

AFASIA – COS'È IL DISTURBO DI LINGUAGGIO CHE HA COLPITO BRUCE WILLIS

a cura della Dr.ssa Alice Cardone, Logopedista

Nel marzo 2022 il famoso attore statunitense ha annunciato il suo addio alle scene a causa dell'insorgenza di un disturbo chiamato Afasia. Ma di che cosa si tratta? Ecco sei punti che ce lo spiegano meglio.

- l'afasia determina una compromissione del linguaggio: deriva da una lesione cerebrale solitamente situata nell'emisfero sinistro che compromette delle aree specializzate nella comprensione e nella produzione del linguaggio (orale e scritto).

- è un disturbo acquisito: significa che l'individuo perde una funzione precedentemente appresa a causa di un ictus, un tumore cerebrale, un trauma cranico oppure di una malattia neurodegenerativa.

- non altera l'intelligenza né la capacità di provare sentimenti: le persone afasiche hanno difficoltà nella comunicazione, ma il disturbo stesso non compromette l'intelligenza.

- ci sono diversi sottotipi di afasia a seconda della localizzazione e della manifestazione clinica: le più famose a livello storico sono l'afasia di Broca (condizione nella quale una persona è

in grado di comprendere ciò che le viene detto ma non riesce a produrre frasi e in casi più gravi nemmeno le parole), l'afasia di Wernicke (gli individui capiscono scarsamente il linguaggio ma possono esprimersi con frasi prive di significato oppure con parole inventate) e l'afasia globale (è la più grave, con compromissione sia della codifica che della decodifica verbale).

- in Italia il numero di persone afasiche in seguito a malattie cerebrovascolari si aggira attorno a 150.000-200.000 con un'incidenza annua di 2 nuovi casi per 1.000 abitanti; a queste si devono aggiungere i soggetti affetti da afasia in seguito a traumi cranici o altre malattie.



- l'afasia non è senza speranza: con l'aiuto dell'intervento riabilitativo fornito da un logopedista le persone affette da afasia migliorano e si adattano a nuovi metodi di comunicazione. La quantità di capacità linguistiche che una persona può recuperare dipende tuttavia dalla causa della lesione cerebrale, dall'entità della lesione, da dove si è verificato il danno nel cervello, dall'età e dalla salute della persona. L'intervento deve essere tempestivo con l'obiettivo di portare il paziente a comunicare quanto più verbalmente possibile. Il logopedista accompagna anche il paziente e i famigliari a comprendere che la verbalità non è l'unico canale comunicativo, ma che le intenzioni e i messaggi possono essere ugualmente veicolati dalla mimica, dalla gestualità, dall'intonazione della voce, dalla postura, dal supporto di tecnologie, ecc..

“Che diavolo succedeva? Uno scroscio di risa dal reparto afasici, proprio all'inizio del discorso del Presidente in televisione, che tutti erano così ansiosi di sentire. Il Presidente come sempre, toccava il tasto della commozione; ma ora, a quanto pareva, ne ricavava soprattutto ilarità. Che cosa succedeva a tutti quanti? Che cosa credevano? Non riuscivano a capirlo? O forse lo capivano fin troppo bene?».

Egli [l'afasico] non riesce ad afferrare le tue parole, e quindi non può esserne ingannato; ma l'espressione che accompagna le parole, quell'espressività totale, spontanea, involontaria che non può mai essere simulata o contraffatta, come possono esserlo, fin troppo facilmente, le parole.. tutto questo egli lo afferra con precisione.”

Oliver Sacks, “L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello”

LA PRATICA DELLA MINDFULNESS E I SUOI BENEFICI

a cura della Dr.ssa Alessandra Tuscano, psicologa psicoterapeuta cognitivo-comportamentale

“Non puoi fermare le onde, ma puoi imparare a padroneggiare il surf.”

Jon Kabat-Zinn

Quanto tempo passiamo tutti i giorni a pensare a noi stessi, a ciò che è nostro, alle nostre azioni, a quello che abbiamo fatto e a quello che ancora dobbiamo fare?

