ma al diffondersi delle prime notizie sulla malattia tutti i cinesi, in ogni angolo del mondo, sono stati guardati con sospetto.-Certo, il contesto culturale e l'educazione contano, e verosimilmente la tradizione giudaicocristiana, insistendo sulla libertà e responsabilità dell'individuo, ha favorito l'enfasi del senso di colpa sotto forma di peccaminosità. Cosa che pare evidente al confronto col mondo greco-latino, in cui il destino ineluttabile rappresentato dalle figure mitologiche delle Moire aveva maggiore peso: neppure la volontà di Zeus poteva opporvisi. Tuttavia il nesso tra colpa e disgrazia in quel mondo era anche più forte, giacché pestilenze e disgrazie di vario genere conseguivano anche dalla colpa involontaria, come mostrano le tragedie e i poemi dell'antica Grecia. E questo carattere involontario della colpa, da cui pur conseguono punizioni, è un indizio della natura del senso di colpa come relativamente sganciato dalla responsabilità personale. Quali poi siano le ragioni ovvero le matrici del senso di colpa, data appunto la sua modesta correlazione con colpe effettive, è questione che merita altro spazio (si veda il box a p. 58). UN NESSO NON SEMPRE INSENSATO La supposizione di un nesso, generalizzato a ogni disgrazia, tra colpa e senso di colpa da una parte e disgrazia dall'altra parte, sembra dunque una tendenza psicologica ben radicata e transculturale; ma neppure è detto - occorre riconoscerlo - che sia sempre irrazionale. Proprio riguardo alle malattie fisiche abbiamo prove del concorso che nella loro genesi possono avere persistenti stati emotivi negativi, come ansie, depressioni, stress. Tra queste emozioni è facile annoverare il senso di colpa, specie quando si esprime a seguito di un rimorso non correttamente elaborato. In effetti se il rimorso, anziché essere superato con adeguati comportamenti, viene rimosso (cosa che accade quando si «denega» una colpa effettiva), provoca la sua patogena elaborazione inconscia in termini di indeterminato senso di colpa. Del resto la parola «ri-morso», da mordere, esprime metaforicamente l'autoaggressione che si produce su mente e co po, fino a suggerirne un concorso nella genesi di patologie. Dunque, poteva non avere tutti i torti la signora che, parlando sul lettino dello psicoanalista, si era fatta una ragione del cancro al seno che l'aveva colpita ritenendolo la conseguenza dell'aborto di tanti anni prima, nonostante le smentite dell'oncologo circa una diretta connessione causale. Ma quand'anche il nesso in questione fosse oggettivamente fallace, esso rispondeva comunque a un senso soggettivo, il quale può essere disadattivo se al male fisico si aggiunge il tormento della colpa, ma adattivo se permette una pur sofferta accettazione della malattia. E in qualche caso la credenza nel nesso può pure significare un tentativo di controllo magico della malattia con l'espiazione della presunta colpa, tentativo che per altro non è escluso produca qualche risultato a seguito dell'effetto placebo che può avere l'autosuggestione. Un nesso tra senso di colpa e patologia organica a oggi è ipotizzabile ma non sicuro, finché non si mostreranno i passaggi somatici intermedi tra l'emozione e l'insorgenza della patologia. Tuttavia ciò che merita qui rilievo è che il nesso esprime una questione di «senso» della disgrazia. Come dire che c'è un bisogno psicologico di dare senso agli eventi avversi, a prescindere dalla verità/falsità

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: MAURO FORNARO
Date: 2020/07/01
Pages: 54 -

Web source:

del nesso che si è individuato con una colpa. In effetti, la risposta alla questione del senso del male non comporta tanto una questione di vero o falso. quanto di adattività, ovvero di utilità alla vita umana, all'esistenza del singolo come del gruppo. Del resto il senso non è qualcosa di già iscritto nell'oggettivo ordine delle cose, bensì è il risultato di un'intuizione, di una creativa elaborazione che parte dall'osservazione di fatti e si articola con una pregressa visione del mondo e di sé. UN SENSO NELLA PANDEMIA? È difficile vivere senza attribuire qualche senso anche alle negatività della vita: l'assenza di ogni senso porta alla depressione, il non senso alla dispera62 ANCHE MEDICI E INFERMIERI, INIZIALMENTE CELEBRATI COME EROI, SONO STATI IN QUALCHE CASO ADDITATI COME POTENZIONALI UNTORI zione. Pure difficile, in generale, è rassegnarsi all'idea un po' fatalistica che il mondo non sia che la risultante di un meccanico gioco di forze, indifferente ai destini dell'essere umano - come già il Leopardi nel pur bellissimo Canto di un pastore errantenellAsiae che dunque sia vano cercare un senso nella malattia, la quale in fondo non sarebbe altro che la risultante di leggi naturali. In ogni caso, a ben vedere, la questione del senso o del non senso non è soltanto una fumosa questione da filosofo esistenzialista, bensì comporta ampie riLa sciagura, specie quando ne va della salute, mette in forse tante certezze ormai acquisite, aprendoci alle peggiori possibilità, ma portandoci pure a riflettere sulle cose essenziali della vita cadute sul benessere psicologico di ciascun individuo. Da questo punto di vista anche la sciagura della pandemia, quanto più se se ne è stati toccati da vicino, propone una questione di senso, anche se la pandemia di per sé non dipende da colpe. In MIND effetti la sciagura, specie quando ne va della salute, della vita e del benessere materiale, mette in forse tante certezze ormai acquisite, aprendoci alle peggiori possibilità, ma portandoci pure a riflettere sulle cose essenziali della vita. Ben inteso, un senso intrinseco a questa sciagura non c'è (a meno di volgersi a concezioni religiose o simili, per cui tutto al mondo ha un senso provvidenziale racchiuso in una mente superiore). Si tratta invece di un senso elaborabile a fronte del male, atto anzitutto a favorire, appunto da un punto di vista adattativo, la nostra adeguata reazione a esso, la nostra resilienza. Quanto più è forte un senso generale attribuito alla vita in base a valori radicati, tanto maggiore è la resilienza a fronte di sciagure. Lo si è visto bene nel caso estremo degli internati nei lager nazisti: quand'anche si fosse trattato di un senso al limite del delirio, esso aiutò la sopravvivenza, come ebbe a testimoniare di persona Viktor Frankl nel suo volume Uno psicologo nei lager (1946). Ciascuno può attribuire un proprio senso ai sacrifici che la pandemia ha imposto o impone, anche solo un senso limitato, come il pregio del maggior tempo dedicato ai familiari nei giorni del confinamento, o l'attenzione a una maggiore cura per la propria e l'altrui salute anche in seguito. Il senso poi di una comune lotta contro il male, specie se guadagnato in una identificazione col prossimo sofferente così da aderire a iniziative di volontariato, va a beneficio di sé e della propria mente, oltre che del prossimo. Anche un senso collettivo è ipotizzabile anzi auspicabile, quando l'iniziativa politica e sociale non si limita a bloccare l'espansione della pandemia e a soccorrere i più sfortunati, ma vede in questa sciagura l'occasione di un mutamento di paradigmi in ordine al servizio sanitario e nel rapporto con l'ambiente.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: ANTONIO PASCALE
Date: 2020/07/01
Pages: 64 -

Web source:

In origine era la neve

Il rapporto tra un artista e la materia ha radici che affondano nei giochi e nei profumi dell'infanzia. E in tutte le esperienze che generano una memoria viva S criviamo, cantiamo e va bene, ma mi chiedo: la materia? Qual è il rapporto tra un artista e la materia? Materia intesa come ferro, rame, acciaio, pietra. Che significa plasmare la materia? Per cercare di orientarmi ho fatto quattro chiacchiere con Roberto Pietrosanti, uno scultore che con la materia ci sa lavorare. Immagino che da piccolo hai cominciato a lavorare con la plastilina e poi hai cominciato a plasmare_ la materiaNon è andata cosi vero? La mia è stata forse l'ultima generazione che i giochi se li doveva inventare. La verità è che sono nato sotto il segno dell'Homofaber, manifestando già da bambino una spiccata capacità manuale. La nostra,.. Siamo quasi coetanei, ma questo solo per ricordare lo scorrere del Ritratto d'artista Un ritratto di Roberto Pietrosanti realizzato nel suo studio romano tempo. Comunque di', continua... Ho fatto tante esperienze lavorative, per caso e per necessità, alimentate dal desiderio di avere una mia autonomia e così, dopo la scuola e durante le vacanze, cercavo di guadagnarmi qualcosa. Di tutti i lavori estivi non dimenticherò mai quello di fornaio in un biscottificio artigianale: la ventata di calore profumato dai forni, la fragranza dei biscotti caldi. Tra la plastilina e l'impasto dei biscotti, direi che è andata così! Aspe', aspe', questo mi interessa. cioè se tu ora chiudi gli occhi risenti l'odore dei biscotti caldi e della plastilina? Se sì, mi chiedevo se tutto questo complesso di sensazioni ha formato una mappa sentimentale che poi ti ha guidato... Tutte le esperienze in cui devi prestare attenzione generano una memoria viva. Ogni biscotto ha un tempo di cottura preciso: nei primi giorni da fornaio, sai quante teglie sono uscite bruciate dal forno? L'odore del fallimento! E come hai fatto col fallimento? Se trasferisci quell'esperienza su un altro piano, hai il senso della dimensione del tempo. Questo complesso di esperienze ha formato indubbiamente la mappa astrale che mi orienta. E con i biscotti? Ma che dire del proprietario del biscottificio riguardo ai miei fallimenti? Era una persona che conosceva bene il lavoro, e contrastava gli sbagli con la fiducia. Una piccola grande lezione: non arrenderti davanti al primo insuccesso. Ok, tra biscotti e plastilina, tra il tempo e il fallimento, mi racconti allora il tuo primo impatto con la materia? All'inizio c'era un materiale che preferivi? E perché? Immagino che tu faccia riferimento alla materia dell'arte. Tra i biscotti e la plastilina c'è un mondo. Ho sofferto di una sorta di irrequietezza giovanile riguardo i materiali. Di', l'irrequietezza è la mia materia preferita... 66 Tutte le materie con cui avevo giocato sono state elevate al rango espressivo: un filo può servire per cucire un tessuto, ma anche per unire due punti nello spazio di una stanza Tutto per caso «Nella mia famiglia non ci sono radici nell'ode», racconta Pietrosanti. «È accaduto tutto per caso e ha rappresentato una rivoluzione» (nella foto, Senza titolo 2009, resina acrilica e fibra di vetro su multiflex e legno. Collezione permanente IVAM Valencia). L'AUTORE Antonio Pescale Scrittore, autore televisivo e da 30 anni ispettore agrario presso il MIPAF. Ha scritto molti libri, ha vinto (un tempo) molti premi. Si concentra su troppe cose nel tentativo di capire i fili che uniscono le varie trame del mondo. E intanto il tempo passa e le trame, inesorabilmente, sfuggonoUna volta raggiunto un risultato cambiavo direzione, zigzagavo tra le materie. Nella mia famiglia non ci sono radici nell'arte, è accaduto tutto per caso e ha rappresentato una rivoluzione. Tutte le materie con cui avevo sempre giocato sono state elevate al rango espressivo: un filo può servire per cucire un tessuto, ma anche per unire due punti nello spazio di una stanza. O k, poi? Una seconda rivoluzione ha a che fare con la migrazione dall'Aquila a Roma, nel crogiolo dell'arte contemporanea internazionale. Rispondo alla tua domanda in modo apparentemente bizzarro, ma il materiale iniziale è stato proprio Roma, l'appartenenza a un contesto, perché nell'arte il ruolo delle relazioni è la materia più difficile da plasmare: non avevo bisogno di imparare a usare la materia, dovevo formare l'artista. Aspetta, che questa del provinciale che diventa artista in una città più grande mi interessa tanto. Ma per meglio arrivarci, mi racconti un po' la tua famiglia? Com'era Roberto da piccolo in quella famiglia in Abruzzo? Per i ragazzi la monotonia della provincia può avere dei vantaggi: la mia infanzia è stata all'insegna di scorribande, ma anche di lunghe passeggiate in montagna, arrampicate, amori, motorini e tanto altro, sono arrivato alla maggiore età sfinito! Cioè, basta provincia? Ho maturato presto l'idea di scappare di casa, essendo il più piccolo di tre fratelli prendevo mazzate a cascata, prima da mio padre, poi dai fratelli maggiori, indossavo la terza mano degli abiti, sedevo sempre al centro del sedile posteriore... Capisci che non vedevo l'ora di sloggiare! Non potevo fare l'artista all'Aquila, era necessario uno strappo. II vecchio adagio trovati un lavoro serio, comprensibile eh... I miei genitori appartengono alla generazione della guerra e del dopoguerra. Partendo da zero, hanno lavorato Ho tratto spunto dall'effetto della neve sulle strade, sulle case, sulla natura. Osservo con attenzione la dimensione polverosa del mondo come matti per garantire ai loro tre figli maschi benessere e istruzione: non ci hanno fatto mancare nulla,

