

PSICOTERAPIA IN PRATICA

Eleonora Campolmi
Lindita Prendi

LA TERAPIA PSICOLOGICA IN ONCOLOGIA

L'APPROCCIO BREVE STRATEGICO
TRA MENTE E MALATTIA

 GIUNTI

L'editore si dichiara disponibile a regolare eventuali spettanze per quelle immagini di cui non sia stato possibile reperire la fonte.

È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa con qualsiasi mezzo, se non espressamente autorizzata dall'editore.

www.giuntipsy.it
www.giunti.it

© 2019 Giunti Psychometrics S.r.l.
Via Fra' Paolo Sarpi 7/A, 50136 Firenze – Italia
Prima edizione: gennaio 2019



Stampato presso Rotolito Lombarda S.p.A. – Pioltello (MI)

Com'è sorprendente e inaspettato il cambiamento che subiamo col passare del tempo! Mutamento interno ed esterno. Esteriormente si trasforma l'aspetto quasi da non riconoscersi, gonfiano alcune parti del corpo, si rilassa la pelle del volto, le guance ricadono sulla bocca, le grinze agli occhi, il sottomento si allunga come un gozzo, l'addome aumenta di volume. Guardandosi allo specchio (avendo nella mente un ricordo giovanile) non crediamo ai nostri occhi, quello che vediamo è che sembriamo un altro. Il mutamento peggiore con l'avanzare dell'età è quello interiore. L'esuberanza giovanile, la forza di avanzare nella vita, il desiderio di creare, di sollecitare, l'entusiasmo per le cose che si propongono davanti a noi, amare, gioire, senza curarsi di ciò che può accadere. Tutto è possibile! Nulla ci può fermare o ostacolare, l'intento propositivo è molto forte. Progetti che sollecitano la fantasia insieme alla compagna, o al compagno, per realizzare un'impronta di vita duratura come se tutto continuasse senza mai finire. In questa contemplazione la fine non è mai considerata, né pensata, anzi... è tutto lontano, non ci riguarda, ho tanta vita davanti a me che voglio realizzare progetti, conoscere, mi interessa ogni cosa, scoprire il fascino di ciò che mi circonda. Poi all'improvviso senza preavviso tutto crolla, tutto cambia, tutto diventa una realtà cruda, il tempo, questo misterioso orologio, che scandisce silenzioso il battito della vita, segna inesorabile il suo passare. Gli eventi si sono susseguiti con rapidità, ogni cosa che volevamo realizzare è corsa via senza che noi ce ne accorgessimo, le forze vengono sempre meno, l'entusiasmo, la gioia, l'apprendimento sono rimasti solo parole del vocabolario, non sono più parte di noi. L'abbandonarsi a riflessioni interiori è di consuetudine quotidiana, il passo del tempo ti fa capire che la fine, quella che non avresti mai considerato, è vicina. La stanchezza dell'animo pesa ed è un peso che non riesci più a sopportare, l'unica forza che ti rimane è l'amore che ti ha unito alla tua compagna, o al tuo compagno.

Mario Busi

Indice

Premessa <i>di Giorgio Nardone</i>	IX
Introduzione	3
Capitolo 1 Psiconcologia: un breve excursus	7
Capitolo 2 Le fasi della malattia	27
Capitolo 3 L'approccio strategico in ambito oncologico	35
Capitolo 4 Principali strategie di intervento	51
Capitolo 5 Alla fine del viaggio: la gestione strategica del lutto <i>di Francesca Luzzi</i>	67
Capitolo 6 Casi clinici	79
Ringraziamenti	93
Bibliografia	95

Premessa

L'intervento psicologico nei confronti di qualcosa che sappiamo essere, con molta probabilità o addirittura con certezza, incurabile e che condurrà alla morte del soggetto rappresenta una delle sfide più ardue nell'ambito delle psicoterapie. Difatti questa muove da una prevedibile, quanto cocente, frustrazione che richiede, da parte di chi la esercita, la capacità di assorbire tale potente urto emotivo e, al tempo stesso, di essere in grado di dare al paziente quel supporto psicologico che sia in grado di alleviare le sue sofferenze, così come di offrire ai familiari strategie concrete per accettare e assorbire la perdita, senza subire i possibili devastanti effetti.

