

# Attenzione alla schiena, per il proprio bene

Autor(en): **Keel, Peter**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti**

Band (Jahr): **29 (1993)**

Heft 6

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-930333>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

RIASSUNTO

# Attenzione alla schiena, per il proprio bene

**In caso di pazienti affetti da dolori di schiena cronici si possono accertare tratti della loro personalità comuni in ognuno di essi, la qualche cosa però è solitamente tipico per pazienti psicosomatici. Queste peculiarità concernono il mondo dei sentimenti (freddo, inibito), i modelli comportamentali nei rapporti (iperadattabile, schivo a situazioni conflittuali, paura della dipendenza) com'anche il rendimento (disinteressato, iperscrupoloso) e si riflettono con conseguenze sulla vita d'ogni giorno.**

Considerando che alcune di queste caratteristiche sono viste di buon occhio in seno alla nostra cultura, esse si sono estese su largo raggio e di regola non sono giudicate come «portatrici di malesseri».

La forte espansione di questi malesseri psicosomatici (ed in particolar modo i dolori di schiena) indica l'importanza riposta in tali peculiarità della personalità d'un individuo. Nel programma di trattamento dello studio

multicentro per la riabilitazione della schiena (NFP 26B) si considera quale compito insito delle discussioni di gruppo pilotate il concentrare l'attenzione dei pazienti sul significato del loro comportamento, in rapporto ai loro dolori di schiena. I necessari mutamenti comportamentali si collegano invisibilmente a quelli della classica scuola per la schiena, in quanto avere riguardo per la propria schiena significa averne anche per se stessi.

Questo non comporta solo maggiore attenzione in rapporto a sovraccarichi, bensì anche ristabilimento e stabilizzazione nei confronti di pesi a senso unico come l'incessante sedentarietà. Per trovare ad esempio del tempo per un'attività sportiva, i pazienti devono essere in grado di rifiutare altre esigenze: questo rappresenterebbe un passo avanti in direzione di una migliore capacità d'affermazione e di inferiori esigenze poste a se stessi. In questo modo i pazienti apprendono il messaggio loro inviato dalla schiena ed ascoltano sentimenti finora repressi. Vengono inoltre istruiti a prendersi mag-

giore responsabilità per la loro schiena ed a riconoscere quali carichi essa può sopportare senza subire dei danni. In tal senso la scuola per la schiena diventa scuola di vita e permette un'integrazione priva di problemi degli aspetti psicologici nel trattamento somatico senza perpetrarsi nella psichiatizzazione, settore di sovente non amato.

## Tratti della personalità in pazienti affetti da malattie reumatiche (ed altre di tipo psicosomatico)

**Sfera dei sentimenti:** rigido, freddo, moralista, inibito nell'esprimere sentimenti, nascosto, insicuro

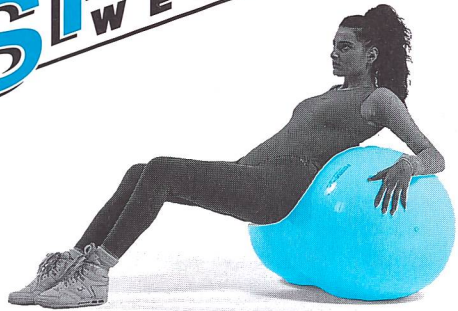
**Modelli di relazione:** cortese, servizievole, iperadattabile, indipendente, inibito sessualmente, schivo a situazioni conflittuali, paura repressa di dipendenza e rifiuto

**Sfera del rendimento:** disinteressato, scrupoloso, perfezionista, gran lavoratore, assilli motori del corpo



- Modo di vivere limitato forzatamente
- Difficoltà ad accettare ed esprimere critiche
- Situazioni di conflitto rinnegate od evitate
- Idealizzazione di relazioni oppure adattamento masochista in relazioni negative
- Indipendenza forzata oppure completa insicurezza e dipendenza
- Iperattivo, molto esigente oppure completa inattività

# VISTA WELLNESS



BIETET ERFOLGREICHE  
ARTIKEL FÜR DIE AKTIVE  
BEWEGUNGSTHERAPIE  
UND VORBEUGUNG



DIE IDEE  
MIT  
DEN RICHTIGEN  
PRODUKTEN

## VISTA WELLNESS

Langendorfstrasse 2  
CH-4513 Langendorf  
Tel. (065) 38 29 14  
Fax (065) 38 12 48

Bitte senden Sie mir Ihre Unterlagen



Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_