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: ANTONIO PASCALE
Date: 2020/07/01
Pages: 64 -

Web source:

sono stati bravissimi, però non avevano il tempo di sorvegliarci. Mio padre in particolare desiderava che imparassi la musica, così ho studiato in conservatorio fino al liceo. Tuttavia, come era solito dire il mio maestro di musica, ero più bravo a smontare e rimontare gli strumenti che a suonarli! Li ho sicuramente delusi più di una volta, ma quello dell'artista è stato il colpo finale. Capisco, sì, e allora? Finalmente ho lasciato il conservatorio per l'istituto d'arte: ero felice e, conseguito il diploma di maestro d'arte in metalli e oreficeria, sono entrato in Accademia. Per grazia divina, eravamo guidati da un corpo docenti straordinario. Un nome tra tutti, Fabio Mauri. Un'opportunità anche per stringere amicizie con studenti dell'ultimo anno, già inseriti nel contesto artistico romano di cui riportavano nelle aule i racconti mitici. E Roma? Devo a una di queste amicizie la mia partenza per Roma, perché fece il mio nome a un artista in cerca di un assistente. Grazie a quel lavoro avrei potuto guadagnare vitto, alloggio e un po' di soldi. Ma i miei erano molto preoccupati; pur con la promessa di continuare gli studi in Accademia, tentarono di ostacolare il trasferimento. E invece? 111° settembre de11987 ero finalmente nella capitale dell'Impero: il Pastificio Cerere a San Lorenzo, il cuore dell'avan68 guardia romana, una grande università. Un misto di euforia e soggezione sottolineava la differenza con la dimensione aquilana, perché - come ha detto qualcuno - in provincia le strette di mano sono più strette. Roma mi ha accolto a braccia aperte, mi ha dato tantissimo, ma provo sempre quella sensazione di non appartenenza. lo sono arrivato due anni dopo dite, 23 anni a Caserta e il resto (31 anni) a Roma, ma sono sempre di Caserta, almeno lo sono per le questioni linguistiche, la lingua è quella. Comunque, vorrei arrivare ai materiali, ai tuoi materiali e alla tua arte. Hai questa etichetta, artista informale, che insomma per un fruitore come me vuol dire tutto e niente, volevo che mi raccontassi i tuoi materiali (sentimentali). A proposito, se è proprio necessario usare un'etichetta, al posto di artista informale preferirei quella più classica, scultore. Ma sì, infatti io ho un problema con le etichette, allora vai, spazia senza limiti... Beh, anche io sono orgogliosamente aquilano, per questione di lingua, ma anche per il paesaggio che è nei miei occhi. L'Aquila è (era, il cambiamento climatico mostra i suoi effetti anche lì) una città monocroma per gran parte dell'anno, ti svegli un mattino e un manto di neve copre tutto, fino all'orizzonte. Uno spettacolo che coinvolge tutti i sensi, quell'ovattato candore abbagliante ti riporta a uno stato primordiale, all'origine. La neve è il mio materiale sentimentale, quello che ho sempre cercato di raggiungere. Gli effetti della materia «Ho un culto dei materiali, li uso secondo necessità», racconta Pietrosanti (nella foto, Senza titolo 2017, smalto acriluretanico su lastra PVC, alluminio). MIND Alla base c'è la neve? Spiega... Come ho già accennato, ho un culto dei materiali, li uso secondo necessità. Durante i processi di lavorazione tendo ad annullare la riconoscibilità della materia, davanti alle mie opere è inevitabile chiedersi di che cosa siano fatte. Ho tratto spunto dall'effetto della neve sulle strade, sulle case, sulla natura. Osservo con attenzione la dimensione polverosa del mondo. Anche la «forma» ha un debito con il luogo di origine, l'Abruzzo è duro, montuoso, austero nelle sue architetture medioevali e romaniche, misurato, isolato, di neve e pietra. Ok, mi puoi raccontare a partire da questi elementi il tuo processo creativo? Magari prendendo una tua opera a mo' di esempio... Posso descrivere agilmente il modo in cui organizzo il lavoro, ma una gran parte del processo creativo resta un mistero anche per me. Intuisco delle cose, e tento di dare loro un ordine, di aggiustarle. In sostanza, predispongo uno spazio al mistero. Bene, poi? Partiamo dal luogo: lo studio d'artista (un grande tema). Il mio è paragonabile a una sala chirurgica, perché per lavorare ho la necessità di un luogo vuoto, pulito. Arriviamo a me. Organizzo mentalmente le fasi di costruzione, lo faccio in modo dettagliato, immaginando/simulando ogni singola azione, disegno e prendo appunti, seleziono il materiale, metto in ordine l'attrezzatura. Quando tutto è pronto eseguo il lavoro. Certamente, si tratta di una ritualità dagli esiti incerti. Perché?Polvere e lattice «Una mattina mi sono sentito quella materia, ero di polvere e lattice, i miei muscoli erano acrilici»(nella foto. Senza titolo 2004, rame patinato nero, Fondazione Volume! Roma). Le opere sono pieghe del processo creativo, frasi di un lungo testo. Per comprenderlo devi leggerlo tutto, pagina per pagina; ogni artista scrive il proprio in modo unico e originale. In terzo luogo c'è la sorpresa, quell'inciampo che ti riempie gli occhi di stupore. L'inciampo è la cosa più interessante, anche nella vita... Alcuni anni fa volevo realizzare una delle mie superfici monocrome con un disegno che avevo chiaro in testa, ma non riuscivo a dargli corpo sul cartone preparatorio. Decisi di preparare un modellino tridimensionale da fotografare per studiarne la dinamica delle linee: una piccola sfera di lamine metalliche. Quel piccolo modellino sorprendente ha dato il via a un importante ciclo di sculture. Come spiegarlo? A proposito di inciampi e di caos, c'entra, almeno nel tuo rapporto creativo con la materia, il fisico? Dico muscoli, inGornma ci vuole fisico per fare lo scultore? Nei primi anni novanta ho collaborato per qualche anno (come artista scenografo) con un paio di compagnie di danza contemporanea, ed è stato inevitabile fare i conti con la fisicità, non solo dal punto di vista della forza muscolare: un danzatore è contestualmente potenza e grazia. Che invidia il fisico dei ballerini. Vabb¿, dimmi dei

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: ANTONIO PASCALE
Date: 2020/07/01
Pages: 64 -

Web source:

muscoli. Indubbiamente bisogna avere muscoli allenati per un lavoro come il mio, ma credo che il senso della fisicità nella scultura abbia una natura metafisica, È impressionante constatare quanto l'arte rappresenti una reazione a catena di eventi, tutti imprescindibili, e di come artisti apparentemente diversi siano in realtà collegati MIND sono i muscoli a doversi adattare, non il contrario. Interrogata sul senso di allenamenti estenuanti, una volta un'amica danzatrice mi rispose che il suo scopo era di essere caucciù. Per me è lo stesso, ho la necessità di identificarmi con la materia. Ok, giusto... Qualche anno fa dovevo realizzare una scultura di grandi dimensioni per un museo spagnolo, un progetto esecutivo molto complesso, avevo paura di non farcela e anche i miei collaboratori nutrivano non poche perplessità. Come mai? La questione riguardava i tempi di lavorazione di una resina acrilica bicomponente: 5-7 minuti al massimo. Dai calcoli che avevo fatto, per completare la scultura avrei avuto bisogno di una tonnellata di resina, oltre a una struttura portante leonardesca. E allora? Dovevo trovare un punto d'incontro tra muscoli e tempo, tra materiali diversi. Accolsi infine la sfida e attivai un cantiere istruendo i collaboratori e cronometrando le fasi. In quel cantiere impossibile ho provato una sensazione che ha cambiato radicalmente il rapporto con la materia. Forse le esalazioni chimiche, forse il successo dell'impresa, ma una mattina mi sono sentito quella materia, ero di polvere e lattice, i miei muscoli erano acrilici. Le opere d'arte, in fondo, sono dei ritratti d'artista. Senti, ultime cose. Volevo sapere chi sono i tuoi artisti di riferimento e perché... La lista dei riferimenti ad artisti, opere e architetture è lunghissima. Non sono in grado di fare una compilation di preferenze, la storia per me è una miniera. Proprio in questo momento sto facendo un lavoro di studio e analisi dei grandi maestri della pittura, un progetto teso a rintracciare un codice genetico dell'arte. AIA Dimmi... È impressionante constatare quanto l'arte rappresenti una reazione a catena di eventi, tutti imprescindibili, e di come artisti apparentemente diversi siano in realtà collegati fra loro. L'arte è un'enorme rete di connessioni, per usare un gergo contemporaneo. Sì, una ragnatela, difficile capire la trama. Per gusto personale, tra i tanti autori citerei Giorgio Morandi, al quale dedicai la mia tesi accademica. Mi sono riconosciuto artista - da ragazzo - nelle opere di Turcato: ho deciso di esserlo davanti a tre opere monocrome nere di Burri, Fontana, Lo Savio. Successivamente si è aperto un mondo sconfinato. Se potessi decidere dove rifugiarmi, mi trasferirei dal Beato Angelico nel convento di San Marco, a Firenze. infine, siamo stati in una situazione complicato e non è ancora finita, mi piacerebbe sapere se secondo te l'arte è tra le ragioni che rendono la vita degna di essere vissuta. In questo momento più che mai è necessario ricordarsi che «la bellezza salverà il mondo».

