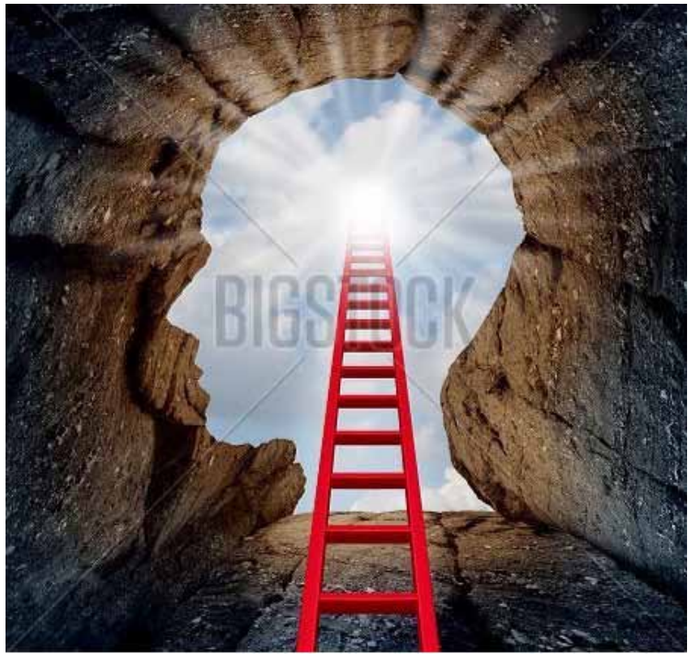
Shiatsu e psichiatria

Trattamenti presso la struttura *Residenze per l'Esecuzione delle Misure di Sicurezza* a Casale di Mezzani (Parma)

di **Bernardo Corvi**

La Legge 81 del 2014 ha disposto la chiusura degli Ospedali Psichiatrici Giudiziari (OPG), nati 140 anni prima come Manicomi Criminali; un traguardo epocale, che di fatto vuole superare le drastiche e drammatiche misure detentive nei confronti di persone, non sempre colpevoli di reati gravi, ma sicuramente sofferenti e più bisognose di accudimento e cure che di reclusione.

Le nuove strutture che attualmente prendono in cura ed affidamento queste persone sono le Residenze per l'Esecuzione delle Misure di Sicurezza (REMS). Il progetto per la pratica di trattamenti Shiatsu presso la struttura REMS di Casale di Mezzani nasce dalla volontà dell'azienda AUSL di Parma, dipartimento di salute mentale e dipendenze patologiche, di inserire nei propri programmi educativi rivolti agli ospiti della REMS questa disciplina, la cui efficacia è già stata sperimentata nel corso di oltre quindici anni di progetti nelle strutture di accoglienza psichiatrica di Colorno e nella stessa Casale di Mezzani.



Le competenze acquisite in tutti questi anni di Shiatsu in residenze psichiatriche (nonché nella casa circondariale di Reggio Emilia, comunità di recupero per giovani tossicodipendenti, e nel carcere minorile Beccaria di Milano) sono stato ritenute dall'AUSL fonte di autorevolezza, e questo ha permesso di arrivare alla decisione dell'inserimento del progetto Shiatsu in struttura.

Il piano di lavoro nella REMS di Casale di Mezzani è iniziato nel mese di settembre 2015 (e poi rinnovato per i successivi anni) proponendosi di offrire trattamenti a tutti gli ospiti della struttura, nessuno escluso. In questo modo, anche gli operatori che lo desideravano, una volta terminati i trattamenti agli ospiti, hanno ricevuto un trattamento Shiatsu. Per molti, utenti o operatori, l'esperienza è stata un evento nuovo, sorprendente.

OBIETTIVI E RISULTATI

Lo scopo di "allargare" la proposta agli operatori aveva un duplice obiettivo:

1. creare maggior fiducia da parte degli ospiti. Infatti, vedendo che anche gli operatori ricevevano un trattamento, la curiosità dapprima e la percezione che la proposta non fosse solo per loro, ha spinto più di un ospite a chiedere spontaneamente di essere trattato, vincendo quella naturale diffidenza tipica, a volte, di determinati stati d'animo sofferenti.

2. Far percepire anche agli operatori l'efficacia del trattamento, ed essere così maggiormente motivati nell'esortare gli utenti a vivere a questa esperienza.

Fortunatamente abbiamo trovato massima disponibilità, aiuto e gentilezza da parte di tutti gli operatori e questo ci ha aiutato tantissimo nel nostro lavoro. Normalmente almeno il 90% degli ospiti ha partecipato all'attività di trattamenti. È anche grazie a questa collaborazione che l'attuazione di questo progetto ha portato, per quanto ci riguarda, ai risultati che ci eravamo prefissati.

