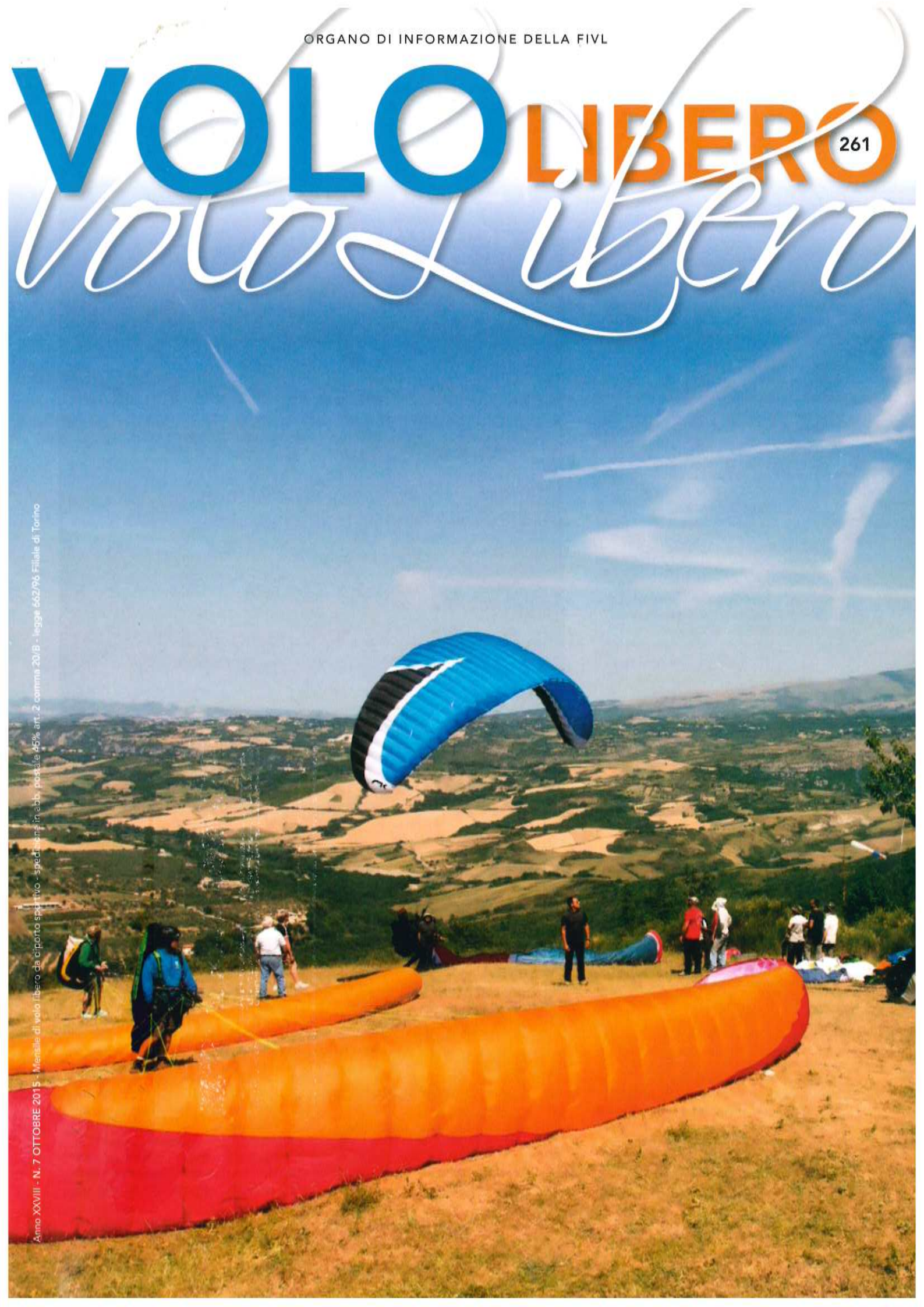


ORGANO DI INFORMAZIONE DELLA FIVL

# VOLO LIBERO

261

# *VOLO LIBERO*



Anno XXXVIII - N. 7 OTTOBRE 2015 - Mensile di volo libero da ripporto sportivo - spedite in abb. postale 45% art. 2 comma 20/B - legge 662/96 Filiale di Torino

## PSICOGENESI DEI SINTOMI NEL PASSEGGERO DEL VOLO IN PARAPENDIO BIPOSTO

### E' POSSIBILE PREVENIRLI? COME AFFRONTARLI?

\*Angelo Gravaglia, pilota abilitato al volo con passeggero, psicologo psicoterapeuta, direttore sociale dell'Asl della provincia di Sondrio

Circa dieci anni fa ho cominciato a fare i primi studi sperimentali di psicologia del volo. La mia intenzione iniziale era di validare un test (il fly mental health questionnaire) con valore predittivo sulla carriera di pilota, oltre che raccogliere informazioni sulla risonanza intima dell'esperienza di volo.

Con l'aiuto dell'amico Angelo Cardillo, genio del web ed ottimo pilota, ho postato sul mio sito [www.azzurroticino.it](http://www.azzurroticino.it) una batteria di test, e oltre quattrocento piloti hanno partecipato allo studio. Per inciso, se sei un pilota e se puoi dedicarmi mezz'ora del tuo tempo, anche oggi puoi partecipare a questa ricerca...

Lo studio, oltre a validare il questionario, mi ha permesso di cominciare a dare delle risposte alle domande che molti si fanno...

- Perché il 50% dei piloti brevettati smette l'attività nel primo anno?
- Perché su dieci vololiberisti, nove sono maschi?
- Che rapporto c'è tra volo e regolazione della produzione di adrenalina?
- Che benefici può dare l'esperienza di volo nella cura di malanni fisici o psicologici?