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: CECILIA LAGLIA
Date: 2020/07/01
Pages: 72 -

Web source:

LA DONNA DALLE MILLE VITE

Rossella ha perso il filo dei suoi ricordi, rifugiandosi in un mondo fantastico, dove qualsiasi storia è possibileLa si vede passeggiare per le strade illustrazioni di STEFANO FABBRI della sua città con un portamento L leggiadro e un fare sofisticato, ma - se la si osserva da vicino si notano alcuni dettagli che stridono con la sua eleganza. Gli abiti consunti, le macchie sbiadite sulla maglietta, le mani poco curate, i denti ingialliti dal fumo e gli occhi malinconici, il tutto incorniciato da un trucco pesante. Rossella ha 53 anni, da qualche anno vive in un quartiere centrale di Roma. La avevo conosciuta qualche anno prima al Centro di salute mentale a cui era ' stata inviata dalle suore che la ospitavano e dalle quali si era rifugiata dopo una discussione con la zia. Mi aveva più volte raccontato che i suoi genitori erano separati; sua madre era una cardiologa austriaca che era tornata a Vienna dopo la separazione, suo padre apparteneva a un'importante e nobile famiglia siciliana e ormai si era ritirato nella sua tenuta, dove conduceva una vita da eremita. A dispetto del suo aspetto fisico e della buona padronanza di linguaggio, esibita con gran classe da Rossella che spesso arricchiva i suoi discorsi con frasi in tedesco, la sua vita «reale» era stata segnata da diversi episodi dolorosi che avevano interrotto bruscamente la trama della sua esistenza. LA FERITA DELL'INVISIBILITÀ Rossella era stata una bambina a cui erano mancati gli aspetti fondamentali dell'infanzia quali il senso di sicurezza, l'accudimento amorevole e il confronto empatico. La sua vita è stata costellata da eventi dolorosi, e ha sperimentato perdite e abbandoni da parte delle persone a lei più care. Le sue figure genitoriali sono state fredde e scarsamente presenti e, in alcune circostanze, ha dovuto sperimentare brusche rotture dei rapporti affettivi significativi. In particolare, la sorella gemella sarebbe morta per overdose in adolescenza; in seguito a questo evento la famiglia si sarebbe disgregata, e Rossella affidata a una zia, descritta come una donna rigida e sempre pronta a umiliarla. Dai racconti della donna si deduce che per ot tenere attenzioni e cure dai suoi genitori Rossella abbia dovuto presto imparare a compiacerli. Inoltre, sembra che i suoi bisogni emotivi fossero spesso ignorati o ritenuti «di poco conto». Le era concesso ricevere aiuto soltanto quando si ammalava o quando compiva gesti sensazionali per essere notata. Col tempo, la sua fame di attenzioni e amore l'ha costretta a continuare a «recitare la sua parte» di donna eccentrica, cristallizzando la sua esistenza in una sorta di opera teatrale in più atti, tutti apparentemente sconnessi tra loro, ma legati dal filo rosso della drammaticità. Solo dopo molto tempo ho scoperto che alcune informazioni fornite da Rossella sulla sua vita non coincidevano con la realtà: sua madre era una commessa, e suo padre un anziano falegname in pensione. Nel suo albero genealogico non vi era alcuna traccia di nobiltà. Da adulta, Rossella è diventata una persona incapace di aprirsi a una vera intimità, tendenzialmente solitaria e caratterizzata da un pervasivo vissuto di profonda e incolmabile solitudine; un panorama desolato in cui nessuno pare conoscerla e amarla abbastanza e in cui albergano una «ferita di invisibilità» e una sensazione di vuoto affettivo che la fanno sentire sempre insoddisfatta e mai appagata dalle relazioni sentimentali e sociali. Il desiderio di suscitare attenzione e di stupire la portavano a focalizzarsi sull'approvazione altrui, invece che sulle proprie esperienze interne, alimentando la propensione a considerarsi solo in funzione degli altri e, dunque, a sperimentare uno scarso senso di identità personale e una marcata dipendenza affettiva. Spesso Rossella considerava le proprie relazioni più intime di quanto fossero in realtà; ricordo che durante gli incontri domiciliari si rivolgeva a noi operatori sanitari come amici di lunga data, a cui raccontava aneddoti e faceva regali poco consoni alla relazione. Rossella nelle sue interazioni sembrava sempre recitare una parte, con molti personaggi che si alternavano: un giorno vittima della cattiveria altrui, un giorno nobile altezzosa e sprezzan74 II disturbo istrionico di personalità di cui soffre Rossella è caratterizzato da emotività eccessiva e dalla costante ricercc di attenzioni e approvazionE Cecilia Laglia Psicoterapeuta cognitivocomportamentale presso il Centro clinico delle Scuole di psicoterapia cognitiva APC-SPC di Roma, lavora da anni nei servizi psichiatrici della ASL Romal, con adolescenti e adulti. È appassionata di cinema, arte e musica. te, un giorno affascinante ereditiera, altre volte una ex suora di clausura o una monaca buddhista. Anche il suo corpo sembrava mutare in relazione al personaggio da interpretare: dalla seduttrice manipolativa alla vittima malata e abbandonata, il suo corpo poteva oscillare di 30 chili in pochi mesi. UN MONDO DI FANTASIA Tutti questi aspetti hanno portato a formulare la diagnosi di disturbo istrionico di personalità (DSM-5), che si caratterizza per un'emotività pervasiva ed eccessiva e per un comportamento marcato di ricerca di attenzioni e approvazione da parte degli altri. Le persone con questo disturbo avvertono la necessità di impressionare gli altri con il loro aspetto fisico, spendendo un'eccessiva quantità di tempo, energia e denaro per abiti e cure personali. Nel caso di Rossella, il quadro è complicato dalla presenza di una pseudologia fantastica. Descritta per la prima volta da Anton Delbriick nel 1891, la pseudologia fantastica

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: CECILIA LAGLIA
Date: 2020/07/01
Pages: 72 -

Web source:

è caratterizzata da una tendenza abituale alla mistificazione della realtà tramite il racconto di bugie utilizzate al fine di accrescere la propria autostima o proteggersi dal giudizio altrui. Le storie raccontate tendono a dipingere in maniera positiva il narratore, che «decora la sua stessa persona» rappresentandosi come eroe o come vittimaSpesso Rossella tendeva a colmare dei vuoti nella narrazione personale interrotta da eventi dolorosi, ricostruendo così una storia verosimile. Rossella sembrava essersi rifugiata nel suo mondo fantastico, cercando di dare ordine a una trama confusa. I ricordi di un passato doloroso si sono mescolati a fantasie e a storie che non le appartenevano, ma che apparivano così vicine ai suoi desideri da arrivare a considerarle vere. Questa nuova trama sembra dare un senso e una continuità a brandelli di vita privi di tempo e di emozioni, rendendo così Rossella regista di una storia al limite tra finzione e realtà. I tentativi delle persone a lei vicine di «smascherarla» e confrontarla con la realtà producevano in lei reazioni aggressive e rabbiose, caratterizzate da violenti attacchi verbali e tendenza a umiliare e svalutare con lo scopo di proteggersi dalla minaccia di vedere distrutto il suo mondo fantastico, così faticosamente costruito. CURARE CON L'ACCOGLIENZA Il lavoro terapeutico con Rossella si è basato sul considerare la pseudologia fantastica come l'unica e migliore strategia possibile per mantenere una coerenza e una prevedibilità nella sua esistenza. Accogliere pienamente la sua sofferenza, sospendendo ogni giudizio e comprendendo il dispiacere di non essere ascoltata e creduta dalle persone più care, ha aperto una via per entrare nel suo mondo fantastico e aiutarla gradualmente, senza attaccare direttamente le sue convinzioni, integrando gli aspetti dolorosi della vita che non voleva accettare e accompagnandola nel costruire una narrazione di sé più aderente al reale. Rispetto alla «teatralità» di Rossella, un passaggio fondamentale del lavoro terapeutico ha riguardato la gestione della sofferenza emotiva e della frustrazione di non essere costantemente al centro dell'attenzione e, successivamente, l'insegnamento di modalità di espressione dei propri bisogni affettivi più funzionali al mantenimento della relazione con l'altro. Questo ha permesso di lavorare sul cambiamento di alcune credenze nucleari di Rossella, ossia il modo in cui profondamente, e spesso inconsapevolmente, ha creduto all'idea che la perdita sia disastrosa e di non poter sopravvivere all'abbandono. Nel corso della psicoterapia Rossella ha provato a creare relazioni amorose e amicali, ma il suo comportamento teatrale e di ricerca continua di attenzione portava inevitabilmente gli altri a interrompere la relazione. A questo reagiva con rabbia e disprezzo, ma era palpabile la sofferenza che cercava di nascondere. Fino a quando incontrò Stefania, una donna dimessa ma con un acume straordinario. Stefania era riuscita a vedere oltre la sua teatralità, a capire che si trattava di una strategia per nascondere un dolore profondo. Rossella stava vivendo, forse per la prima volta nella vita, un legame sincero in cui ogni sua parte poteva essere mostrata senza timore di venire criticata o rifiutata. Oggi la si vede passeggiare ogni mattina con portamento leggiadro e con fare sofisticato mentre si dirige verso il solito bar. Sa che troverà Stefania ad aspettarla; insieme faranno colazione e poi Stefania ascolterà incredula le avventure di Rossella. Lo stupore di Stefania susciterà in Rossella un'espressione indispettita, ma entrambe ormai sanno che queste reazioni di disappunto sono soltanto un atteggiamento e, dopo il rassicurante sorriso di Stefania, Rossella riprenderá. i suoi racconti.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: PIETRO COPPA
Date: 2020/07/01
Pages: 76 -

Web source:

