LINGUISTIC ANXIETY

Cavarra M.[1], Gava N.[2], Di Bartolomeo GC.[3]

SINERGIE TRA TERAPIE COGNITIVE E IPNOSI ERICKSONIANA

MILTON H. ERICKSON INSTITUTE

LINGUISTIC ANXIETY

Cahana-Amitay e colleghi (2011) hanno recentemente coniato il termine **"linguistic anxiety"** per descrivere un fenomeno ben noto a chi si occupa di riabilitazione dell'**afasia** ma poco indagato dalla letteratura. Le persone con afasia, infatti, sono consapevoli delle loro difficoltà linguistiche e delle reazioni che queste causano negli altri. Per questo rinunciano ad intervenire nelle conversazioni, scoraggiati non solo dalla patologia, ma soprattutto dalla **forte ansia** che ne deriva. Questo ha pesanti ricadute in tutti gli ambiti della loro vita e sulle loro possibilità di recupero (Code & Hermann, 2003), restringe il numero e la qualità delle conversazioni cui prendono parte (Davidson, Worrall&Hickson, 2003) e costituisce una barriera alla partecipazione sociale (Ross, 2006).

L'IPNOSI IN SINERGIA CON LE TERAPIE COGNITIVE

L'ipnosi sta ricevendo sempre maggiore attenzione in quanto **metodica** relativamente **semplice** da somministrare, a basso costo e senza effetti collaterali (Molton, Jensen, & Patterson, 2009). Negli studi in cui viene impiegata in sinergia alla terapia cognitiva, si dimostra una metodologia **efficace** per varie forme di ansia (Hammond, 2010) anche molto gravi come l'ansia da stress acuto (Bryant, Moulds, Guthrie, & Nixon, 2005) e il disturbo post traumatico da stress (Solomon & Johnson, 2002). Per quanto riguarda aspetti specifici legati alla comunicazione, l'ipnosi ha dimostrato la sua efficacia nel trattamento di stati d'ansia direttamente legati al linguaggio (Barker et al., 1972), in particolare - utilizzata congiuntamente ad una terapia cognitivo-comportamentale - dell'ansia di parlare in pubblico (Schoenberger et al., 1998), nell'apprendimento di alcuni aspetti di una seconda lingua (Schumann et al., 1978), e nel trattamento della balbuzie (McCord, 1955: Kaya & Alladin, 2012).

L'IPNOSI NELLA CORNICE COGNITIVISTA & LINGUISTIC ANXIETY

Questo ci ha indotto a ipotizzare che **l'ipnoterapia** utilizzata all'interno di una cornice cognitivista possa rappresentare un **valido aiuto** contro il particolare tipo di ansia che colpisce le persone con afasia. Attualmente non esistono studi metodologicamente forti sul tema (Laures & Shisler, 2004; Thompson, Hall & Sison, 1986). Per espandere l'applicazione di questa metodica anche al trattamento di questo specifico tipo di ansia, rimangono una serie di questioni metodologiche e tecniche da risolvere, comuni peraltro all'intera area della valutazione dell'efficacia degli interventi psicologici (Teeley et al., 2012). Innanzitutto è necessario trovare conduttori con adeguata formazione sia nel campo della riabilitazione della comunicazione sia in quello dell'ipnosi. Oltre al ruolo dell'esperienza e della competenza del conduttore, la letteratura invoca un maggiore approfondimento del ruolo dei fattori relazionali non specifici - ad esempio l'attenzione, il rapport (Stoelb, Molton, Jensen, and Patterson, 2009).
Dal punto di vista metodologico, secondo Baker e colleghi (2009), per produrre ricerche d'efficacia valide gli studiosi futuri dovranno: UTILIZZARE TEST STANDARDIZZATI PER LA VALUTAZIONE DEGLI OUTCOME / PROGETTARE TRIAL RANDOMIZZATI / UTILIZZARE GRUPPI DI CONTROLLO OPPORTUNAMENTE FORMATI / UTILIZZARE CAMPIONI SUFFICIENTEMENTE NUMEROSI.
Questo contributo propone una riflessione sull'impatto dell'ansia da linguaggio sulla qualità della vita delle persone con afasia. Sulla base degli studi che ne dimostrano l'efficacia, propone **l'ipnosi** e le terapie cognitive come **trattamento efficace** e delinea le linee guida principali per la conduzione di studi metodologicamente validi sul tema.

1. Collaboratore del Milton Erickson Institute,Torino - Specializzando presso Centro Terapia Cognitiva, Como;
2. Direttore del Milton Erickson Institute - Torino;
3. Direttore del Milton Erickson Institute - Torino.

INFORMAZIONI [info@ericksoninstitute.it] [www.ericksoninstitute.it]