

# **PSICOSINTESI DI GRUPPO E AGOPUNTURA AURICOLARE NELLA CURA DEL TABAGISMO: IL RESOCONTO DI UN'ESPERIENZA**

## **Carmelo Percipalle**

Psichiatra e psicoterapeuta, responsabile del Centro per la Prevenzione e la Riabilitazione nelle Dipendenze Patologiche della ASL 4 di Enna, socio del Centro di Catania, socio S.I.P.T.

*Relazione al XVIII Congresso Nazionale dell'Istituto di Psicossintesi, Palermo 25-28 Aprile 2003*

Questo lavoro è il resoconto di un'esperienza, ancora in fase iniziale, che nasce dall'integrazione della metodica di agopuntura auricolare, ACUDETTOX, con la psicoterapia psicossintetica di gruppo.

Si tratta di un tentativo, in fase sperimentale, 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.

Questa relazione descrive le prime esperienze attuate presso il **Centro per la Prevenzione e la Riabilitazione nelle Dipendenze Patologiche della ASL 4 di Enna** ed i suoi successivi sviluppi.

## **Cos'è ACUDETTOX**

Il Dott. Wen, un chirurgo toracico di Hong Kong, notò che i pazienti tossicodipendenti che venivano trattati in anestesia con elettroagopuntura dell'orecchio non manifestavano segni di astinenza post-operatoria. E lo segnalò in un articolo scientifico nel 1973.

Uno psichiatra, Michael Smith, responsabile del centro per le tossicodipendenze del Lincoln Hospital nel South Bronx (NY) lesse l'articolo, studiò il problema e decise di provare sui pazienti ambulatoriali in trattamento con metadone.

Per caso un bel giorno si ruppe l'elettrostimolatore e la cronica mancanza di fondi delle strutture pubbliche costrinse a sperimentare l'uso di aghi senza applicazione di elettricità: ebbene l'effetto immediato e a distanza era maggiore e da quel momento fu possibile il trattamento simultaneo di più pazienti. Era il 1978.

Ma a questo punto il caso passa in sordina, limitandosi a qualche intervento episodico, ed entra in gioco la passione, la serietà, la verifica puntuale. E' stato messo a punto un protocollo detto "Acudetox" per trattare tutte le dipendenze. E nel 1985 è stata fondata NADA (National Acupuncture Disintoxication Association) per diffonderlo in USA e nel mondo. NADA fornisce formazione e consulenza per i programmi di trattamento e garantisce gli standard etici e clinici degli specialisti Acudetox. Ora il Lincoln Hospital tratta 350 persone al giorno e nel mondo vi sono 1800 centri che hanno adottato il programma.

Nel 1994 è stata fondata NADA ITALIA. Da allora 900 operatori provenienti per lo più da diversi Ser.T/NOT e NOA (Servizi tossicodipendenza e di alcoologia), hanno partecipato ai programmi di formazione. Il metodo viene ora fornito dal Sistema Sanitario Nazionale in molti Ser.T (Milano, Pavia, Viterbo, Verbania, Omegna, Torino, Collegno, Brescia, Tradate, Trieste, Lanciano, Roma, Bussolegno, Napoli) e molti altri lo stanno attivando.

L'agopuntura è uno dei metodi più efficaci in assoluto per abbandonare il fumo. Tra i diversi sistemi utilizzati (graffette, aghi sul corpo o sulle orecchie), Acudetox è uno di quelli che hanno maggior successo, al punto che viene adottato anche in diversi servizi pubblici per le tossicodipendenze. E'

una tecnica molto semplice, si usano cinque piccoli aghi infissi in punti molto precisi, in entrambe le orecchie che vengono lasciati in posa per 40 minuti, è una terapia di gruppo, attuata in ambiente tranquillo ed accogliente. E' un metodo che non sostituisce dipendenza con dipendenza, ma punta sull'individuo, lo sostiene, lo mette man mano in condizione di farcela da solo. Il protocollo che applichiamo nel nostro centro, prevede, nella fase iniziale che può durare quindici giorni, almeno cinque sedute giornaliere da lunedì al venerdì. Nei due mesi successivi le sedute si diradano, arrivando a tre e poi due sedute a settimana.

La motivazione per smettere di fumare, naturalmente, è fondamentale, ma Acudetox aiuta moltissimo: rilassa, diminuisce l'ansia e consente di percepire subito una condizione di benessere e di pace interiore e quasi non si avvertono i sintomi dell'astinenza.

Il paziente descrive spesso l'agopuntura come esperienza unica: "Ero rilassato ma vigile" "Ero rilassato senza perdere il controllo". Chi è depresso o stanco si sente più energico. E' una terapia non verbale: precede le parole e permette la successiva verbalizzazione. E' un aiuto concreto che precede la relazione interpersonale. E permetterà successivamente il passaggio a terapie di supporto psicologico o a gruppi d'aiuto.

La psicosintesi gruppale e il tabagismo

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.

Che cosa è il gruppo psicosintetico per tabagisti.

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 co-terapeuta), 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.

## INDIVIDUARE LA SUBPERSONALITA' DEL FUMATORE

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'auto-osservazione 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.

Le nostre prime esperienze fanno riferimento ad un gruppo formato da 6 individui, 5 donne e un uomo, che è stato condotto nel corso dello scorso anno e che ha rappresentato la fase iniziale di un progetto che è stato ripreso quest'anno e che prevede un numero maggiore di utenti.

Dopo i primi due mesi di lavoro, tutti gli utenti hanno diminuito drasticamente il consumo del tabacco da fumo ed uno dei sei, l'unico maschio, ha smesso completamente.

I primi risultati sono stati, quindi, interessanti e ci incoraggiano a proseguire in questo tentativo, sempre in un'ottica olistica (che potrebbe prevedere l'utilizzo integrato anche di altre metodiche, come il massaggio ayurvedico e la floriterapia) che ha caratterizzato le attività del nostro Centro fin dalla sua nascita, avvenuta circa due anni fa.