Pensieri alla finestra

Fotografo per passione, quando è stato ricoverato in ospedale con una diagnosi di Covid-19, Pietro ha sfruttato l'obiettivo del suo telefonino per raccontare il suo personale percorso all'interno del nuovo virus Ho trovato stimolante la difficoltà di reperire temi e soggetti in questa nuova condizione di degente in isolamento, e l'uso di mezzi minimi come un telefoninoQuando mi è stato proposto di pubblicare qualche foto, scattata con mezzi di fortuna durante il mio percorso, anche ospedaliero, all'interno del contagio da Covid-19, ho ricevuto un impaginato delle foto scelte, con a fianco un testo fittizio, composto di parole inesistenti. Qui ho trovato la parola «repernatus», che mi è subito parsa sonora, leggera, ironica ed evocativa, molto più di tante altre esistenti, del clima e degli stati d'animo che mi sono trovato ad attraversare ultimamente. Quando già nei primi paesi del Nord Italia c'erano le zone rosse e si parlava da un po' di epidemia, qui a Roma la vita e le attività proseguivano normalmente, mia moglie era all'estero per lavoro, io uscivo a passeggio con la macchina fotografica, andavo a pranzo con amici, in un'atmosfera simile credo a quella della Sarajevo del '92. Poi si è fermato tutto, in tutto il paese, e ci siamo dovuti chiudere dentro casa. Personalmente ho vissuto la cosa senza angoscia e con molta curiosità, era una novità, si stava verificando una serie di eventi che percepivo comuni prima o poi a tutto il mondo, forieri di cambiamenti, probabilmente ancora non ci rendiamo ben conto di quanti e quanto definitivi, ma non mi piace drammatizzare, né restare prigioniero della retorica che ci ha bombardato fin dall'inizio, e ancora continua. Mi è venuto naturale quindi, senza neanche rifletterci troppo, tentare di rendere lo spirito della situazione, dal mio punto di vista ovviamente, cercando di utilizzare proprio i limiti posti dalla chiusura all'attività di chi, come me, fa fotografia per passione e divertimento. Questo approccio minimalista, che tentava di far parlare le cose, e di rendere il clima con i pochi mezzi a disposizione, mi è servito ancora di più quando, tornata mia moglie, ci siamo ammalati tutti, compreso il gatto di casa: lui, mia moglie e mio figlio per fortuna in forma leggera, io invece prendendomi una bella polmonite da Covid-19, che mi ha fatto restare 20 giorni in ospedale, e dieci, una volta guarito ma ancora positivo, in isolamento in un albergo affittato allo scopoHo trovato appassionante e stimolante proprio la difficoltà di reperire temi e soggetti in questa nuova condizione di degente in isolamento, e l'uso di mezzi minimi come un telefonino, dato che in previsione del ricovero avevo anche preparato una macchina fotografica da portare con me, poi però nella concitazione del prelevamento con l'ambulanza, e soprattutto andando verso quella destinazione, mi è parso un po' fuori luogo prenderla. Poi sono guarito, sono tornato a casa, e non c'è definizione migliore, per me, di «repernatus».Percorso circolare Guarito ma ancora positivo al tampone per il Covid-19, Pietro viene trasferito in isolamento in albergo: la luce mattutina scolpisce i dettagli e le ombre di una situazione più gradevole, ma ancora solitaria. E poi, finalmente, il ritorno a casa, ma c'è il Iockdown e non si pisé uscire: la finestra è un televisore che parla ossessivamente di contagio.

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: FEDERICA SGORBISSA
Date: 2020/07/01
Pages: 82 -

Web source:

La vera storia di un esperimento controverso

Le ricerche di Milgram sono ancora studiate sui libri di testo. Ma oggi in molti mettono in discussione le sue teorie Facciamo quello che ci dicono di fare: lo canta Peter Gabriel in una canzone de11986, We do what we're told (Milgram's 37), che esprime lo sgomento dell'artista di fronte a uno dei più famosi capitoli della storia della psicologia, ovvero la serie di esperimenti condotti da Stanley Milgram a partire dal 1961. Gli esperimenti sull'obbedienza all'autorità, secondo il suo autore, dimostrano che gli esseri umani sono destinati a compiere nefandezze agli ordini di un'autorità malevola. Facciamo quello che ci dicono di fare, per l'appunto. Che una ricerca di psicologia sia entrata in una canzone pop la dice lunga sull'influenza che le idee di Milgram hanno avuto sulla nostra cultura. Le ricerche sull'obbedienza all'autorità nascono come conseguenza del profondo turbamento che gli eventi della seconda guerra mondiale, in particolare l'Olocausto, avevano suscitato nell'opinione pubblica mondiale e finisce per marchiare a fuoco nell'immaginario collettivo l'idea che anche le persone «comuni» possono fare del male a perfetti sconosciuti sotto la volontà di un leader autoritario. Insieme allo Stanford Prison Experiment (si veda il box a p. 85) di Philip Zimbardo, è probabilmente fra le ricerche più influenti di sempre, non solo nell'ambito della psicologia, ma anche nella nostra cultura. Sarà che forse sono argomenti che non passano mai di moda - vista anche l'attuale deriva politica mondiale verso leader autoritari e regimi conservatori e «sovranisti» - l'appeal di queste ricerche non sembra avere segni di cedimento: l'esperimento di Milgram è infatti ancora presente nei libri di testo di psicologia, e le citazioni di questi lavori nelle pubblicazioni scientifiche sono addirittura aumentate negli ultimi decenni. C'è solo un problema: nella migliore delle ipotesi questi esperimenti potrebbero non aver mai dimostrato quello che l'autore dichiarava dimostrassero. Nella peggiore, Milgram potrebbe addirittura aver mentito. UNA SEVERA MESSiNSCENA L'apprendista, seduto nella stanza attigua, sta urlando. «Tiratemi fuori! Il mio cuore sta cedendo!». L'insegnante guarda lo sperimentatore preoccupato: «Preferirei smettere». «Per favore, vada avanti». Le urla dalla stanza accanto continuano. «L'esperimento richiede che lei continui». L'insegnante esita ancora. «È essenziale che lei continui». L'insegnante si arrende: schiaccia il bottone di fronte a sé. Si sente il ronzare secco di una scarica elettrica e poi un lungo silenzio. Non è la Germania nazista, e questo non è il laboratorio del dottor MengeleSiamo in un'anonima stanza di un edificio della Yale University, e 1'«insegnante» è un normalissimo cittadino americano arruolato con un'inserzione. Lo sperimentatore è il dottor Stanley Milgram, o forse un suo collaboratore. L'apprendista invece - per fortuna - è un attore complice dello sperimentatore. Sono gli anni sessanta, e il giovane Milgram sta cercando ardentemente una risposta alla più grande delle domande dell'epoca: come è possibile che tanti normali cittadini abbiano collaborato a un'atrocità come l'Olocausto? Milgram è ebreo. Non ha vissuto in maniera diretta le persecuzioni naziste: la sua famiglia è emigrata negli Stati Uniti - da Romania e Ungheria - durante la prima guerra mondiale, ma avendo ospitato diversi parenti fuggiti dalla Germania (alcuni sopravvissuti ai campi di sterminio), è profondamente scosso dai loro racconti. Gli esperimenti sono il suo modo per affrontare la paura. Le sessioni sperimentali si basano su una messinscena: al soggetto, che non sa di esserlo, viene detto che dovrà aiutare lo sperimentatore in un test di memoria come »insegnante», dando scosse elettriche («assolutamente non dannose per la salute») all'»apprendista» nel caso di errori. L'apprendista (un attore) «sbaglia» regolarmente. Le scosse vanno da zero a 450 volt, con incrementi di 15 volta ogni errore. L'insegnante è libero di lasciare il test quando lo desidera, ma lo sperimentatore lo stimola a restare con frasi già predisposte. LA BANALITÀ DEL MALE Pur conoscendo le motivazioni e i buoni propositi di Milgram, tutta la «vicenda» appare oggi quasi incredibile: che un rispettabile professore di psicologia abbia potuto architettare un disegno sperimentale così estremo; che un ente pubblico lo abbia finanziato; e soprattutto che centinaia di cittadini statunitensi «medi» possano aver creduto che la Yale University tollerasse che un suo ricercatore di punta torturasse degli individui con scariche elettriche potenzialmente letali. Invece è successo, e ha segnato in maniera indelebile e forse irreversibile l'immaginario collettivo. Anche se si tratta in realtà di una serie di circa 18 «variazioni sul tema» condotte nell'arco di diversi anni coinvolgendo circa 800 volontari, già dal primo resoconto scientifico si capisce che si tratta di una vera e propria «bomba». Milgram collega esplicitamente i suoi risultati al principio della «banalità del male» descritto dalla filosofa Hannah Arendt in relazione al processo al gerarca nazista Adolf Eichmann. Il processo era iniziato a Norimberga solo qualche mese prima. Arendt prende per buona l'idea, promossa dallo stesso Eichmann nella sua difesa, del burocrate che stava «solo» eseguendo gli ordini, versione tuttavia ampiamente smentita, anche di recente, dai documenti, che dimostrano un ruolo attivo e creativo di Eichmann alla «soluzione finale». Ne11963 però i dati sperimentali supportano la versione di Arendt: «Nel suo primo articolo

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: FEDERICA SGORBISSA
Date: 2020/07/01
Pages: 82 -

Web source:

pubblicato su una rivista scientifica Milgram scriveva che il 65 per cento delle persone si erano spinte fino alla tensione massima», racconta Gina Perry, ricercatrice dell'Università di Melbourne, grande conoscitrice dell'archivio di Milgram. L'articolo è il primo di una lunga serie, al quale seguono un libro e persino un film, il documentario Obedience (si veda il box ap. 89). 84 t 1 ! le t 1 1 1 1 1 1 1 11 11 1 11 1 EXPERIMENTER, SCRITTO E DIRETTO DA MICHAEL ALMEREYDA NEL 2015, RACCONTA LA STORIA DEL CELEBRE ESPERIMENTO (NELLA FOTO, PETER SARSGAARD NEI PANNI DI MILGRAM) UN'EREDITÀ DURATURA L'AUTRICE Federica Sgorbissa È dottore di ricerca in scienze cognitive, con un master in comunicazione della scienza conseguito alla SISSA di Trieste. Lavora nella comunicazione scientifica, anche come giornalista free-lance. Nel tempo libero cura un orto ed fissata con l'arrampicata sportiva, il cucito e la cucina. La cosa forse più sorprendente è che dopo oltre 50 anni questi esperimenti, insieme allo Stanford Prison Experiment (si veda il box a fronte), sono tuttora estremamente vivi e presenti nel nostro immaginario ma anche - e questo sorprende ancor più - in ambito strettamente scientifico. Spiega Alexander Haslam: «Il tipo di narrazione introdotto da Milgram è assiduamente riprodotto nei libri di testo di L'esperimento di Philip Zimbardo Insieme agli esperimenti di Milgram, lo Stanford Prison Experiment ha inciso pesantemente sulle nostre convinzioni riguardo la natura umana. Condotto esattamente dieci anni dopo quelli di Milgram da Philip Zimbardo, famosissimo psicologo della Stanford University e grande divulgatore, è stato pensato per indagare come la percezione dell'autorità plasma il comportamento umano. Ventiquattro studenti, tutti maschi e tutti caucasici senza precedenti penali, sono stati divisi a caso in due gruppi: uno era costituito dalle «guardie», l'altro dai «prigionieri». Ognuno riceveva un «canovaccio» che descriveva la situazione che avrebbero dovuto simulare e il proprio compito di guardia o di prigioniero ma, a detta dell'autore, nessuna istruzione precisa su come comportarsi. I partecipanti sono stati poi lasciati autogestirsi giorno e notte da soli in una «prigione simulata», all'interno del campus dell'università, seguendo i loro ruoli. La situazione è degenerata velocemente, con abusi psicologici da parte delle guardie sui prigionieri così gravi da dover sospendere l'esperimento dopo solo sei giorni. Come gli esperimenti di Milgram, anche quelli di Zimbardo hanno avuto una vasta eco mediatica, al punto che sono stati prodotti non solo film, ma anche «repliche» televisive dell'esperimento, come il BBC Prison Study. Una curiosità, Milgram e Zimbardo si conoscevano: avevano infatti frequentato la stessa scuola superiore, la James Monroe High School a New York. Oggi può sembrarci incredibile che un rispettabile professore di psicologia abbia potuto architettare un disegno sperimentale così estremo e soprattutto che un ente pubblico lo abbia finanziato psicologia e psicologia sociale, le ricerche lo dimostrano». Haslam, professore dell'Università del Queensland, è uno dei maggiori conoscitori di Milgram. «Le citazioni in altri articoli di ricerca dei lavori originali sono quadruplicate negli ultimi vent'anni Negli ultimi dieci anni addirittura quattro riviste scientifiche autorevoli gli hanno dedicato dei numeri speciali». Insieme alla fama è tuttavia cresciuto anche il fronte dei critici, che in realtà si è fatto sentire fin da subito, o quaMIND si. Le prime critiche sono soprattutto di natura etica e probabilmente spingono Milgram a condurre una lunga serie di interviste e questionari con i suoi soggetti, sia per assicurarsi del loro benessere dopo l'esperimento, sia per verificare che avessero compreso fino in fondo le istruzioni ricevute. Tutta questa enorme mole di informazioni - insieme a molto altro materiale, comprese le lettere inviate dai soggetti a Milgram a distanza di tempo - sono contenute nei Milgram's Archives. Questo archivio è stato reso pubblico dalla Yale University a partire dal 2004, ed è stato spulciato a fondo da diversi scienziati. ERRORI O BUGIE? Una di questi è proprio Gina Perry: negli ultimi anni ha pubblicato diversi articoli scientifici e un libro in cui sostiene che Milgram potrebbe aver mentito. «Per quasi cinque anni ho viaggiato fra l'Australia e gli archivi in America. Hoascoltato centinaia di ore di registrazioni degli esperimenti», racconta la ricercatrice australiana. «Ho letto paper mai pubblicati che mostravano il punto di vista dei soggetti dell'esperimento, spesso molto diverso rispetto a quello ufficiale. Ho anche ritrovato e intervistato alcuni membri dello staff originale e persino alcuni dei soggetti originali». «Non avevo idea che avrei finito per dubitare della veridicità della versione di Milgram», puntualizza. «La domanda che avevo in mente all'inizio era: che conseguenze ha avuto quell'esperienza su chi ha partecipato? Il primo problema emerso è il rigore del disegno sperimentale», spiega. Milgram descrive i suoi esperimenti come «altamente standardizzati»: esisteva un protocollo che descriveva che cosa dovevano fare lo sperimentatore e il complice. Per esempio, se il volontario esitava a dare la scarica o mostrava di voler abbandonare i test, lo sperimentatore pronunciava una di quattro frasi standard (a seconda che fosse la prima, seconda, terza o quarta esitazione): «per favore continui»; «l'esperimento richiede che lei continui»; «è necessario che lei continui»; «non ha altra scelta, deve continuare». «Ebbene, ascoltando i nastri delle registrazioni ho osservato che lo sperimentatore andava ben oltre le quattro istruzioni. Spesso continuava a fare pressione sui soggetti in un modo che suonava molto come bullismo, Insomma gli esperimenti "altamente standardizzati" in realtà