Ogni giorno le nostre vite sono piene di impegni da portare a compimento, con

il risultato che le giornate diventano nient'altro che una somma di cose fatte o da fare.

Tutto questo ci crea ansia e dolore, e non ci permette di vivere bene. Passiamo più tempo a pensare alla nostra vita che a viverla davvero.

La “Mindfulness” ha l'obiettivo di insegnarci ad essere presenti alle nostre vite, di farci scoprire il valore del “non sapere” e il valore di imparare a stare con noi stessi, senza giudicare e senza pensare troppo. Solo vivendo.

Secondo la definizione di Jon Kabat-

Percorsi di

SOSTEGNO ALLA GENITORIALITÀ



"Non hai avuto modo di scegliere i genitori che ti sei trovato, ma hai modo di poter scegliere quale genitore potrai essere."

M.W. Edelman

Cos'è il sostegno alla genitorialità?

È un intervento psicologico di accompagnamento per i genitori che, per qualsiasi ragione, stiano vivendo un momento di difficoltà rispetto al loro ruolo genitoriale e alla relazione con i propri figli.

Qual è l'obiettivo?

Il fine ultimo è quello di supportare i genitori nel fare delle scelte educative che possano garantire ai propri figli una vita sufficientemente equilibrata, nel rispetto dei loro bisogni evolutivi, attitudini e aspettative.

Quali metodologie vengono utilizzate?

Attraverso una serie di colloqui si cerca:

- per prima cosa di comprendere la richiesta del genitore;
- si esplorano le emozioni e i pensieri che emergono sul proprio ruolo genitoriale e sulla relazione con il figlio.

- si approfondiscono gli aspetti legati allo sviluppo psico-fisico del minore;
- si esplorano gli stili educativi e comunicativi in famiglia;
- insieme si cercano soluzioni creative attraverso momenti esperienziali e di confronto per ampliare le strategie educative.

Chi può farne richiesta?

La coppia genitoriale (anche in fase di separazione o divorzio), il singolo genitore o, in situazioni particolari, anche altri membri della famiglia che si occupano dell'educazione dei minori.

Quando farne richiesta?

Ogni qualvolta ci si senta confusi o in difficoltà nel fare il genitore, per esempio:

- alla nascita di un figlio;
- intervenire nella relazione conflittuale tra fratelli;
- nella definizione delle regole domestiche;
- quando si hanno figli adolescenti;

Per info e prenotazioni



Dr.ssa Maurizia Natale
333-7563519



Dr. ssa Marta Lanfranco
393-2440639

Zinn (Professore emerito di Medicina e fondatore del Center for Mindfulness in Medicine e creatore del programma MBSR-Mindfulness Based Stress Reduction) mindfulness significa “porre attenzione in un modo particolare: intenzionalmente, nel momento presente e in modo non giudicante”.

Si tratta in altre parole di dirigere volontariamente la propria attenzione a quello che accade nella propria mente, nel proprio corpo e intorno a sé, momento per momento, ascoltando più accuratamente la propria esperienza e osservandola per quello che è, senza valutarla o criticarla, ma restando semplicemente in ascolto di quello che c'è nel momento in cui accade.

L'utilità del raggiungimento di uno stato mentale mindful è legata al fatto che gran parte dei processi mentali a cui ci affidiamo nella vita quotidiana è guidata da un “pilota automatico”, cioè supportata da meccanismi automatici di pensiero spontanei e spesso del tutto inconsapevoli basati su routine e abitudini che si sono consolidate nel tempo. L'attitudine a reagire agli stimoli esterni, soprattutto stressanti, inserendo il pilota automatico può condurre alla lunga ad un automatismo di ritorno, ovvero le risposte automatiche riducono la percezione individuale della scelta libera e dell'esercizio di controllo, e producono sensazioni di inadeguatezza, incapacità e impotenza che sono alla base di una vasta serie di compromissioni psicologiche come ansia e un numero variegatissimo di disturbi da stress.

