UDIRE LE VOCI - SBARAZZIAMOCI DEI MITI !!!

Fonte: Hearing Voices Info Booklet, Hearing Voices Network Australia, September 2008, pagg. 18-19
Traduzione di Angelo Arecco

Udire voci solitamente è un'esperienza male interpretata: spesso se ne ha paura, sia per quanto attiene alla società in senso lato, sia per quanto riguarda le persone stesse che le odono. Questa paura fa sì che le persone rifuggano dagli uditori di voci, quando ne incontrano qualcuno per la strada, cosicché l'uditore che prova questa esperienza si isola sempre di più. Ma la paura può essere sfatata, man mano che una maggior quantità di informazioni a riguardo viene portata in superficie.

Come possiamo cercare di aiutare le persone che sentono voci disorientanti o negative ad alleviare la loro sofferenza?

Per rispondere a questa domanda, dobbiamo "disimparare" molte delle cose che abbiamo sempre pensato o che ci sono state insegnate. Solo se ci libereremo dalla stretta dei miti più diffusi potremo iniziare a capire il disagio mentale e poi cominciare a lavorare per alleviarlo.

MITO:
Udire le voci, a buon diritto, è sintomo di una malattia psichiatrica.

DEMISTIFICAZIONE:
Questo è semplicemente inesatto, ed è un punto di vista che potenzialmente può infliggere molti danni alle persone che odono le voci poiché il significato e la realtà dell'esperienza vissuta da una persona può così rimanere ignorata (Smith 2007). Un sacco di gente riferisce di udire dei suoni o vedere delle cose che non ci sono! La ricerca sta a dimostrare che ci sono molti che non sono affatto turbati da esperienze del genere e quindi non vengono diagnosticati come "malati di mente" (Posey e Losch, 1983; Barrett e Etheridge, 1992; Tien, 1999; Honig ed altri, 1998; Eaton, Romanoski, Anthony e Nestadt, 1991; Romme e Pennings, 1994).

FATTO:
Udire le voci ha una base biologica, così come strizzare gli occhi, sognare, dialogare con la propria coscienza, versare lacrime e altre esperienze umane normali.

MITO:
La gente non dovrebbe parlare delle voci che sente.

DEMISTIFICAZIONE:
Anche questo non è esatto e potenzialmente pericoloso e dannoso. La ricerca ha dimostrato che se una persona e chi gli o le sta attorno accettano le voci come reali, e la persona può quindi parlare liberamente di quello che gli o le dicono le sue voci, allora possono iniziare a fronteggiare queste voci (Romme e Escher, 1993). Alcuni uditori di voci hanno riscontrato che stabilendo un

Associazione di Promozione Sociale "ARCI INTERVOICE ITALIA - APS"
Piazza Genta snc, 17043 Carcare (Sv) - CF 92122470096 – info@intervoiceitalia.it - intervoiceitalia@pec.it
Registrata il 21/1/26 Agenzia Entrate Savona n. 24 serie 3 – Iscritta al RUNTS sezione APS n. rep. 163788 il 6/2/26

rapporto con le loro voci, possono riuscire a cambiare la relazione che le voci intrattengono con loro (Romme e Escher, 1993). L'uditore di voci può stabilire i confini e diventare padrone delle sue voci, pertanto arrivare a conviverci essendo molto più a suo agio. Tale padronanza avviene solo se si incoraggia la persona ad analizzare, e ad accettare, il loro proprio significato personale in relazione all'esperienza vissuta.

MITO:
La schizofrenia è un disturbo a livello cerebrale, una malattia biologica (Ely Lilly, 2006).

DEMISTIFICAZIONE:
Mentre ci sono molte "teorie" non provate, "la spiacevole verità è che noi non sappiamo affatto cosa causi la schizofrenia o persino in cosa consiste questa malattia" (Drummond, 2000, pag. 11). Non c'è una prova fondata che supporti una teoria di deficit a livello biologico alla base della schizofrenia, nonostante siano passati cento anni da quando la ricerca si è concentrata esclusivamente a trovare tale scompenso (Bentall e Slade, 1992). "Quando uno stato emotivo disagevole o una sofferenza viene definito 'disturbo', allora si crea la premessa di affari d'oro per la classe medica e le società farmaceutiche" (Breggin e Cohen, 1999, pag. 90).