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: FEDERICA SGORBISSA
Date: 2020/07/01
Pages: 82 -

Web source:

consistevano molto di improvvisazione e coercizione». Milgram sosteneva di fare sempre un debriefing subito dopo la sessione per informare i soggetti sulla natura del test. «Ho ascoltato le registrazioni e parlato con le persone che vi hanno preso parte. Mi hanno raccontato di non aver ricevuto spiegazioni all'epoca. Molti volontari hanno lasciato il laboratorio sconvolti. Questo mi ha fatto sorgere molti dubbi sull'affidabilità di Milgram come narratore della sua stessa ricerca». Nel suo lavoro più recente Perry ha rianalizzato i dati di Milgram, scoprendo che l'interpretazione dei risultati potrebbe essere del tutto diversa. Perry in86 Secondo alcuni ricercatori, molti partecipanti non credevano alla veridicità del setting sperimentale. Se così fosse l'interpretazione dei risultati potrebbe essere del tutto diversa fatti, in base alle interviste condotte da un assistente, Taketo Murata, sostiene che molti volontari non credessero nella veridicità del setting sperimentale. «Quei dati dimostrano che vi era un'ampia variabilità: alcuni credevano che fosse tutto vero, altri no». L'analisi di Perry osserva che la tendenza a obbedire era inversamente proporzionale a quanto il soggetto fosse in buona fede. «Il nostro articolo dimostra che le persone che credevano di stare davvero facendo del male a qualcuno erano anche quelle che disobbedivano più spesso. Al contrario, quelli che dubitavano erano quelli che più spesso si spingevano fino alla tensione massima». VOLONTÀ E IDENTIFICAZIONE Quella di Perry non è l'unica voce critica. Sono tuttavia pochi coloro che in questi cinquant'anni hanno posto attenzione ai «disobbedienti». Eppure anche questi sembrano avere molto da dire. «C'è un punto preciso degli esperimenti in cui si concentra la maggior parte delle defezioni», spiega Dominic Packer, docente di psicologia della Lehigh University, in Pennsylvania, che ha ripreso in mano i dati originali. «Quando la scarica arriva a150 volt, quello è il punto di non ritorno: o il soggetto decide di continuare e di solito arriva fino al massimo, o abbandona l'esperimento proprio lì». MIND La pellicola che ricostruisce la storia degli esperimenti di Milgram è stata presentata al Sundance Film Festival nel 2015. A 150 volt l'apprendista pronuncia una frase specifica: «Lasciatemi andare! Voglio fermarmi». Fino a quel momento la vittima si lamenta, ma è solo a quel punto che esprime la sua volontà. «È cruciale: qui il volontario decide da che parte stare». Non sarebbe dunque l'espressione di dolore a influenzare le decisioni ma l'adesione o il rifiuto alla richiesta esplicita dell'apprendista. «Da che parte penderà poi questa decisione, se verso la vittima o verso il carnefice, dipenderà da quanto il soggetto si identifica con una o con l'altra parte». Alexander Haslam ha studiato a fondo i meccanismi di identificazione negli esperimenti di Milgram. «Sono fermamente convinto che questi esperimenti - ma anche quello di Zimbardo - anziché raccontarci qualcosa sull'obbedienza all'autorità ci svelano invece quanto i meccanismi di identificazione ci spingono a fare del bene per il nostro gruppo. Un bene relativo, ovviamente». Haslam ritiene che quello che lo sperimentatore faceva realmente durante le sessioni sperimentali era incoraggiare l'identificazione del soggetto con se stesso, o meglio con il «bene della scienza». «È vero che i partecipanti hanno ima scelta: l'identificazione con lo sperimentatore contro l'identificazione con la vittima. È quello che si vede in molte varianti degli esperimenti di Milgram». «C'è una tensione che è critica di ciò che succede»: secondo i resoconti dello stesso Milgram, in molte occasioni i volontari mostrano evidenti segnali di stress (sudano, sono tesi, fanno gesti nervosi) in risposta ai lamenti dell'apprendista, eppure in molti casi continuano con le scariche elettriche. «Abbiamo condotto esperimenti per capire quanto le persone sono incoraggiate a identificarsi con le due parti. In effetti è proprio questo che riesce a dare previsioni su quanto i soggetti sono disposti a fare del male». Se l'insegnante si identifica con lo sperimentatore continua con le scariche, se si identifica con la vittima si ferma. Non che Milgram non ne fosse cosciente. «È chiaro che queste erano cose a cui aveva pensato. Ci sono suoi appunti proprio a questo riguardo. Non sembra però che siano entrate a far parte della sua analisi formale. Tuttavia è chiaro che ha lavorato molto per incoraggiare i soggetti a identificarsi con lo sperimentatore». Per esempio nella maggioranza degli esperimenti il volontario non poteva vedere la vittima (ne sentiva solo i lamenti). Il contatto visivo avrebbe certamente amplificato la probabilità di identificazione, scatenando meccanismi empatici ben noti. «È una barriera percettiva piuttosto potente», spiega Giorgia Silani, neuroscienziata dell'Università di Vienna, esperta di studi sull'empatia. «Negli esperimenti la persona, la vittima, non si vede. Un paragone è quello di quando mangiamo la carne: se vediamo come viene ammazzato l'animale ci fa più impressione e siamo più portati a scegliere un'alternativa vegetariana. Se la compriamo al supermercato, il contesto è più asettico. Una cosa simile è probabilmente in atto negli esperimenti sull'obbedienza all'autorità: ci sono elementi che possono aumentare la deumanizzazione, ovvero non riconoscere la vittima come umana e quindi non simile a noi». Pur riconoscendo che talvolta Milgram non abbia comunicato fino in fondo alcuni aspetti del suo lavoro, Haslam non condivide l'idea di Perry che abbia deliberatamente mentito: «Se avesse voluto farlo non ci avrebbe lasciato tutto questo materiale. Infatti credo abbia riconosciuto che la sua analisi era limitata e che volesse che altre persone andassero a guardare con occhi diversi». NON TUTTO È PERDUTO Se c'è un punto

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: FEDERICA SGORBISSA
Date: 2020/07/01
Pages: 82 -

Web source:

in comune in molte delle critiche che sono state mosse a Milgram è che la sua interpretazione dei risultati è fin troppo pessimista. Se per Milgram l'incapacità di ribellarsi a ordini crudeli è parte della nostra natura, molti dei lavori di rianalisi e dei nuovi lavori sperimentali indicano che a certe condizioni ci si può invece sottrarre all'obbedienza cieca. È una buona notizia: se sappiamo come modulare queste condizioni, possiamo usarle per il bene di tutti. Le conoscenze potrebbero rivelarsi utili nel mettere a punto strategie per dissuadere i seguaci di ideologie violente, gruppi razzisti, fascisti, tifosi violenti, per rieducare giovani caduti sotto l'influenza di gruppi terroristici, contro la violenza di genere oppure omofoba, favorendo l'identificazione con le vittime o con la «parte opposta», piuttosto che con i propri leader o con il gruppo. «La leadership è una componente importante», spiega Haslam. «Lo è stata certamente negli studi di Milgram. È quindi vero che può essere messa in gioco una leadership alternativa che incoraggia le persone a comportarsi in maniera diversa». «Il modo in cui si rappresenta la forma della relazione fra gruppi in una data 88 L'ATTRICE WINONA RYDER (NELLA FOTO, CON PETER SARSGAARD) INTERPRETA SASHA, LA DONNA CHE MILGRAM CONOBBE PROPRIO DURANTE I SUOI STUDI E CHE DIVENNE SUA MOGLIE LETTURE Perry G., Behind the Shock Machine: The Untold Story of the Notorious Milgram Psychologg Experiments, The New Press, 2013. situazione o società è critico rispetto ai comportamenti che ci aspettiamo di vedere», continua lo scienziato. «Lo vediamo nel mondo reale: ovunque troviamo leader che dicono agli altri come trattare questo o quel gruppo. Possono anche essere nella direzione del bene, ma è spesso vero anche il contrario». Ognuno di noi è spinto a «fare del bene». Il problema è che spesso questo bene è relativo, perché significa favorire il gruppo al quale si sente di appartenere (e naturalmente questo ha un'origineDocumento o propaganda? II documentario Obedience, prodotto dallo stesso Stanley Milgram nel 1965 (con riprese effettuate nel 1962) oggi potrebbe essere definito un mockumentary, ovvero la ricostruzione di un documentario fatta come se le riprese fossero genuinamente prese dalle sessioni sperimentali originali. Molte delle situazioni che si vedono sono infatti state ricostruite appositamente per le riprese. Non mostrano dunque la verità degli esperimenti, ma momenti scelti e reinterpretati a posteriori. Questo però non era noto all'inizio e molti - e a lungo - hanno creduto che quanto si vede nel filmato fosse vero. Il documentario era inizialmente inteso per un uso interno alla Yale University, ma è stato poi largamente diffuso. Ancora oggi le sue varie versioni su YouTube contano diversi milioni di visualizzazioni. Il fraintendimento sulla sua veridicità permane, come dimostra Gina Perry in uno studio del 2015, dove non esita a definirlo «propaganda». Secondo la studiosa, Milgram è stato spinto a produrre questo documento a seguito dell'aspra polemica riguardo gli aspetti etici del suo lavoro che metteva a rischio il finanziamento del progetto da parte dell'Università (e in effetti che venne poi sospeso). Ognuno di noi è spinto a «fare del bene». Il problema è che spesso questo bene è relativo, perché significa favorire il gruppo al quale si sente di appartenere egoista: se favoriamo il nostro gruppo, finiremo per favorire noi stessi). Purtroppo in alcuni casi il bene di una certa parte è il male di un'altra. Questa logica «tribale» nel mondo moderno può fare danni enormi, come si è visto durante la seconda guerra mondiale. «Nell'esperimento di Milgram, se cambi la relazione tra i partecipanti e la vittima e fra i partecipanti e lo sperimentatore osservi un cambiamento nelle azioni dei soggetti». Allo stesso modo è possibile modulare il comportamenMIND to delle persone in situazioni reali. Pensiamo al caso dell'immigrazione e delle problematiche sociali che si creano in questo contesto. Nei paesi che accolgono i migranti - che fuggono da guerre o da situazioni disperate, quindi particolarmente fragili - si assiste ad azioni violente o discriminatorie verso lo straniero, commesse da gruppi organizzati o individui che, a volte non del tutto consapevolmente, simpatizzano con un'ideologia o una parte politica estremista. A favorire questi comportamenti c'è anche la mancanza di identificazione cón ciò che è estraneo, diverso. Si potrebbe quindi favorirla, magari attraverso una leadership «alternativa» in grado di guidarla. «La leadership è critica. I leader possono farti credere che agire in una certa direzione sia un bene per il nostro gruppo. Dobbiamo sapere che non c'è nulla di scritto sulla pietra», contrariamente a quanto suggeriva Milgram, «ed essere coscienti che non è inevitabile che il comportamento delle persone vada verso la violenza».

