

Agopuntura auricolare integrata nella cura del tabagismo: il resoconto di un'esperienza.

*Centro per la Prevenzione e la Riabilitazione nelle Dipendenze Patologiche - USL 4 Enna
Carmelo Percipalle, Santino Vitale.*

Il progetto sperimentale di integrazione della metodica ACUDETTOX con le altre terapie non convenzionali in uso nel Centro per la Prevenzione e Riabilitazione nelle Dipendenze Patologiche (CPR), nasce da una programmazione aziendale che si propone il potenziamento delle attività dei SERT, anche impiegando tecniche olistiche e non convenzionali, avvalendosi, quindi, di fondi specifici allo scopo erogati.

Questo lavoro è il resoconto di una esperienza, ancora in fase iniziale, che nasce, appunto, dall'integrazione della metodica di agopuntura auricolare, ACUDETTOX, con le altre tecniche ed, in particolare, con i trattamenti di gruppo.

Si tratta di un tentativo che promette sviluppi significativi e che consente di dare una risposta alle richieste, serie e motivate, di chi vuole smettere di fumare e chiede di essere aiutato in tal senso.

Una parte fondamentale del nostro trattamento prevedeva l'integrazione con metodiche gruppali e, in particolare con la psicosintesi di gruppo.

Il gruppo in psicosintesi tende a rappresentare una realtà a se stante, creando i presupposti per attivare una nuova coscienza di gruppo. Nel contesto del programma di disassuefazione dal tabagismo, la metodica psicosintetica deve adattarsi a richieste e condizioni specifiche.

Questa non è un'esperienza di psicoterapia di gruppo in senso stretto, in quanto chi vuole smettere di fumare non necessariamente deve o vuole iniziare una psicoterapia di gruppo o individuale.

È qualcosa di più di un'esperienza di counselling di gruppo, in quanto deve, comunque, determinare un cambiamento che parte da una presa di coscienza precisa e dall'assunzione di responsabilità riguardo al proprio stato di salute. La motivazione al cambiamento deve essere presente e la metodica integrata può sostenere questa scelta.

È un gruppo coordinato da un terapeuta (con la presenza di un eventuale coterapeuta), che si connota come un gruppo aperto (nel senso che consente agli utenti di inserirsi anche quando i gruppi sono già iniziati) che prevede un numero limitato di sedute (secondo scelte condivise nel gruppo), almeno 4.

Il gruppo deve essere formato da un numero minimo di 3 persone.

Lo scopo principale delle sedute di psicosintesi gruppale è individuare e smascherare la subpersonalità del fumatore, fino al punto di svuotarla di energie e di significati. In questo contesto l'obiettivo è analogo alla psicoterapia psicosintetica di gruppo per tossicodipendenti che pone la sua enfasi sulla subpersonalità del "tossico" per emarginarla.

L'autosservazione distaccata è la prima tecnica che viene insegnata al gruppo e sperimentata per individuare le parti disfunzionali (subpersonalità tossiche) e per imparare a sostituirle con subpersonalità più mature e più integrate. Il gruppo sostiene queste scelte e indirizza verso un iniziale cambiamento dello stile di vita del singolo. In quest'ambito e con queste limitazioni, la volontà focalizzata del gruppo agisce da potente meccanismo in grado di favorire le scelte del singolo.

Quasi tutti gli utenti hanno risposto positivamente al trattamento, ottenendosi una significativa riduzione del consumo di tabacco da fumo che ha portato, in alcuni casi, alla sua sospensione definitiva.

I primi risultati sono stati, quindi, interessanti e ci incoraggiano a proseguire in questo tentativo, sempre in un'ottica olistica.