L'incidenza e l'esito della schizofrenia sembrano correlati a questioni che hanno ben poco a che spartire con la biologia e la genetica. E' stato riscontrato infatti che l'incidenza della schizofrenia varia a seconda del tasso di disoccupazione. Quando l'economia va a gonfie vele e la manodopera scarseggia, la schizofrenia viene più che altro vista come derivante da cause sociali, e l'enfasi nella sua cura viene posta sulla riabilitazione e in funzione di un reinserimento nella società, ma quando l'economia è in crisi allora se ne fornisce un'interpretazione di tipo biologico e soprattutto incurabile. Inoltre, la sua cronicità è un aspetto prevalente nel mondo industrializzato ma è raro nel Terzo Mondo, poiché in quest'ultimo le persone psicotiche non vanno soggette ad un processo di esclusione dalla società. Il professor Julian Leff, rinomato per il suo impegno con i famigliari degli schizofrenici, è sempre stato convinto che la schizofrenia sia una malattia con un'origine di tipo fisico. Nel suo libro "Advanced Family Work for Schizophrenia: An Evidence Based Approach" egli ha scritto: 'Nei Paesi in via di sviluppo come l'India, la scarsità di professionisti della psichiatria sta a significare che solo una minima proporzione delle persone che soffrono di psicosi ricevono un trattamento biomedico. Il resto probabilmente viene curato esclusivamente con rimedi di tipo tradizionale. Tuttavia l'esito della schizofrenia, in India, è marcatamente migliore rispetto a quelli dell'Occidente, il che induce a considerare che le cure tradizionali possano avere un effetto terapeutico sui pazienti.' L'uso da parte di Julian del termine 'possano' lo farebbe rientrare nel novero di quei medici cui si riferiva David Whitwell, quando scrisse: 'A volta pare che in psichiatria l'aver ragione abbia la priorità sull'aiutare gli altri a star meglio… I medici tendono ad avere radicate convinzioni circa il mondo, la gente e la scienza. Conservano le loro teorie come articoli di fede, le cose che si pensano o si presumono vere non sono considerate convincimenti, ma come realtà della vita.

Dorothy Rowe (2007) Beyond Fear, terza edizione, Harper Collins

Associazione di Promozione Sociale "ARCI INTERVOICE ITALIA - APS"
Piazza Genta snc, 17043 Carcare (Sv) - CF 92122470096 – info@intervoiceitalia.it - intervoiceitalia@pec.it
Registrata il 21/1/26 Agenzia Entrate Savona n. 24 serie 3 – Iscritta al RUNTS sezione APS n. rep. 163788 il 6/2/26

Uno degli aspetti più affascinanti nella letteratura sulla schizofrenia è il divario tra la forza del convincimento che si tratti di una malattia cerebrale e la disponibilità di prove dirette a sostegno di questa tesi; persino coloro che detengono il convincimento teorico ammettono che una prova diretta non esiste.

Boyle M. (2002) It's all done with smoke and mirrors. Or, how to create the illusion of a schizophrenic brain disease. Clinical Psychology, 12, 9-16.

Quando si dice alle persone che soffrono di un disturbo cerebrale permanente di origine biologica, esse pensano che non potranno mai più guarire o riprendersi il controllo della propria vita. Questo approccio di cura ha fatto sì che la persona rimanesse relegata al ruolo di paziente senza alcuna speranza né capacità di reazione, dipendente a tempo indefinito dal sistema della salute mentale.

Fisher D. (2007) Evidence Based Practices & Recovery
http://spiritualrecoveries.blogspot.com/2007/01/dr-daniel-fisher-evidence-based.html

Molti ricercatori sono convinti ormai che udire le voci può far parte della normale esperienza umana e che tutti noi siamo soggetti a provarla sia pure a diversi livelli (ad esempio, moltissimi si sono sentiti chiamare per nome da qualcuno, anche se in quel momento nessun altro era presente).

Manchester, Science and Nature, Listening to the Voices, 2006

Associazione di Promozione Sociale "ARCI INTERVOICE ITALIA – APS"
Piazza Genta snc, 17043 Carcare (Sv) – CF 92122470096 – info@intervoiceitalia.it – intervoiceitalia@pec.it
Registrata il 21/1/26 Agenzia Entrate Savona n. 24 serie 3 – Iscritta al RUNTS sezione APS n. rep. 163788 il 6/2/26