I BENEFICI

Le tecniche di meditazione sono utiliz-



zate in numerosi contesti medici, come dimostrano le pubblicazioni scientifiche relative ai risultati ottenuti.

La ricerca medica sull'uso di tecniche “Trasformative mindfulness” ha prodotto risultati interessanti nel settore delle neuroscienze, dove sono state documentate con metodi di neuroimaging variazioni di funzione cerebrale in soggetti che praticano la meditazione.

Le ricerche condotte hanno dimostrato l'efficacia della Mindfulness nel trattamento di:

PROBLEMI PSICOLOGICI GRAVI quali la depressione, l'ansia, psicosi, problemi di immagine corporea, abuso di sostanze, trauma, esibizionismo, disturbi alimentari, dipendenza da nicotina.

PROBLEMI PSICOLOGICI NON CLINICI come problemi affettivi, attenzione e memoria, autostima, e stress.

PROBLEMI FISICI come psoriasi, dolore cronico (ernia del disco, artrite reumatoide, fibromialgia, emicrania) terapia del dolore in pazienti col cancro.

PROBLEMI INTERPERSONALI quali empatia, relazioni coniugali, genitorialità.

Con la pratica costante si ottengono **BENEFICI** anche in **AMBITO EDUCATIVO**: Gli studenti potrebbero percepire

minor ansia da esame, aggressività, ridurre assenteismo e sospensioni e acquisire maggior attenzione, autoefficacia, abilità sociali, ragionamento, velocità di elaborazione delle informazioni, creatività, collaborazione di classe.

Gli studenti universitari che hanno partecipato a gruppi di meditazione hanno ottenuto medie di voti significativamente più alte dopo un anno.

Anche gli insegnanti possono trarre giovamento dalla pratica, in quanto possono divenire più presenti, attenti,

pazienti, riflessivi, creativi e meno soggetti a burn out.

Il potere terapeutico e trasformativo della Mindfulness consiste nel prestare attenzione al miracolo e alla bellezza di chi noi siamo e nella possibilità di espandere le nostre potenzialità di essere, di conoscere, di agire durante l'arco di una vita vissuta con consapevolezza e profonda gentilezza nei confronti di ogni cosa che si manifesta.

GIOCHIAMO A... DOBBLE!

Il ruolo dei giochi educativi per allenare il linguaggio, l'attenzione e la memoria

a cura della Dr.ssa Miriam Sanmartino, logopedista

Il bambino è ogni giorno in evoluzione e tra le varie abilità oggetto di continui cambiamenti troviamo il linguaggio. Proprio per la sua complessità, negli ultimi anni sono stati condotti diversi studi con l'obiettivo di individuare tutte le abilità connesse e sottostanti allo sviluppo linguistico.

Le evidenze scientifiche (Consensus Conference 2019) hanno confermato che le difficoltà di linguaggio si associano generalmente ad alcune criticità in quelle che vengono chiamate **funzioni esecutive** (memoria di lavoro, inibizione, pianificazione, flessibilità, attenzione).

Sono abilità inscindibili dal linguaggio, perché ci permettono di recuperare le parole dalla memoria, le loro regole fonologiche e morfosintattiche, consentono di pianificare le frasi e le narrazioni, ecc. E, in seguito, saranno fondamentali anche per l'apprendimento scolastico.



Quando si parla di intervento su linguaggio, poiché presente un ritardo o un disturbo, diventa quindi importante

ATTIVAZIONE

"Perchè non riesce mai ad andare a lavarsi i denti senza ricordarglielo"

MEMORIA DI LAVORO

"A scuola seguo la lezione e a casa... tabula rasa!"

