

Sommario

Si descrive la relazione terapeutica propedeutica e fondamentale per la proposta di un'attività riabilitativa.

Qualsiasi attività proposta come riabilitativa privata da una relazione terapeutica significativa corre il rischio di essere un dignitoso intrattenimento sia nel senso di un'azione piacevole per far passare il tempo sia nel senso primario etimologico di "tenere dentro".

L'attenzione e la cura verso l'attività non può considerarsi il fine della riabilitazione bensì uno strumento per la realizzazione di quello che rimane la centralità nei nostri luoghi di cura: la persona con il suo progetto.

Riabilitazione

Il lavoro che spesso nei nostri centri siamo chiamati a fare consiste nell'abilitare e nel riabilitare finalizzati a riattivare quel volano evolutivo che la presenza della psicopatologia mantiene sospeso nel tempo. Ciò implica non soltanto la dimensione di un progetto terapeutico condiviso con l'utente, la sua famiglia e l'equipe terapeutica ma soprattutto l'instaurarsi di quella particolare relazione definita terapeutica.

Ma quali sono le caratteristiche che rendono una relazione terapeutica, cioè tale da favorire e in alcuni casi motivare quei cambiamenti nella persona che lo porti verso una maggiore emancipazione?

Per provare a dare una risposta a questa domanda ci siamo confrontati con gli attori della riabilitazione, gli stessi utenti del nostro Centro Diurno.

Caratteristiche della relazione terapeutica

Gli stili

Dalla discussione avuta all'interno del centro diurno emergono due tipi di relazione:

- A. Operatore cuore in mano, colui che è disponibile all'ascolto, farebbe di tutto per rispondere ai bisogni/richieste dell'utente ;
- B. Operatore cuore di pietra, apparentemente meno disponibile all'ascolto, alla comprensione, non sembra rispondere a quella richiesta di attenzione che l'utente sente di avere bisogno o quantomeno si aspetta dall'operatore;

L'atteggiamento A sembra essere maggiormente rispondente ai requisiti di una relazione calda e accogliente. Lo stesso gruppo degli utenti però riconosce come in tale relazione vi sia l'assenza di uno stimolo al cambiamento, mantenendo lo status quo e una dipendenza affettiva con l'operatore;

L'atteggiamento B per quanto percepito spigoloso, viene comunque riconosciuto come maggiormente terapeutico, "ti stimola a responsabilizzarti, a fare di meglio di quanto attualmente si faccia. Ci sentiamo trattati alla pari ma si hanno delle aspettative a cui penso di non essere all'altezza"

Gli atteggiamenti

- Il gruppo evidenzia come elemento particolarmente significativo anche i “toni” che si usano nella comunicazione sia verbale che non verbale, “so che mi devo svegliare ma se la sveglia ha un tono sgradevole è un modo, se ha un suono melodioso ve n’è un altro”;

Competenza specifica dell’operatore sembra allora essere quella di modulare i toni affinché si possa instaurare una relazione terapeutica. Spesso però gli operatori rischiano di non cercare più alcun tono se quelli usati prima risultano inefficaci.

Ma è solo allora una questione di stili e di giuste tonalità?

A questo punto è stato interessante verificare la percezione degli utenti, del perché malgrado vi possano essere “toni non giusti” la loro partecipazione al Centro si mantiene costante.

L’unanimità delle risposte è stata “qui troviamo aiuto”. In particolare, indipendentemente dai toni, la possibilità di sperimentare una relazione empatica che favorisca la percezione emozionale dell’altro sia particolarmente efficace. La percezione di una vicinanza emotiva che è capace di percepirmi determina i reali cambiamenti che si verificano negli atteggiamenti verso se stessi, verso gli altri, e che di conseguenza si riflette in ambito comportamentale

Conclusioni

- In conclusione è fondamentale che all’interno della relazione operatore-utente si percepisca quel coinvolgimento e quell’interesse verso la persona. Ciò appare elemento fondamentale da parte dell’utente che gli consente poi di contestualizzare meglio toni e stili assunti dall’operatore.
- A questo punto rimane un’ultima e fondamentale considerazione: la percezione dell’operatore all’interno di una relazione terapeutica. Quanto ciascuno di noi è consapevole e in grado di riuscire ad elaborare e gestire la svariata gamma di emozioni che ogni relazione ci suscita, e ciò può favorire o impedire l’instaurarsi di una relazione terapeutica.