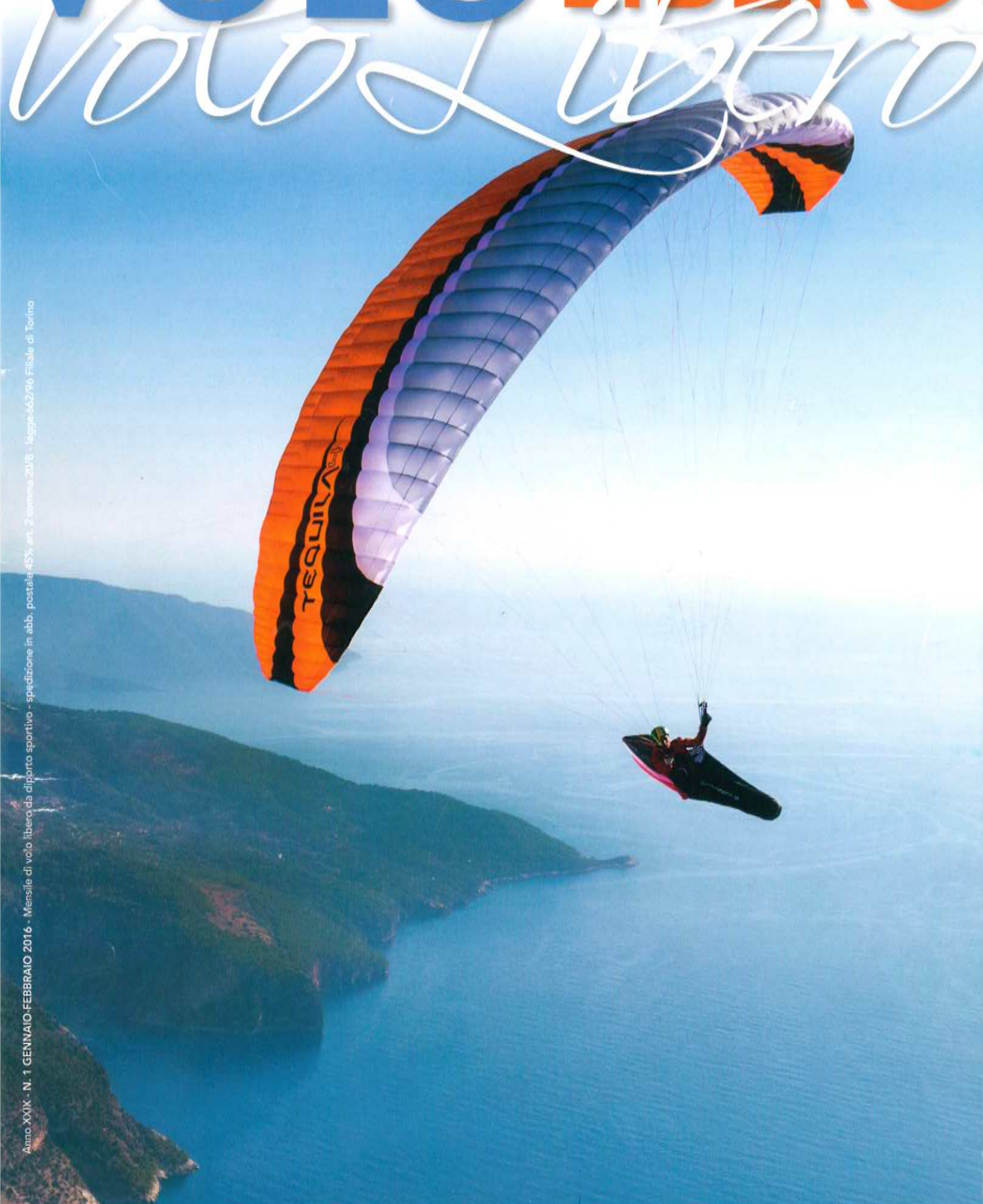


ORGANO DI INFORMAZIONE DELLA FIVL

VOLO LIBERO

263



Anno XXIX - N. 1 GENNAIO-FEBBRAIO 2016 - Mensile di volo libero da diporto sportivo - spedizione 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

Mi hanno scritto alcuni colleghi per avere delucidazioni su che cosa si intende per trauma da parto.

Cerco di chiarire: sembra che venire al mondo sia un'esperienza complessa per tutti. Riviviamo qualcosa di simile in tutti i momenti di passaggio della nostra vita: la notte prima degli esami. Se l'esame ci va bene tutto il travaglio scompare. Resta una flebile traccia che si riattiva al prossimo evento critico.

Ma se l'esame va male, la traccia si trasforma in un solco e le energie che ci dobbiamo mettere per affrontare quello successivo diventano sempre più importanti.

I traumi sono sempre dei fardelli pesanti da portare, l'unico antidoto conosciuto per curare il trauma è raccontarlo a qualcuno...