I parametri di nostra competenza sono: l'aspetto, fondamentale, della qualità della relazione umana; le dichiarazioni di piacevolezza del trattamento ricevuto; il senso di benessere che la persona dichiara al temine del trattamento; il fatto che la persona la volta successiva torni volentieri.

Gli ospiti, dapprima sorpresi dalla nostra presenza, hanno pian piano cominciato a provare un senso di fiducia verso di noi che, giorno dopo giorno, si é trasformato in un sentimento di amicizia. Questo ha permesso di praticare i nostri trattamenti, di solito di mezz'ora ciascuno, senza dover insistere particolarmente per convincere le persone a stendersi sui tatami. Ecco perché tutto questo ha molto presto costruito una condizione di condivisione.

A questa sensazione si è affiancato, man mano che il tempo passava, il riconoscimento dell'efficacia di tale esperienza. Oltre all'indubbio stato di rilassamento, gli ospiti trattati dichiaravano, nelle relazioni redatte subito dopo i trattamenti, di riconoscere un allentamento delle tensioni, non solo muscolari ma anche psicologiche, una concreta diminuzione di sintomatologie relative a dolori e blocchi muscolari, un sollievo rispetto a stati di inquietudine, di torpore...



UN'OCCASIONE DI CONFRONTO

Pian piano abbiamo notato una spontanea "autorganizzazione" dei turni nelle coppie che venivano nella saletta destinata ai trattamenti. Non solo le persone negli ultimi incontri si erano ormai ben organizzate, ma abbiamo notato un sempre crescente rispetto per gli orari e senso della capacità di esprimere riconoscenza.

Quasi nessuno difatti, dopo il trattamento, ha mai dimenticato di soffermarsi un attimo con noi per condividere le sensazioni che aveva provato e, soprattutto, nessuno si è mai dimenticato di ringraziare di cuore per ciò che aveva ricevuto.

Qualcuno ha poi riconosciuto nel momento dedicato ai trattamenti un' opportunità: ascoltare sé stesso, valutare la propria condizione fisica, guardandosi da un'altra prospettiva; e qualcuno ha cominciato spontaneamente, spinto da un desiderio di condivisione, a raccontarsi. Presto alcuni degli aspetti fondamentali della pratica Shiatsu come, per esempio, la relazione umana profonda, il non giudizio, l'ascolto, sono stati colti dai nostri amici con delicatezza, acutezza, sorpresa.

Il momento dei trattamenti, questa la sensazione che abbiamo avuto, è diventato un'occasione di confronto, organizzazione spontanea, condivisione. Diverse persone hanno dichiarato alla fine del trattamento, di aver sentito lentamente sciogliersi quella rabbia, quella rigidità che provavano prima di stendersi.

Ecco dei frammenti di alcune dichiarazioni: "Oggi è stata una grande giornata e l'operatore se ne è accorto, o meglio, se ne sono accorte le sue mani così come se ne sono accorti i miei gangli nervosi...".

"Non si è discusso, si è "costruito insieme" e queste sono cose che fanno bene...."

"È giovedì. Martedì sera ero depresso, malinconico, quasi spaventato. Oggi, invece...".

"Mi dici che sono molto sensibile. Forse dentro me stesso lo sono veramente, ma per quello che riguarda gli altri... sensibile? Fatto sta che oggi durante e dopo il trattamento ho provato e provo ancora dopo mezz'ora, sensazioni completamente nuove. Sembra che nelle mani e nei piedi scorra un fluido che non ho mai sentito: quella di oggi è una sensazione diversa…".

"Il bello di tutto questo è che non c'è qualcuno che insegna e qualcuno che impara. Ci sono solo persone adulte che conversano. Mettono cioè parte di sé stessi e di quello che amano in una specie di contenitore comune che non è mai vuoto e non è mai pieno...".

"Ci tengo a precisare che, non avendo io le conoscenze tecniche in merito, non posso dire "come" lo Shiatsu mi fa bene, però mi rendo conto che mi fa bene. A Dio piacendo ne abuserò ad ogni occasione che si presenterà...".

Stiamo tracciando una strada che, mi auguro, sarà percorsa da centinaia di persone. Nella ricerca continua della sensazione che non vi sono luoghi inaccessibili se non quelli che noi riconosciamo come tali.

"Nulla è realmente perso se non ciò che si abbandona". Mario Tommasini (www.mariotommasini.it)

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34

e-mail: segreteria@accademiashiatsudo.it • www.accademiashiatsudo.it