ATTENZIONE

"È la terza volta che risalgo le scale perchè ho dimenticato qualcosa... dove ho la testa"

SHIFTING

"Che tragedia gli appunti. Io non riesco ad ascoltare e scrivere contemporaneamente"

AUTOREGOLAZIONE E PIANIFICAZIONE

"Ora butto tutto! Sarebbe bello una volta tanto riuscire a finire un lavoro senza perdersi o dover ricominciare mille volte"

INIBIZIONE

"Anche questa volta avrei fatto meglio a pensare prima di agire"



Via Chiampo, 35
PINEROLO

3+
anni

VALUTAZIONE E TRATTAMENTO FUNZIONI ESECUTIVE

INFO e CONTATTI

Dr. Vaggelli cell. 366 2915868

Dr.ssa Brun cell. 338 1156708

www.psicologiapinerolo.it

considerare anche il ruolo delle funzioni esecutive. Si può fare in terapia, ma si può fare anche a casa, sfruttando giochi che già si possiedono, magari modificando alcune regole e inventando varianti.

Ve ne propongo due tra quelli che utilizzo maggiormente in terapia:

Dobble, nella versione classica e in quella semplificata (*Dobble kids*), prevede tante carte, ognuna contenente tante immagini diverse tra loro e ogni carta avrà in comune con le altre una sola delle immagini. L'obiettivo è essere più veloci degli avversari a trovare questa figura in comune e dirne il nome per primo. Questo gioco, di breve durata e con poche regole, consente di allenare le seguenti funzioni (o sottofunzioni) esecutive: accesso lessicale rapido, percezione visiva e attenzione visiva selettiva, riaggiornamento rapido della memoria di lavoro visiva, inibizione.

Cortex kids: contiene molte carte, sud-

divise per tipologia di sfida contro l'avversario e il simbolo sul retro di ogni carta ci anticipa che cosa dovremmo fare. Ciò significa che dobbiamo riaggiornare le informazioni per essere rapidi nel recuperare le regole di quella specifica sfida, inibendo le regole utilizzate in precedenza. L'ampia tipologia di prove, inoltre ci permette di allenare tutte le funzioni esecutive e le memorie. Altri giochi adattabili, spesso presenti in casa, possono essere *Indovina chi?*, *Taboo*, *Rubamazzo*. È possibile modificare o aggiungere alcune regole, creando nuovi compiti di memoria, di attenzione o di allerta su particolari stimoli. Questo consente di giocare in famiglia creando un momento di condivisione e di divertimento e allo stesso tempo di rinforzare le abilità necessarie allo sviluppo del linguaggio e dell'apprendimento scolastico, senza cadere in compiti lunghi o troppo strutturati, spesso fonte di noia per i bambini.

UNA STANZA PER TRE

a cura della Dr.ssa Marta Lanfranco, psicologa psicoterapeuta sistemico-relazionale

Immaginati all'interno di una stanza. Immagina di sederti su una sedia e che questa abbia affisso un cartellino IO e che ne abbia accanto una seconda con un cartellino TU ed una terza in fronte. Immagina che queste sedie formino un triangolo nel cui centro sia posizionata una scatola aperta, chiamata LA NOSTRA RELAZIONE.

Questa è la stanza della terapia per la coppia, da qui partono e si susseguono molti pensieri, emozioni e vissuti corporei.



Mi spiego meglio, mi chiamo Marta Lanfranco e sono psicoterapeuta familiare presso il centro Logos. Per lavoro mi occupo di relazioni; quella di coppia è ambito elettivo in merito.

Torniamo alla nostra stanza-scatola: mi piace pensare alla stanza in cui accolgo le persone come ad un contenitore infinitamente espandibile. Essa ha dei confini ben chiari, comprende un fuori e un dentro ed è per definizione rassicurante, poiché capace di regolare vissuti emotivi forti che possono esistere nelle e tra le persone.

Questo maxi contenitore accoglie le persone e le aiuta a mettersi e stare in relazione rimanendo se stesse.

Le coppie che chiedono una terapia di coppia lo fanno spesso in emergenza; può capitare che anziché produrre intimità, comprensione, sostegno, complicità e passione, la relazione sia foriera di incomunicabilità, prevaricazione o, delusioni provocando uno stallo evolutivo.