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: MARCO ANNICCHIARICO
Date: 2020/07/01
Pages: 90 -

Web source:

Il giorno della marmotta

I mesi successivi alla morte di mio padre sono stati per me i più difficili. I Per Lucia era come se non fosse successo nulla, aveva già dimenticato Sebastiano e tutti i deliri che gli provocava. Io avevo sostituito in tutto e per tutto mio padre come suo punto di riferimento ma iniziavo a essere in difficoltà. Soprattutto, iniziavo a vivere una solitudine ancora più grande rispetto a quella che avevo provato fino a quel momento. Gli esperti dicono che il caregiver familiare dovrebbe continuare a coltivare i propri interessi, dovrebbe staccare il più possibile e non annullare la propria vita sociale come spesso accade. Tutto giusto, ci mancherebbe. Ma come fare quando non c'è nessuno disposto a condividere il carico - fisico ed emotivo - del prendersi cura? Come fare quando non c'è nessuno che ti aiuta? Sento spesso parlare di rete di interventi di supporto alla famiglia ma, nella mia esperienza con Lucia, di questa rete non ho mai visto le maglie. Per Lucia sono riuscito ad attivare solo il servizio di Rsa Aperta ma, parliamoci chiaramente, davvero c'è qualcuno che crede che una o due ore alla settimana di terapia occupazionale possano aiutare il caregiver a staccare dalla sua quotidianità? 90 Dopo la scomparsa di mio padre mi sono scoperto abbandonato a me stesso. Se si escludono mia zia Lina e suo figlio Eugenio, non ho avuto altri parenti che mi siano stati accanto ad aiutarmi. Sono diventato invisibile come tanti altri caregiver che, da molto prima di me, sono in attesa di una legge che garantisca servizi e tutele. Ho dimenticato che cosa fossero le domeniche, le feste comandate, le ferie. Di colpo ho realizzato che la demenza non aveva cambiato solo la vita di Lucia ma anche la mia. Anzi, a pensarci bene, io una mia vita non ce l'avevo più. Vivevo di riflesso quella di mia madre. GIORNO DOPO GIORNO mi sono ritrovato da solo con una sofferenza che non sapevo come gestire. Mi sono sentito incompreso, sono stato criticato da parenti che non si facevano mai vedere e ho iniziato ad avere sensi di colpa per qualunque cosa facessi o non facessi per Lucia. Perché alla fine è questo che accade al caregiver: vive di sensi di colpa. Vive un sovraccarico di doveri e di emozioni che possono sfociare in attacchi d'ansia, irritazione, depressione, disturbi del sonno, stanchezza fisica e psichica. Tutte cose che si ripercuotono anche sul malato.Nei primi mesi del 2017 ho iniziato ad avvertire la fatica di un anno passato a gestire da solo entrambi i miei genitori. Io, però, invece di preoccuparmi della mia salute, ero preda dei continui sbalzi d'umore di Lucia e non mi accorgevo di essere quasi arrivato al limite. A pensarci adesso, credo che somigliassi un po' a Bill Murray nel film Ricomincio da capo. In quella pellicola, al risveglio, il protagonista rivive ogni volta lo stesso identico giorno. Come lui, dopo diversi tentativi frustranti mi sono ingegnato per sperimentare approcci diversi a questa unica e identica giornata ripetuta all'infinito che la demenza riesce a regalare. A CASA LE GIORNAT2 iniziavano tutte nello stesso identico modo. Mentre Bill Murray si svegliava con le voci di Sonny & Cher sulle note di IGot You Babe, io mi svegliavo con la voce di mia madre che entrava in camera e mi metteva fretta: «Ja, te vuo'move? Accussi ce neputimme turnà a casa». L'unica nota positiva è che, a differenza di quando c'era mio padre, Lucia non si svegliava più urlando perché qualcuno le aveva rubato i soldi, i fazzoletti o i grembiuli. Era diventata più tranquilmesi successivi alla morte di mio padre sono stati per me i più difficili. I Per Lucia era come se non fosse successo nulla, aveva già dimenticato Sebastiano e tutti i deliri che gli provocava. Io avevo sostituito in tutto e per tutto mio padre come suo punto di riferimento ma iniziavo a essere in difficoltà. Soprattutto, iniziavo a vivere una solitudine ancora più grande rispetto a quella che avevo provato fino a quel momento. Gli esperti dicono che il caregiver familiare dovrebbe continuare a coltivare i propri interessi, dovrebbe staccare il più possibile e non annullare la propria vita sociale come spesso accade. Tutto giusto, ci mancherebbe. Ma come fare quando non c'è nessuno disposto a condividere il carico - fisico ed emotivo - del prendersi cura? Come fare quando non c'è nessuno che ti aiuta? Sento spesso parlare di rete di interventi di supporto alla famiglia ma, nella mia esperienza con Lucia, di questa rete non ho mai visto le maglie. Per Lucia sono riuscito ad attivare solo il servizio di Rsa Aperta ma, parliamoci chiaramente, davvero c'è qualcuno che crede che una o due ore alla settimana di terapia occupazionale possano aiutare il caregiver a staccare dalla sua quotidianità? 90 Dopo la scomparsa di mio padre mi sono scoperto abbandonato a me stesso. Se si escludono mia zia Lina e suo figlio Eugenio, non ho avuto altri parenti che mi siano stati accanto ad aiutarmi. Sono diventato invisibile come tanti altri caregiver che, da molto prima di me, sono in attesa di una legge che garantisca servizi e tutele. Ho dimenticato che cosa fossero le domeniche, le feste comandate, le ferie. Di colpo ho realizzato che la demenza non aveva cambiato solo la vita di Lucia ma anche la mia. Anzi, a pensarci bene, io una mia vita non ce l'avevo più. Vivevo di riflesso quella di mia madre. GIORNO DOPO GIORNO mi sono ritrovato da solo con una sofferenza che non sapevo come gestire. Mi sono sentito incompreso, sono stato criticato da parenti che non si facevano mai vedere e ho iniziato ad avere sensi di colpa per qualunque cosa facessi o non facessi per Lucia. Perché alla fine

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: MARCO ANNICCHIARICO
Date: 2020/07/01
Pages: 90 -

Web source:

è questo che accade al caregiver: vive di sensi di colpa. Vive un sovraccarico di doveri e di emozioni che possono sfociare in attacchi d'ansia, irritazione, depressione, disturbi del sonno, stanchezza fisica e psichica. Tutte cose che si ripercuotono anche sul malato.accorgevo che era possibile riderci su. Come l'aneddoto dell'ultima volta che ho lasciato mia madre a dormire da zia Lina. Al mattino Lucia si è svegliata molto presto e si è vestita perché voleva tornare a casa sua a tutti i costi. Mia zia allora, per tenerla buona, le ha chiesto di fermarsi ancora un po' per aiutarla a fare i mestieri. Da quel giorno mia madre non è più voluta tornare a casa della zia. E quando le chiedevo come mai non volesse passare da sua cognata, lei che dimenticava sempre tutto, riusciva a ricordarsi che mia zia le faceva fare i mestieri. «Che ne sai tu? Mi mette a stirare le camicie. A me che sono pure più vecchia! Ma perché non si fa aiutare da qualcun altro? Se no, vuoi che lo faccio? Va bene, ma mi devi pagare, e che cavolo!». UN'ALTRA STORIA che mi è capitato di raccontare riguardava la prima volta in cui l'operatrice socio-sanitaria che si occupava dell'igiene di Lucia ha provato a farle la doccia. Ad alcuni miei amici la storia l'ha raccontata direttamente Lucia, orgogliosa e fiera: ha preso a pugni la donna e le ha strappato il grembiule. Non contenta, poi, ha impugnato una ciabatta e ha iniziato a colpirla più volte, con cattiveria, urlando a pieni polmoni. Ricordo ancora mia madre tutta sorridente quando mi diceva: «La dovevi vedere a 'sta puttanella di merda, ma gliel'ho fatta la sorpresa. Le ho detto "metti giù le mani, brutta zoccola!" e pamm, l'aggiapigliata a pugni. E perché se n'è uscita subito di casa, se no la portavo sulle scale e la buttavo ra sana!». Ogni volta che Lucia aveva a che fare con un nuovo operatore, mi veniva sempre la tentazione di giustificarla in anticipo, di dire che mia madre non era quella signora che imprecava, urlava e insultava a piena voce. Ma mi rendevo conto che loro non potranno mai sapere chi è mia madre, non potranno mai conoscere la Lucia che ho conosciuto io. E questo pensiero mi faceva passare la voglia di parlare. QUANDO DOVEVA VENIRE l'operatore cercavo di preparare Lucia all'idea di fare un bagno, «così poi siamo belli profumati e possiamo andare a trovare mammanonna Patiella!». Lei all'inizio si mostrava entusiasta ma poi cambiava atteggiamento e iniziava a prendersela anche con me che, secondo lei, ero il loro complice: «Tu dai ragione a loro perché sono troie, troje come te!». E, anche se smettevo di parlare e non rispondevo più alle sue provocazioni - anche fisiche - lei continuava senza sosta a dire che dovevo smetterla e me ne dovevo andare a quel paese. «Poverino, sta da solo, e tituppe e titera, e poi scopri che è stronzo. Chi cazzo vuoi che ti piglia a te che non sei capace a fare un cazzo? Non so perché t'hanno mandato qui a rompere le palle a me...». A me non restava altro che uscire di casa per qualche minuto, sperando che al mio ritorno a Lucia fosse passata. Portavo con me la sensazione di non essere capace, di non farcela più, di non avere più una vita, e nella mia mente si insinuava il tarlo che forse - come diceva qualche parente - mia madre stava davvero peggiorando per colpa mia. Così, spesso, mi capitava di ripensare a un verso di Hymnus ad Nocturnum, una vecchia poesia di Pier Paolo Pasolini: «O immoto Dio che odio / fa che emani ancora / vita dalla mia vita / non m'importa più il modo».