E infatti ad ogni evento catastrofico, a fianco delle ruspe e degli ospedali da campo, si usa mandare squadre di psicologi volontari che "fanno parlare".

Già a parlarne l'elaborazione è difficile! Pensate a come è pesante un guaio che ci capita quando non sappiamo ancora parlare. Il cervello ha solo una via d'uscita: metterlo via e aspettare che s'impari a parlare per elaborarlo.

Una volta si pensava che il cervello dei bambini funzionasse in modo diverso: che il bambino non capisce e quindi non soffre.

La neuropsicobiologia ha dimostrato che i neuroni degli adulti e dei bambini sono abili a registrare qualsiasi evento. Il bambino ha, per ovvie ragioni, uno spazio di memoria maggiore (se il cervello fosse un computer diremmo che ha una memoria RAM con più giga liberi).

Secondo la psicanalisi però, quello che viene conservato nella mente,

invece di rimpicciolirsi, si ingrossa, il mondo di oggi per funzionare richiede sempre più energia.

Ma se l'energia dentro il nostro cervello la utilizziamo per refrigerare i traumi non possiamo utilizzarla per il nostro successo! Per questo la scienza per scaricare i traumi diventa sempre più importante! Il risparmio energetico e l'uso di fonti rinnovabili è fondamentale nell'economia di una nazione come nell'economia interna di ciascun individuo...

Quando le cellule fotovoltaiche erano grosse e molto costose nessuno le metteva sul tetto. Adesso che sono più maneggevoli e ci sono anche agevolazioni fiscali il discorso cambia... Se troviamo un sistema più veloce ed economico per un rebirthing che non siano ore e ore sul lettino dello psicanalista e che sia alla portata di tutti, magari ne approfittiamo.

Il volo ha la potenzialità di scongelare e spedire verso la coscienza esperienze traumatiche precoci...

Per fare degli esempi, pensiamo all'incazzatura che prova un feto quando la placenta della mamma smette di alimentarlo... l'ecografista si accorge e allora lo tirano fuori prematuro... Oppure condividere l'utero con un gemello che ti toglie spazio e cibo... Oppure soffocare appena nati per un cordone ombelicale intorno al collo... Oppure essere abbandonati dai propri genitori appena venuti al mondo...

Per tutti il parto è un trauma. Ma per qualcuno è più trauma.

E sono proprio queste signore e questi signori trauma "più" che diventano sintomatici in volo con il parapendio biposto... E pensate che non sono proprio i più gravi... Quelli trauma +++ sono quel 30% della popolazione che rifiuta di volare anche nella carlinga e che costituiscono un serio problema



per lo sviluppo dell'aviazione civile. Pensate che per recuperare almeno una fetta dei tanti not flying le maggiori compagnie aeree organizzano corsi specifici, ma con risultati per loro stessa ammissione molto scarsi: rilassamento autogeno, condizionamento, accompagnamento.

Noi invece andiamo alla radice: non promettiamo al passeggero che non starà male. Gli diciamo perché sta male e gli garantiamo che se è disponibile a sopportare questa sofferenza porterà a casa un gran risultato... Perché qualsiasi cura, anche la più blanda, comporta tempo e sofferenza!

Mentre vado con la navetta in decollo spiego al mio passeggero che ogni sport ha una componente di sfida alla ragione: per imparare lo sci verrebbe più rassicurante guar-

dare verso monte, invece dobbiamo guardare a valle per piegare gli sci a monte... per imparare a nuotare dobbiamo mettere la testa sotto l'acqua e tenere gli occhi aperti... per imparare ad arrampicare dobbiamo guardare dritto e non giù.

Per il volo le sfide alla ragione sono almeno due contemporaneamente: la prima vincere quella mano invisibile che all'involo, invece di farci correre sul prato in leggera pendenza, ci blocca; la seconda è la sovrapproduzione di adrenalina, vicina ai livelli del parto che di fatto "scongela" le tracce di memoria del trauma.

E occorre avvisare il passeggero di entrambe, chiedendo almeno al passeggero come è nato, se è nato da parto eutocico o distocico, prematuro, gemellare. Ma la casistica non finisce qui. Fra i

traumi, oltre a quelli di natura biologica, dobbiamo considerare anche quelli psicologici: a me è capitato ad esempio un grave malessere in volo da bambino abbandonato e adottato alla nascita che ha avuto vergogna di dirmelo prima.

Se c'è anche la più remota possibilità di sofferenza alla nascita, oltre a preavvertire il passeggero che potrebbero presentarsi dei sintomi che rischiano di rendere sgradevole l'esperienza di volo ma possono essere importanti, se affrontati, per la propria crescita personale, dobbiamo fornire al nostro passeggero/paziente alcuni strumenti per limitare la dirompenza sintomatica...

Ma questo è un argomento che affronteremo in una prossima seduta... Grazie dell'attenzione! ■■