La coppia può funzionare se ciascun partner possiede la libertà di interessarsi alla personalità dell'altro separato da sé, con pensieri e modalità auto-

me con il quale poter negoziare in una relazione adulta la vita in comune.

Nei rapporti di coppia che funzionano, ciascuno può contare sull'altro in qualità di fonte di sicurezza; questa è la principale spinta all'esplorazione creativa di ciò che ci circonda e delle possibilità di ognuno.

La terapia di coppia agisce come regolatore non solo della comunicazione, ma anche dell'equilibrio vicinanza-separatezza nel legame. Ciascuno dei partner porta nella coppia il proprio bagaglio di desideri, aspettative e paure, come se ci fosse fra i due un patto sommerso che li aggancia su piani meno consapevoli che possono avere a che fare con richieste implicite di salvezza, di conferma di una certa immagine di sé o ancora con bagagli familiari appresi. Attivare un processo di consapevolezza circa cosa ci ha legati, cosa ci si aspetta reciprocamente e cosa eventualmente poter cambiare per stare meglio nella relazione, sono alcuni degli aspetti che accompagnano i viaggi in questa stanza dell'IO, del TU e della RELAZIONE.

IN CHE SENSO?.....DI COLPA

a cura della Dr.ssa Emanuela Geraci, psicologa e psicoterapeuta

Un'esperienza comune a tutti è quella di aver avuto esperienza con il senso di colpa. Si tratta di un'emozione complessa poiché si sviluppa successivamente alle cosiddette emozioni primarie, come paura e rabbia, che sono presenti fin dalla nascita.

Il senso di colpa nasce dalla percezione, a volte errata, di aver commesso un errore, di aver compiuto qualcosa che

ha recato del male a qualcuno. In questo senso è un'emozione legata all'empatia. Infatti non ci si sentirebbe in colpa se non si tenesse conto delle emozioni che un nostro comportamento può aver suscitato nell'altro e, inoltre, non ci si soffermerebbe a pensare alle proprie azioni se non si fosse interessati al bene dell'altro. La possibilità di provare il senso di colpa può rivelarsi utile e adat-

TNPEE

Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

Si occupa di interventi
di prevenzione, terapia e
riabilitazione

CON IL GIOCO



È consigliato nel
ITARDO DELLO SVILUPPO MOTORIO

**PATOLOGIE NEUROMOTORIE e
SINDROMI GENETICHE**
(paralisi cerebrali, distrofie, spina
bifida, sindrome di Down)

DISTURBI DELLO SPETTRO AUTISTICO

**DISTURBI DELLA COORDINAZIONE
MOTORIA**
(disprassia, impaccio, difficoltà
manuali)

**DISTURBI DELL'ATTENZIONE e
COMPORAMENTALI**

DEFICIT VISUO-SPAZIALI

DISGRAFIA

LAVORA PER MIGLIORARE:
coordinazione e fluidità nel movimento
regolazione del tono muscolare
abilità costruttive e di utilizzo dei
materiali di casa o scolastici
conoscenza della propria corporeità
capacità di integrazione visuo-motoria

Per accrescere in ogni bambino la consapevolezza riguardo alle
proprie aree di forza e di difficoltà, fornendogli gli strumenti per
apprendere divertendosi.



Dr.ssa Valeria TACCIA
Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

333 68 34 609 - valeria.taccia@gmail.com

tiva, perché può aprire spazi di riflessione sul proprio comportamento, può portare all'attivazione di gesti riparativi e può aiutare a sviluppare il senso di responsabilità. Diversamente può assumere forme meno funzionali. Talvolta, infatti, si fa spazio il pensiero di aver danneggiato o poter danneggiare qualcuno e si fanno intense emozioni di tristezza, vergogna, rabbia, disperazione, in alcuni casi così intense da rendere il senso di colpa patologico. Infatti la persona resta bloccata nei suoi giudizi negativi, nei pensieri di auto-rimprovero, rimorso o rammarico, che le impediscono di andare avanti e realizzare i propri progetti personali.