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics

Author: ANNA CLEMENS
Date: 2020/07/01
Pages: 94 -

Web source:

Dipendenti dalla pancia

L'intestino e i batteri che lo popolano possono rivelarsi utili per curare le dipendenze. Aprendo la strada a nuove terapie T utti i lunedì, all'ospedale di SaintLuc, a est di Bruxelles, arrivano quattro nuovi pazienti alcolisti. Per un periodo di tre settimane, i medici li seguiranno nel loro percorso di disassuefazione e li sosterranno con terapie psicologiche e farmacologiche. A differenza dei tipici programmi di disintossicazione, tra i12010 e il 2013 i medici della clinica hanno chiesto ad alcuni pazienti, all'inizio e alla fine del ricovero, il prelievo di un campione di feci. Le 90 persone prese in esame facevano parte di uno studio diretto da Philippe de Timary e Nathalie Delzenne, dell'Università Cattolica di Lovanio in Belgio, che mirava a capire se la flora batterica intestinale dei pazienti potesse influire sul desiderio di alcool. DIFFERENZE SIGNIFICATIVE Solo in Italia circa un milione di persone è dipendente dall'alcooll fumatori sono circa 10,5 milioni, senza contare i consumatori di droghe illegali e la percentuale di persone che soffrono di dipendenza da farmaci. Non solo le dipendenze sono molto diffuse, ma spesso il loro trattamento è lungo e difficile. Le sostanze in grado di indurre dipendenza attivano infatti il centro di ricompensa del cervello e lo stimolano a produrre neurotrasmettitori come la dopamina, che produce una sensazione di benessere. Il cervello si abitua velocemente alle ricompense e ne desidera in continuazione: in questo modo si sviluppa la dipendenza. Probabilmente in questo meccanismo entra in gioco un altro organo: l'intestino, insieme ai batteri che lo abitano. Nel nostro organismo vivono miliardi di batteri e funghi, che si trovano nell'apparato digerente, nella bocca, nella vagina e sulla pelle, formando comunità dinamiche. I ricercatori scoprono sempre più spesso indizi della possibilità che i microbi, nel nostro intestino, comunichino con il sistema nervoso centrale. La «flora batterica» è stata messa tra l'altro in relazione con l'insorgenza di autismo, morbo di Parkinson, schizofrenia, disturbi d'ansia e depressione. Oggi i ricercatori cercano di studiare anche il suo legame con le dipendenze. Tentando di scoprire come le alterazioni del microbiota possano influire sulle dipendenze e se, curando l'intestino, sia possibile migliorare la disassuefazione e la riabilitazione dei pazienti. All'inizio le ricerche hanno mostrato alcune differenze nella flora batterica intestinale di soggetti sani e soggetti con dipendenze. Nello stomaco dei fumatori, un esperimento ha rilevato un numero di specie batteriche maggiore rispetto a quello dei non fumatori In un altro studio è emerso che la flora batterica intestinale dei consumatori di cocana aveva una composizione diversa rispetto a quella di chi non faceva alcun consumo di droga. Nei topi, già un giorno dopo l'assunzione di morfina cresce la popolazione del batterio Enterococcus faecalis, un microrganismo in grado di provocare infiammazioni. Di pari passo diminuiscono i benefici lattobacilli. EVIDENTI ALTERAZIONI Finora l'elemento più studiato è stato l'influenza dell'alcool sulla flora batterica intestinale, umana e animale. Un team di ricercatori irlandesi e statunitensi ha descritto, nel 2017, come nell'intestino dei topi vi fossero meno ceppi batterici dopo che, per quattro settimane, i roditori erano stati costretti a inalare ripetutamente vapori alcolici. Anche nello studio presentato all'inizio, condotto nella clinica belga, alcuni dei partecipanti alcolisti mostravano una flora batterica intestinale sbilanciata. Costoro avevano inoltre pareti intestinali più permeabili. Le perizie psicologiche hanno mostrato che questi soggetti avevano una condizione di dipendenza dall'alcool mediamente più marcata: dopo tre settimane di disintossicazione avevano un maggiore desiderio di alcolici e più sintomi ansiosi e depressivi rispetto agli altri pazienti. Gli studiosi hanno ipotizzato che l'alterazione della flora batterica intestinale renda più permeabili le pareti intestinali. Le sostanze prodotte dagli enterobatteri potrebbero quindi raggiungere il resto del corpo attraversando la parete porosa e provocare infiammazioni. Secondo questa ipotesi, le infiammazioni arriverebbero al cervello superando la barriera ematoencefalica e compromettendo il benessere psichico dei pazienti. «Però bisogna fare attenzione», fa notare l'esperto di dipendenze Lorenzo Leggio. «I ricercatori hanno individuato una correlazione, che non equivale necessariamente a un rapporto di causalità». La maggiore permeabilità delle pareti intestinali e l'alterazione del microbioma, quindi, non sarebbero responsabili dei sintomi legati alla dipendenza e al processo di disassuefazione. 96 — L'AUTRICE Anna Clemens laureata in chimica e lavora come giornalista scientifica a Praga. Cinque anni dopo la pubblicazione dello studio non è ancora possibile dimostrare il meccanismo ipotizzato. Un'altra spiegazione di come il cervello e l'intestino comunichino anche in caso di dipendenza da alcool è legata al peptide grelina, noto come «l'ormone della fame». La grelina viene prodotta nello stomaco e nell'intestino e invia al cervello il segnale dell'appetito dopo un certo periodo di digiuno. In uno studio, i ricercatori hanno rilevato che gli alcolisti con elevati valori di grelina durante il processo di disassuefazione hanno un maggior desiderio di alcolici e una più frequente tendenza alle ricadute rispetto ai pazienti che presentano valori inferiori. In questo caso non c'è solo una correlazione. Come mostrato da Leggio e dai suoi colleghi dei National Institutes ofLe dipendenze nascono nel

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: ANNA CLEMENS
Date: 2020/07/01
Pages: 94 -

Web source:

cervello, tuttavia recenti ricerche indicano che l'intestino e i batteri che Io popolano possano contribuire alla loro insorgenza Le sostanze che danno dipendenza attivano il centro di ricompensa del cervello e lo stimolano a produrre neurotrasmettitori come la dopamina, che regala una sensazione di benessere (nell'immagine, microfotografia a luce polarizzata del neurotrasmettitore dopamina) Health di Bethesda, negli Stati Uniti, la grelina influisce sul desiderio di alcolici. Allo scopo, prima dell'esperimento i ricercatori hanno iniettato ai partecipanti, consumatori regolari di grandi quantità di alcolici, l'ormone grelina o un placebo: né i pazienti né i medici sapevano chi avesse assunto il primo o il secondo. Nelle successive due ore i soggetti potevano somministrarsi per via endovenosa la quantità di alcool che desideravano. I pazienti con un maggiore livello di grelina non solo consumavano più alcool, ma iniziavano anche prima. Al termine dell'esperimento i ricercatori hanno chiesto ai partecipanti di sottoporsi a risonanza magnetica per esaminare il loro cervello. Nel gruppo con valori elevati di grelina nel sangue hanno misurato una maggiore attività di MIND diverse regioni cerebrali: in una parte dell'amigdala collegata al consumo di alcool, nella corteccia orbitofrontale e nel nucleo accumbens, zone che si attivano quando si mangia. In futuro, Leggio e il suo gruppo di ricerca vogliono capire in che misura il microbiota influisce su questo effetto. La dopamina, neurotrasmettitore la cui produzione aumenta quando assumiamo droghe, può a sua volta interagire con la flora batterica intestinale. A dimostrarlo è stato uno studio pubblicato nel 2016 da Drew Riraly, psichiatra e neuroscienziato della Icahn School of Medicine al Mount Sinai Hospital di New York. I suoi collaboratori avevano cercato di capire, con alcuni test, in che modo le alterazioni della flora batterica intestinale potessero modificare il comportamento dei topi a cui veniva somministrata cocaina. Mentre l'alcool attiva vari sistemi cerebrali di ricompensa, la cocaina agisce soprattutto sul sistema dopaminergico. La droga impedisce che il neurotrasmettitore venga rimosso dalle sinapsi: nei consumatori è questo fenomeno che provoca il senso di euforia. TEST COMPORTAMENTALI Per i loro esperimenti, i ricercatori hanno suddiviso i topi in due gruppi. A uno hanno aggiunto antibiotici nell'acqua da bere, per ridurre la varietà di batteri nel loro intestino. Quindi hanno somministrato cocaina a entrambi i gruppi, per poi effettuare test comportamentali, iniziando dalla cosiddetta conditioned place preference, ossia la «preferenza di posto condizionata». Allo scopo hanno messo ogni topo in una gabbia speciale, divisa in diversi comparti. In uno dei comparti hanno somministrato ripetutamente cocaina all'animale. Quest'ultimo tendeva a fermarsi nell'area in cui aveva ricevuto lo stupefacente? Nei topi trattati con antibiotici sì, a patto che gli si fosse somministrata una dose di cocaina pari a 5 milligrammi per chilogrammo di peso. Raddoppiando la dose, i ricercatori non hanno individuato differenze tra i due gruppi di topi. Il perché rimane ancora da scoprire. In un test successivo gli studiosi hanno registrato il movimento dei topi dopo l'assunzione di cocaina. Spesso questa sostanza provoca infatti negli esseri umani e negli animali un comportamento iperattivo. Di nuovo, nei roditori si osservava una notevole differenza alle dosi più basse: i topi che avevano assunto antibiotici dopo l'assunzione di cocaina erano molto più attivi dei roditori del gruppo di controllo.Alcune sostanze prodotte dal tratto digerente, come la grelina e i prodotti metabolici della flora intestinale, modificano l'effetto di diverse droghe I ricercatori coordinati da Kiraly hanno quindi cercato di individuare modificazioni nel cervello dei topi e hanno constatato che, negli animali trattati con antibiotici e cocaina, alcuni geni nel nucleo accumbens erano più attivi rispetto agli altri gruppi. Questa regione cerebrale ha una funzione fondamentale nel sistema di ricompensa e nell'origine delle dipendenze. Tra i geni più attivi c'era anche quello che codifica il recettore della dopamina, e quindi influisce direttamente sulla produzione del neurotrasmettitore. Nel complesso i dati indicano che un'alterazione della flora batterica intestinale potrebbe peggiorare una dipendenza da cocaina. IL RUOLO DEGLI ACIDI GRASSI I ricercatori hanno ipotizzato che le molecole prodotte dai batteri, in particolare gli acidi grassi a catena corta, possano influenzare questo processo. I microbi della flora batterica intestinale producono questi acidi grassi dalle fibre assunte con l'alimentazione. Quando ai topi trattati con antibiotici, che avevano ricevuto la dose minore di cocaina, venivano somministrati anche acidi grassi a catena corta, l'effetto precedentemente rilevato scompariva. Nel test per misurare la conditionedplacepreference, all'improvviso gli animali si comportavano come quelli del gruppo di controllo. La dipendenza peggiora quando la tolleranza alla droga aumenta, perché l'organismo si abitua alla sostanza. Anche in questo fenomeno potrebbe esserci lo zampino del microbiota intestinale. Nel caso degli oppioidi, tra cui potenti antidolorifici su prescrizione medica come la morfina, l'ossicodone, il fentanyl e la buprenorfina, i ricercatori hanno dimostrato un effetto del genere. Dopo l'assunzione, la morfina viene metabolizzata dal fegato. Nell'intesti98 no i batteri la ritrasformano di nuovo in morfina, prima che raggiunga il cervello tramite il circolo sanguigno e là faccia sentire i suoieffetti Somministrando ai topi l'oppioide per un lungo periodo di tempo, proprio questi ceppi batterici vengono decimati. Di conseguenza gli animali avranno bisogno di una dose maggiore di antidolorifico per ottenere lo stesso effetto. Più morfina riceveranno, più