Nella tradizione della medicina, di solito, questo tema viene affrontato senza tecniche specifiche, lasciando che la naturale "compassione" svolga il suo ruolo e che i familiari "naturalmente" metabolizzino il lutto. Le autrici di questo toccante, quanto utile, testo, invece, presentano una modalità di gestire questa delicata e sofferta fase della vita con estrema perizia e attenzione e, attraverso l'applicazione di strategie specifiche e modi di comunicare pensati per il singolo paziente, creare quell'atmosfera psicologica in grado di sostenere e aiutare sia il paziente sia la sua famiglia.

Sono personalmente grato a loro, perché, essendo tutte mie allieve, hanno saputo confrontarsi con coraggio e determinazione con un ambito il più delle volte evitato e rimosso proprio da chi si occupa di aiutare le persone a superare i loro disagi, realizzando un'opera che si distingue per la sua enorme utilità tecnica quanto per la commovente umanità.

*Giorgio Nardone
Direttore del Centro di Terapia Strategica
Arezzo, novembre 2018*

LA TERAPIA PSICOLOGICA
IN ONCOLOGIA

Introduzione

Dopo l'operazione chiesi di vederlo. A colpo d'occhio sembrava una pallina di marmo, innocua, quasi graziosa. Dopo alcuni giorni, lo esaminai al microscopio, e mi resi conto di che cosa fosse capace riproducendosi.

Capii che avevo un nemico dentro di me: un alieno, che ha invaso il mio corpo per distruggerlo. Ora abbiamo un rapporto di guerra: lui vuole ammazzarmi, io voglio ammazzare lui...

Oriana Fallaci

La malattia cronica grave in generale e, nello specifico, nel cancro, può produrre nei diversi individui una serie di reazioni psicologiche che si esprimono attraverso fenomeni di attivazione biologica, di vissuti soggettivi e di reazioni comportamentali. Diverse sono le discipline e le scuole di pensiero che si sono occupate della presa in cura del paziente oncologico dal punto di vista bio-psico-sociale, dove si intersecano obiettivi che comportano l'utilizzo di modelli d'intervento specifici (Grassi, Biondi, Costantini, 2003).

Lavorare in ambito oncologico in generale e, nello specifico, direttamente con una persona affetta da cancro comporta una serie di obiettivi di lavoro da raggiungere: decodificare le aspettative del paziente inerenti alla terapia, capire in quale stadio di malattia e fase di consapevolezza sia, quanto vuole sapere rispetto a ciò che potrà succedere, come ha reagito, fino a ora, di fronte alla situazione clinica, quali problemi secondari sono emersi e come li sta affrontando. Trattandosi di una malattia che scombussola gli equilibri della persona in tutte le sue sfere vitali, si aggiunge alla battaglia contro il cancro un ulteriore problema: la corsa contro il tempo.

Infatti, le criticità che spesso s'incontrano in quest'ambito non riguardano solo l'individuazione di una cura, o di un protocollo d'intervento, ma anche la lotta contro il tempo. Purtroppo, molto spesso la diagnosi di cancro non è sempre precoce e porta la persona interessata e tutti gli attori curanti, compresa la famiglia, alla corsa di individuare il medico oncologo, o il chirurgo, il protocollo giusto, le analisi, i referti e le condizioni ottimali dell'organismo per permettere gli eventuali trattamenti. Ora a tutto questo aggiun-

giamo il vissuto della persona e di coloro la circondano: quanto ne risentono emotivamente, quanto la loro vita si stravolge dalla prima diagnosi alla fine dei trattamenti e quanto è probabile l'eventualità che prima di poggiare le armi, alla fine di una battaglia, possano essere richiamati ancora in guerra, a causa di recidive, metastasi, o lutto.