Associato al senso di colpa è il concetto di punizione. Infatti, chi si sente in colpa si aspetta di ricevere una punizione e soprattutto è convinto di meritarsela. Nella depressione, per esempio, il senso di colpa assume le caratteristiche di una ruminazione continua, è presente un costante senso di rammarico che porta la persona alla convinzione di meritare intense forme di punizione che spesso vengono messe in atto dalla persona stessa, come nel caso delle azioni autolesionistiche.

Ma quali possono essere altri risvolti/funzioni del senso di colpa? Paradossalmente può dare sollievo poiché costituisce un'espiazione per il dolore che si crede di aver procurato; può essere un modo per avere la compassione e il perdono degli altri e creare quindi una vicinanza relazionale che sarebbe difficile raggiungere in altro modo; può suscitare simpatia e protezione da parte degli altri mostrandosi in una posizione di vittima perennemente addolorata. Restare bloccati nel senso di colpa può



MI SENTO IN COLPA

portare la persona ad evitare le fatiche insite in un processo di maturazione, in quelle della riparazione di un errore, e quelle relative all'impegno di essere attivi in un processo di miglioramento personale e nel raggiungimento di nuove consapevolezze.

Dietro la continua colpevolizzazione di sé, spesso si nasconde una sorta di senso di onnipotenza, come se l'intera responsabilità di certe situazioni dipendesse dal proprio comportamento, quando obiettivamente non può essere così. Le nostre azioni, infatti, possono incidere solo in parte sullo stato d'animo di un'altra persona. Giungere a questa consapevolezza, da soli o con il supporto di uno psicoterapeuta, è un primo, importante passo per liberarsi dai sensi di colpa. Può essere inoltre utile apprendere a tollerare il giudizio e la disapprovazione degli altri, impedendo che questi limitino le proprie azioni ed impediscano di soddisfare i propri reali bisogni e desideri.



- ✓ SPORTELLI DI ASCOLTO PSICOLOGICO
- ✓ PROGETTI IN CLASSE
- ✓ SCREENING LINGUAGGIO E DSA
- ✓ FORMAZIONE INSEGNANTI
- ✓ SERATE DI SENSIBILIZZAZIONE
- ✓ LABORATORI SUL METODO DI STUDIO

SCUOLE



- ✓ RETE CON LE ASSOCIAZIONI
- ✓ SERATE DIVULGATIVE
- ✓ COLLABORAZIONI CON FARMACIE
- ✓ CORSO PRE-PARTO DI COPPIA
- ✓ MASSAGGIO INFANTILE
- ✓ OFFICINA DEI COMPITI
- ✓ ORIENTAMENTO SCOLASTICO

PROGETTI

ETÀ EVOLUTIVA

Dott.ssa Marcella Brun
 psicologa dell'età evolutiva
 Responsabile del Centro LOGOS
 338 115 67 08

Dott.ssa Miriam Sanmartino
 logopedista
 Responsabile del Centro LOGOS
 333 151 86 99

Dott. Iacopo Vaggelli
 psicologo-psicoterapeuta
 Responsabile del Centro LOGOS
 366 291 58 68

Dott.ssa Alice Cardone
 logopedista
 340 760 35 61

Dott.ssa Maurizia Natale
 psicologa e tutor dell'apprendimento
 333 746 35 19

Dott.ssa Valeria Taccia
 terapeuta della neuro e psicomotricità
 dell'età evolutiva 333 683 46 09

Dott.ssa Sofia Vineis
 educatrice-counsellor
 349 672 24 34

ADULTI

Dott.ssa Marta Lanfranco
 psicologa-psicoterapeuta
 sistemico-relazionale 392 244 06 39

Dott.ssa Emanuela Geraci
 psicologa-psicoterapeuta
 analitico-transazionale 345 036 47 54

Dott.ssa Alessandra Tuscano
 psicologa psicoterapeuta
 cognitivo-comportamentale 351 532 28 96

