

"La terapia comunitaria sistemica integrata" per promuovere la resilienza nelle persone in situazione di difficoltà

Norma De Piccoli, Università degli Studi di Torino, Facoltà di psicologia; Rita Longo, DoRS.

Il 15 novembre 2011 presso la Facoltà di Psicologia dell'Università di Torino si è svolto un seminario sulla "Terapia Comunitaria Sistemica Integrata", condotto dalla prof.ssa Miriam Rivalta e dalla dott.ssa Maria del Pilar. Si tratta di un approccio ai problemi umani e alla sofferenza psicosociale che nasce nel 1987 quando il prof. Adalberto Barreto, etnopsichiatra, viene a contatto con la comunità di un quartiere degradato nel nord est del Brasile e avvia un'attività di accoglienza e responsabilizzazione a livello locale; il risultato di quell'esperienza è una metodologia di lavoro che da circa un ventennio viene utilizzato in America latina e, più recentemente, anche in altre parti del mondo.

Il seminario, organizzato dalla prof.ssa Norma De Piccoli, era rivolto a coloro che sono interessati, per ragioni professionali, umane ed etiche a forme di intervento mirate allo sviluppo delle potenzialità delle persone che si trovano in situazioni di disagio psicosociale.

Il seminario ha avuto un taglio teorico-pratico: sono stati illustrati la storia e gli approcci teorici, e i partecipanti hanno avuto la possibilità di sperimentare le modalità di intervento attraverso lo svolgimento di un vero e proprio incontro di terapia comunitaria, condotto dalle due relatrici, con la collaborazione di due terapeuti francesi, membri dell'associazione europea di terapia comunitaria sistemica integrata (curatori della versione francese del testo base di A. de Paula Barreto).

La terapia comunitaria è uno strumento che:

valorizza l'impegno / sforzo che ogni persona fa per superare le proprie sofferenze o tentare di risolverle

valorizza più il processo che il risultato

mira a contrastare il sentimento di isolamento sociale e culturale del singolo

è un incontro che mira a fornire supporto alla persona in situazione di difficoltà

è un momento di ascolto e narrazione che dà maggiore forza per affrontare la vita quotidiana

In questo senso, la terapia comunitaria propone un cambiamento di ottica, in quanto cerca di non dare soluzioni preconfezionate, nella convinzione che ognuno debba sentirsi libero dalla pressione del punto di vista dell'altro, diventando in un certo senso "terapeuta di se stesso".

Paulo Freire (uno dei riferimenti teorici della terapia comunitaria) affermava che "la vita è una scuola aperta 24 ore su 24". Ciò vuol dire che bisogna valorizzare ciò che apprendiamo all'esperienza, e fa dialogare i due saperi complementari (scienza e vita, cioè le competenze degli specialisti e le abilità o debolezze che le persone scoprono in relazione alle proprie sofferenze e alle proprie modalità reattive).

Questo tipo di terapia rientra a pieno titolo tra quegli approcci che promuovono la resilienza delle persone, in quanto idea di fondo è che ognuno debba avere l'opportunità di mettere in atto dei cambiamenti, grazie al supporto rappresentato dalle narrazioni delle esperienze (pratiche ed emotive) degli altri membri della comunità; altri riferimenti teorici sono la corrente umanistica (cfr. C. Rogers e A. Maslow, anni '50 e '60), l'empowerment (cfr.

Wallerstein, 2006), l'approccio salute genico, il modello delle coping skills.

Alcuni studi inerenti l'efficacia della terapia comunitaria - comunemente applicata all'interno dei servizi sanitari pubblici brasiliani - hanno evidenziato in alcuni casi una riduzione dell'assunzione dei farmaci, ad esempio nei pazienti caratterizzati da stati ansiosi e depressivo (cfr. "Terapia Comunitaria como abordagem complementar no tratamento da depressão: uma estratégia de saúde mental no PSF de Petrópolis", 2010, tesi di laurea di Ana Lucia Costa A. Silva, scaricabile in lingua portoghese dal sito di ABRATECOM, Associazione Brasiliana di Terapia Comunitaria, al seguente link:

<http://www.abratecom.org.br/publicacoes/01-Discertacoes/index.asp>)

Alcune note politico-tecniche:

la terapia comunitaria si applica a "gruppi aperti", cioè rivolti a persone non omogenee, e a "gruppi specifici" rivolti a categorie precise (ad es. alcolisti, immigrati, donne vittime di maltrattamento, adolescenti problematici).

In Brasile, da alcuni anni, viene praticata regolarmente all'interno dei servizi pubblici di salute mentale grazie all'istituzionalizzazione recente da parte del locale ministero della salute, che ha promosso una formazione nazionale che ad oggi ha coinvolto 2.500 operatori (con il supporto pratico e organizzativo delle locali municipalità): questo numero di terapeuti è purtroppo insufficienti rispetto al numero di utenti dei servizi pubblici. L'istituzionalizzazione di questo modello di intervento ha fatto sì che le terapie comunitarie siano costantemente monitorate per verificare i vantaggi per la popolazione.

Dal Brasile (in cui viene utilizzata da circa 25 anni) si è diffusa in questi ultimi anni anche in Europa (200 i professionisti formati sino ad oggi), specificamente in Francia (a Grenoble c'è un gruppo di psicologi e psichiatri molto attivo nei servizi pubblici), e in Svizzera; pare che ci siano delle possibilità anche in Spagna e in Italia (a Bologna dovrebbe partire un corso di formazione nel 2012).

Negli ultimi anni l'ambito di applicazione della terapia comunitaria si è spostato dalla cura/salute mentale all'interno del settore dell'assistenza sociale e delle scuole (educazione).

E' stata creata un'associazione europea, con sede a Grenoble, in Francia: AETC - Association Européenne de Thérapie Communautaire intégrative (sito in fase di costruzione)

Per ulteriori approfondimenti relativi all'approccio:

testo base di riferimento, in lingua portoghese: "Terapia comunitaria passo a passo", di Adalberto de Paula Barreto, ediz. Fortaleza/Brasil, Grafica LCR 2005 (traduzione in lingua francese: "Thérapie communautaire pas à pas", a cura di J.P. Boyer, C. Fénéon, e N. Hugon, ediz. AETC);

<http://www.4varas.com.br/> sito brasiliano del Movimento Integrato di Salute Mentale Comunitaria

<http://abratecom.org.br/blog/?tag=therapie-communautaire> sintesi - tradotta in francese - dell'intervento del prof. Barreto alla

conferenza intercontinentale sulla salute mentale, Lyon, 19 - 22 ottobre 2011 (scaricabile dal sito di ABRATECOM, insieme a un gran

numero di articoli scientifici, tesi, monografie, ecc. in lingua portoghese);

<http://www.sipco.it/newsletter.html> presentazione del seminario di Torino, a cura della prof. Norma De Piccoli, scaricabile dal sito della SIPCO, società italiana di psicologia di comunità, sezione Newsletter (numero 24, dicembre 2011, pagg. 17 - 19)