La nostra formazione e poi parte del nostro lavoro, dal 2008 a questa parte, consistono nel fornire un servizio di supporto alle persone malate di cancro nelle diverse fasi di malattia e, in particolar modo, dare sostegno a chi si trova in uno stadio avanzato.

Avere una formazione adeguata è indispensabile per poter svolgere al meglio questo lavoro e gestire le criticità che comporta, dato che si tratta di un ambito di intervento molto particolare, quello psiconcologico.

Oltre quindi alla formazione in psiconcologia, abbiamo fatto ricorso alle tecniche di terapia breve strategica messe a punto da Giorgio Nardone e che abbiamo appreso, nel nostro percorso formativo specialistico, presso il Centro di Terapia Strategica di Arezzo.

La *qualità di vita* della persona è un obiettivo che lo psiconcologo si pone sempre, ma spesso perseguirlo è complicato, in quanto la comunicazione di una diagnosi di cancro e, ancor più, di una prognosi breve, stravolge la vita della persona e di chi la circonda, azzerando tutte le loro risorse.

È proprio per cercare di perseguire nel miglior modo possibile, e nel più breve tempo possibile, gli obiettivi che ci poniamo come professionisti della relazione d'aiuto che il miglioramento della *qualità di vita* del paziente e della sua famiglia, in quelle situazioni nelle quali la realtà clinica è una diagnosi con prognosi infausta, diventa una priorità ancora più rilevante e necessita di un intervento terapeutico mirato e specifico, caso per caso.

Tuttavia, nei primi tempi, tanto più seguivamo persone con problemi legati al cancro, tanto più notavamo che era importante applicare delle modifiche al modo in cui stavamo lavorando. Ognuno di loro aveva il proprio modo di percepire e reagire alla malattia e ci trovavamo di fronte a delle persone che, di conseguenza, rispondevano in maniera diversa al nostro intervento.

Attraverso uno dei cardini dell'approccio strategico, l'autocorrettività, è stato quindi possibile, in itinere, verificare che le manovre, impiegate sino a quel momento, erano da correggere per

permettere di “cucire” l’intervento sui diversi pazienti che si presentavano, come un sarto avrebbe cucito loro addosso un abito.

Le manovre infatti non sono mai giuste o errate: in qualsiasi caso ci danno informazioni importanti su come si configura il problema e permettono di autocorreggerci, costruendo un intervento ad hoc.

Quello che avevamo notato, fin da subito, era una particolare differenza tra i pazienti con diagnosi neoplastica in fase non ancora avanzata rispetto a quelli all’ultima fase di malattia e, ancora, delle ulteriori differenze tra una prima diagnosi e le recidive.

Le persone a cui viene fatta una diagnosi in stadio avanzato di malattia devono sì fare i conti con i loro timori e dolori, ma hanno poco tempo... tempo nel quale devono sistemare! Devono chiudere! Devono organizzare ciò che dovranno lasciare!

Inoltre i trattamenti chemioterapici sono molto forti e ciò spaventa le persone perché, se costrette ad allettarsi, risulta loro impossibile trascorrere quest’ultimo periodo di vita indefinito in maniera “serena, vantaggiosa e costruttiva”.

I nostri pazienti sono persone che, di volta in volta, portano problemi sempre diversi ed è quindi necessario imparare a danzare tra le loro richieste, senza però perdere mai di vista l’obiettivo dell’“accompagnarle nel modo più sereno possibile”.

L’obiettivo di questo lavoro è quello di poter fornire ai colleghi, privi di specifica formazione in ambito oncologico, una serie di informazioni di base necessarie per svolgere un percorso terapeutico con un paziente affetto da neoplasia o con un familiare.

Il paziente che sceglie un professionista per lavorare sulla propria sofferenza deve avere di fronte una persona che capisca di cosa sta parlando! Che sappia quali sono le aree principali da indagare, che fornisca sicurezza attraverso ciò che dice e, soprattutto, che non offra informazioni irrealistiche, le quali influenzerebbero ancor più il soggetto e il delicato percorso di cura.