MIND
MENTE & CERVELLO

Newspaper metadata:

Source: Mind
Country: Italy
Media: Periodics
Author: ANNA CLEMENS
Date: 2020/07/01
Pages: 94 -

Web source:

batteri moriranno. PIÙ YOGURT, MENO ANTIDOLORIFICI Un team guidato da Sabita Roy, dell'Università di Miami, in Florida, intende spezzare questa spirale negativa. Si potrebbero usare i probiotici, in polvere o in yogurt, arricchiti di batteri vivi. I ricercatori stanno conducendo esperimenti per capire se una cura di microbi possa ridurre la tolleranza agli Il loro studio, pubblicato nel giugno 2019, ha dato risultati promettenti: per ottenere lo stesso effetto analgesico, i topi necessitavano di una quantità inferiore di morfina quando in precedenza avevano assunto un probiotico. Questo effetto si evidenziava anche nei roditori con alterazioni del microbiota, oltre che negli animali la cui flora batterica intestinale era intatta e a cui gli studiosi avevano preventivamente somministrato ceppi batterici benefici. Se un effetto simile venisse rilevato anche nell'uomo, avrebbe un grandissimo potenziale terapeutico: usando probiotici, i medici potrebbero ridurre la dose di morfina, riducendo anche il dolore. Inoltre, a un dosaggio inferiore si potrebbero attenuare i pesanti effetti collaterali della terapia con oppioidi. Anche i cosiddetti prebiotici potrebbero aiutare i pazienti nella disassuefazione dalle droghe. I prebiotici sono composti da fibre indigeribili per gli esseri umani, che tuttavia forniscono nutrimento a preziosi microrganismi. Queste fibre si trovano soprattutto nella frutta, nei cereali e nella verdura. Nei topi con danni organici prodotti dall'alcool, che assumevano ogni giorno 10 grammi di fiocchi d'avena per chilogrammo di peso corporeo, la permeabilità intestinale e i danni epatici regredivano. In un ulteriore studio condotto sugli animali è emerso che i prebiotici favoriscono la formazione di proteine che migliorano i sintomi della depressione e delle dipendenze. Tuttavia nonesistono ancora studi condotti su esseri umani dipendenti dall'alcool. Se e come i batteri intestinali favo - riscano le dipendenze a un argomento molto discusso. Non tutti i ricercatori, infatti, sono convinti del collegamento tra le due cose. »Il campo delle ricerche e diviso da una spaccatura», dice Leggio. Da una parte ci sono i ricercatori che individuano qualsiasi tipo di associazione tra patologie e flora batterica intestinale. «Alcuni sostengono che it microbiota abbia una parte rilevante nel decidere se farci una birra o mangiare una fetta di dolce». Alcuni, al contrario, tendono allo scetticismo: gli studi esistenti, infatti, non sono stati in grado di fornire indicazioni sul modo in cui la flora batterica intestinale possa controllare i processi patologici. Inoltre molti risultati si basano su studi condotti sugli animali, e non possono essere automaticamente trasferibili agli esseri umani. Lo stesso Leggio a interessato soprattutto all'utilita pratica dei possibili effetti. «Non sono solo un ricercatore, ma anche un medico» dice. «Vorrei aiutare i miei pazienti». Sulla base dei risultati delle sue ricerche, secondo le quali it desiderio di alcool aumenta di pari passo con la concentrazione di grelina nel sangue, it suo team sta esaminando una sostanza che si lega ai recettori della grelina e li blocca. Cie dovrebbe contrastare la dipendenza e sostenere i pazienti nel percorso di disassuefazione. In uno studio preclinico, i ricercatori hanno esaminato 12 persone che assumevano grandi quantity di alcolici, per capire se it farmaco potesse essere assunto senza rischi insieme all'alcool. I soggetti non solo hanno ben tollerato it medicinale, ma hanno anche percepito un minore desiderio di alcool. «I risultati sono promettenti, ma c'e molto lavoro da fare» spiega Leggio. Oggi it suo gruppo sta testando it farmaco che blocca la grelina in uno studio di maggiori dimensioni. Ma la strada che porta verso la vendita del farmaco a lunga e difficile: per un'autorizzazione potrebbero servire ancora dai cinque ai dieci anni, ammesso che fl principio attivo mantenga it suo effetto anche nei test clinici. n

Libero

Newspaper metadata:

Source: Libero
Country: Italy
Media: Printed

Author: COSTANZA CAVALLI
Date: 2020/07/02
Pages: 21 -

Web source:

A furia di stare connessi le tante vite di Yul Brynner abbiamo paura di tutto

Nel suo saggio il neurologo Sorrentino spiega che bisogna distinguere tra rischio e pericolo: il primo ci tiene svegli, il secondo ci fa naufragare Il filosofo inglese del Seicento Thomas Hobbes aveva individuato nella paura l'elemento che, in connubio con la ragione, porta l'uomo a cercare la socialità e la pace, 150 anni dopo il collega tedescoHegel neavevafatto uno dei perni del suo sistema filosofico, la paura era perluila "costituente" per la costruzione dell'essere umano;einfine, nel Novecento, lo scrittore Jean Paul Sartre nel romanzoLa nauseane ha dato una versione "postmoderna", la più vicina a noi, quando il protagonista Roquetin scopre una particolare angoscia mentre, osservando le radici di un castagno sotto la panchina sulla quale è seduto, ogni coscienza degli oggetti intorno a lui si dissolve nella visione "spaventosa e oscena" di una materia unica, informe e senza delimitazioni. Èforse questa, quest'ultima s'intende, l'eredità che ci ha lasciato il trimestre di Covid-19? Certamente, con la complicità dei media, tradizionali e social, abbiamo condiviso, pur senza più incontrarci, una improvvisa e catastrofica perdita delle certezze quotidiane e del controllo delle cose; e altrettanto certamente gli ultimi 70 anni di pace e tutto sommato prosperità hanno dissoltogli anticorpi psichici che avevano temprato le generazioni cresciute durante le guerre mondiali. Queste sono le premesse che stanno alla base del volume del neurologo e divulgatore scientifico Rosario Sorrentino La paura ci può salvare (Solferino, 133 pagine, 12,50 euro): «Oggi non abbiamo macerie dacui rinascere»,eneabbiamo scoperte altre con cui conviviamo: «Medici e infermieri pagati male e senza protezioni, ricerca scientifica all'angolo», e poi milioni di frigoriferi vuoti al sud, carceri in condizionipenose, politici in stallo, lo strazio di morire senza nessunoaccanto e quello di chi non ha potuto star vicino a chi moriva. IL DOPO La paurain cui viviamoè stata amplificatadalla combinazionedella sovraesposizionemediatica e dall'essere tuttiin casa con il televisore acceso, a sgranare il rosario della conta dei morti, dei contagi vip (che dovevano essere degliintoccabili e invece no). Oggi abbiamo paura del dopo, «della porta che si aprirà, del lavoro che non troveremo come lo abbiamo lasciato», e così è dura da ingoiare «l'idea che sulla maniglia del portone di casa si annidi un nemico invisibile che possa compromettere in un batter d'ali la nostra vita, il nostro quotidiano, la nostra libertà». PERICOLO E RISCHIO Allora, che cosa fare? Non è un caso che alcuni libri che Sorrentino ha scritto abbianoil panico come soggetto. Uno di questi ha per sottotitolo «una bugia del cervello che può rovinarci la vita», una dozzina d'annifa,in tempi non sospetti. Questo nuovo volume è un passo avanti, individuala strada dapercorrere nel "cavalcare" la pauraedomarla conlearmi della ragione: ed ecco che dopo Sartre-Lockdown si rivede Hobbes-Fase3. Sorrentino procede infatti rifacendosi alle osservazioni del sociologo Niklas Luhmann, il quale aveva stabilito la fondamentale distinzione fra pericolo e rischio. Percepiamo un rischio quando un potenziale danno futuro dipende dal noi stessi; percepiamo il pericolo quando il potenziale danno è legato a cause esterne o decisioni di altri. Secondo Luhmann la società tende sempre di più, ed è un bene, a percepireilfuturo in termini di rischio anziché di pericolo. Tornando a noi, Sorrentino sottolinea che i cittadini vivono il Covid come pericolo per loro stessi, i politici come rischio per la società, per l'economia, perlaloro popolarità. La difficoltà sta allora nei processi di comunicazione, che devono spingere sul rischio e non sul pericolo, che devono essere efficaci, credibili, creare fiducia. È una parola: i virologi litigano, le procure indagano, i giornali scrivono una cosa e il suo contrario. Come gestire il rischio, e cosìallontanareil pericolo? Secondo Sorrentino è un lavoro individuale, «seguire le prescrizioni sanitarie e le limitazioni sociali», e collettivo, con «la condivisione del rischio per ridurre il rischio. Solo così dallo stato di percezione di pericolo che crea ansia, panico, angoscia, passeremo alla percezione del rischio», una condizione gestibile e migliorabile. Nonostantelecommunity,gli streaming, Instagram, la connessione globale, abbiamo perso la nostra natura politica, di appartenenti alla polis, alla comunità. L'occasione che ci viene offerta dalla tragedia della pandemia è, dice Sorrentino, che la paura ci salvi perché «ha creato la più grande piattaforma social», planetaria,fatta di impulsi cognitivo-emotivi, pericolo, angoscia, indiscutibile e uguale per tutti, che ci salverà sela sapremo amministrare. Forse ci ha già disintossicato damolti bisognifalsi, e, costringendoci a essere educati e organizzati negli spazi comuni, può placare l'arroganza, ridimensionare le ossessioni e l'autoreferenzialità finora tipiche del nostro modo di vivere. Insomma, potrebbe migliorarcila vista spingendoci aguardare più in là dell'happy hour. © RIPROD