

Caring corporeo

Laboratorio esperienziale per persone con diagnosi psichiatrica



Le tecniche di tocco-massaggio e di caring corporeo contribuiscono a favorire la relazione di fiducia tra operatore e paziente, ad alleviare le tensioni, a controllare lo stress, a sviluppare strategie di resilienza e di auto-cura. Nella pratica terapeutica e riabilitativa, la cura del corpo rappresenta un elemento qualificante soprattutto quando la dimensione verbale risulta impedita o ostacolata dalla situazione clinica o esistenziale della persona assistita. In tale situazione il rapporto mediato dal contatto e dall'accudimento corporeo aiuta la persona a “ritrovarsi” e talvolta a “generare parole” per comunicare e fornire un significato alla propria esperienza di malattia. In pratica prendersi cura della dimensione corporea veicola messaggi che le parole in alcuni momenti non possono comunicare.

**Dipartimento
Salute Mentale**



OBIETTIVO - Promuovere nelle persone inserite nel laboratorio il benessere psico-fisico e il riconoscimento e l'adozione di strategie di coping e autocura.

OBIETTIVI SPECIFICI - Il laboratorio esperienziale si propone i seguenti obiettivi specifici: favorire/rinforzare la relazione di fiducia e l'alleanza terapeutica; ridurre i livelli di ansia e stress; incrementare la percezione di benessere soggettivo; individuare strategie di resilienza e di auto cura; ridurre e/o eliminare alcune manifestazioni come dolore e contratture muscolari, cefalea ed emicrania, disturbi del sonno, disturbi della digestione e dell'eliminazione ecc.

DESTINATARI - Utenti afferenti al DSM, di tutte le età e in fase di compenso clinico, che presentino una o più problematiche nelle aree sopra evidenziate: ritiro sociale; deficit della cura di sé; manifestazioni quali: alterazione del ritmo sonno-veglia, ansia, dolore, lamentele somatiche e alcuni effetti correlati alla terapia farmacologica come stipsi, ritenzione idrica, disturbi gastro-intestinali e rigidità muscolare.

RISULTATI ATTESI - L'utilizzo del tocco in modo intenzionale e modulato, rispetto ai bisogni della persona assistita, migliora il rapporto di fiducia e l'alleanza terapeutica tra curato e curante; genera una sensazione di benessere reciproco; produce effetti benefici sul piano clinico (es: riduzione dei livelli di ansia, stress, demoralizzazione,...); sul piano sociale (migliora la percezione e la cura di sé, favorisce l'autonomia, sviluppa la capacità di riconoscere, nominare e comunicare vissuti ed emozioni,...); sul piano soggettivo (permette l'apprendimento di strategie di coping e autocura).

VALUTAZIONE – La valutazione degli outcomes, nel campo della salute mentale, presenta aspetti complessi ma è fondamentale al fine di adottare strategie terapeutiche di documentata efficacia; a tal scopo è stato scelto un approccio quali-quantitativo attraverso il colloquio e l'utilizzo di scale di valutazione validate o costruite ad hoc per esplorare: gli items al momento della presa in carico; i benefici relativi a ciascuna area di disagio “trattata” - Questionario di Valutazione dell'Efficacia dei Trattamenti, costruito ad hoc sulla base della letteratura specific; il miglioramento del livello di resilienza - Resilience Scale di Wagnild & Young, 1993; il confronto tra gli items al momento dell'inizio e alla fine dell'intervento – Questionario sullo stato di salute - SF-36 (V1) Standard.