Per chiudere la ricerca e cominciare a pubblicare su riviste scientifiche avrei bisogno di più tempo e di uno sponsor che mi finanzia i dosaggi ormonali a cavie prima e dopo il volo. Penso tuttavia che dovrò rassegnarmi ad aspettare la pensione... Se e quando me la daranno...

...Ma qualcosa ho già cominciato a fare, sperimentandolo con i passeggeri che porto in volo con me... Riesco a predire con buona approssimazione se un passeggero presenterà sintomi, fornisco delle buone ragioni per affrontare

comunque il volo, anche se non sarà un'esperienza del tutto piacevole, ho messo a punto dei validi antidoti per diminuire la sintomatologia e, nonostante il malessere patito, spesso riesco a convincere a tornare a volare per portare a termine la cura.

**Ma andiamo con ordine... Quali sono i sintomi che ogni pilota di parapendio biposto ha osservato mediamente in un passeggero su quattro?**

Si tratta di una sequenza che parte dalle vertigini e può concludersi nello svenimento psicogeno passando per la nausea, l'alesitimia e il vomito...

I sintomi s'intensificano con il guadagno quota.

Per questo molti bipostisti professionisti non accennano neanche a sfruttare le termiche e, alla prima avvisaglia di malessere cercano di scendere il più velocemente possibile.

Il volo, che nell'aspettativa del passeggero dovrebbe essere un'esperienza di gioia, in sicurezza, rischia di trasformarsi in un evento da dimenticare.

**Ma è possibile evitare questa drammatica conclusione?**

Per capire il da farsi dobbiamo fare una premessa. Uno degli esiti più promettenti del mio studio dimostra che, mentre la parte cosciente del cervello rappresenta il volo come il proprio corpo che s'invola appeso a un'ala che obbedisce al teorema di Bernoulli, la parte inconscia invece, gli strati più profondi, attraverso il volo, risperimentano dal punto di vista del carico ormonale, della cenestesi, della propriocezione e della concatenazione simbolica quello che è avvenuto quando siamo nati...

Si tratta di una "reinfetazione", di una rinascita, di un "rebirthing"... Ma a differenza della psicanalisi in cui il processo è lungo - doloroso

e costoso, con il volo si attua in una sola seduta – resta molto doloroso se non viene anticipato, spiegato e in qualche modo governato... per quanto riguarda il costo non c'è paragone.

Certo, il pilota per poterne parlare, deve sapere prima lui quello che va scatenando nel cervello del suo passeggero e, soprattutto se vuole portarlo in alto, avvertirlo di quello che può accadere, del perché accade, e di come affrontare l'eventualità e per finire dei benefici che può avere se è disposto ad affrontare la sofferenza e arrivare a vincerla (in una, due o tre sedute).

Potremmo avere in mano la chiave non solo per percorrere tanta strada in poco tempo (il volo è nato per questo) ma, se lo applichiamo alla clinica psicologica, per rielaborare il trauma da parto in poche sedute...

Una vera e propria rivoluzione... Non posso ovviamente fare qui un trattato, ma sulla base della divulgazione che ne è stata fatta negli ultimi decenni, molti sanno che la psicodiagnosi psicanalitica si fonda sulla teoria del trauma: tanto più il trauma è precoce, tanto più la malattia è grave e la cura difficoltosa e dolorosa...

I traumi nei primi momenti di vita sono i più complessi perché, anche se li vogliamo dimenticare, i neuroni ne conservano le tracce di memoria e la coscienza si organizza per allontanarsene attraverso un complesso sistema di difese...

Possiamo raffigurare i meccanismi di difesa come un sistema refrigerante: corrente elettrica che viene utilizzata per CONGELARE E INCISTARE queste tracce di memoria traumatica e per consentirci di vivere nonostante la loro esistenza.

La psicanalisi ci ha insegnato che finché siamo giovani e abbiamo

energie da vendere, possiamo permetterci meccanismi di difesa anche molto costosi...

Purtroppo le energie che utilizziamo per "refrigerare" non le possiamo utilizzare per arricchire la nostra vita di relazione...

Il processo è assolutamente inconsapevole e automatico e noi ne vediamo solo gli effetti: se usiamo le nostre energie per "refrigerare" il trauma da parto non possiamo utilizzarle per godere dell'esperienza di volo...

Qualsiasi volo, ma soprattutto il volo senza la carlinga è uno "scongelatore" naturale del trauma da parto. Pensate al corto circuito che si scatena nei cervelli dei nostri passeggeri... Per tenere refrigerato quello che si sta "scongelandolo", senza accorgersi, pompano nel cervello una quantità esagerata di corrente, innescando di fatto un vero e proprio "collasso"...

Una assicurazione: di questo "collasso" non è mai morto nessuno!

Quando il cervello del passeggero arriva al punto di rottura, scatta un relais naturale che innesca lo "svenimento psicogeno", un regolatore naturale che salvaguarda le funzioni vitali cardiache e respiratorie, spegnendo la coscienza...

Il pilota non deve spaventarsi: imposta l'atterraggio... e l'unica precauzione, una volta atterrati, sdraia il passeggero possibilmente con le gambe in alto e la testa in basso infilando il proprio imbrago sotto le gambe del passeggero.

Se siete interessati, nel prossimo numero vi spiegherò altre cose dell'elaborazione del trauma da parto con il volo libero e soprattutto vi insegnerò dei sistemi attivi che aiutano il passeggero nel suo travaglio...

Grazie dell'attenzione! ■■

