

PSICOTERAPIA E UMORE

Nella relazione di aiuto, e quindi nei servizi ospedalieri e sociosanitari l'uso dell'umorismo e del riso, possono sviluppare molteplici benefici, come ad esempio: sviluppare la relazione terapeutica e la comunicazione, aumentare la sensazione di benessere, aiutare il paziente a comunicare le proprie paure e i propri timori, influenzare positivamente il decorso della degenza, neutralizzare gli effetti dell'ansia, evitare i conflitti e sviluppare una maggiore predisposizione ai rapporti sociali.

E' proprio in queste realtà difficili, in cui la sofferenza spesso deriva dal senso di inadeguatezza e dal disagio psicologico, che le strategie proprie della comicità si inseriscono alleviando in parte la sofferenza, il dolore e l'ansia tipiche del disagio e della malattia.

Ogni Psicoterapeuta sa quanto l'umorismo possa essere d'aiuto nel curare. Ricerche specifiche dimostrano il potere benefico dell'uso dell'umorismo in terapia, attraverso differenti metodi e strategie, utili a superare le crisi emozionali e le paure dei pazienti: "il riso uccide la paura" (U. Eco).

L'Associazione collabora con Strutture Sanitarie, Centri di Recupero e Riabilitazione e Servizi a carattere Psico-Sociale, alla realizzazione di progetti comprendenti percorsi di "Psicoterapie di Gruppo" con l'utilizzo di tecniche di Comicità o Terapia della Risata.