



# Istituto di Psicomatica PNEI

## Studio di Efficacia in un Gruppo di Terapia ad Orientamento Somatico con Symptom Questionnaire

Silvia Ghiroldi \* Psicologa Clinica e Genetista, Federico Montecucco\*\*Medico Chirurgo

Lo studio riguarda un gruppo di terapia ad orientamento corporeo denominato 'Corso base', tenuto presso l'associazione di promozione sociale 'Villaggio Globale' di Bagni di Lucca.

### Obiettivo della ricerca:

Registrare l'evoluzione dello stato clinico dei partecipanti impiegando il Symptom Questionnaire (SQ). L'ipotesi da verificare era se esistesse una variazione dei punteggi SQ tra inizio e fine del percorso, confrontando tale variazione con quella avvenuta nel gruppo di controllo.

### Il percorso di crescita - caratteristiche

- 9 seminari di un fine settimana al mese
- E' un percorso esperienziale (taking role, role playing)
- Lavoro sulle emozioni (riconoscimento, espressione e gestione delle emozioni)
- Approccio corporeo: sviluppo della consapevolezza del corpo, come base della conoscenza di Sé e di autoconsapevolezza
- Vengono impiegate tecniche di meditazione riferite a differenti culture, sia come elemento di crescita personale che come strumento efficace nella cura di diversi disturbi
- Lo staff è costituito da diverse figure professionali: medici, psichiatri, psicoterapeuti, psicologi, ecc
- I partecipanti sono motivati da una richiesta autoconoscenza e di crescita personale, ma in alcuni casi, presentano specifici disturbi psicologici, prevalentemente nell'ambito dei disturbi d'ansia e dell'umore.

### Il Campione

Il campione sperimentale era costituito da 42 soggetti che nel 2010-2011 partecipavano per la prima volta al Corso Base. E' stato somministrato il SQ all'apertura (Settembre) e alla chiusura (Maggio) del corso. Contemporaneamente e con la stessa modalità sono stati testati 23 utenti (gruppo di controllo) che si sono rivolti alla stessa struttura per interventi di altro tipo e che non avessero partecipato ad altri gruppi di crescita personale o ad attività analoghe.

- 42 trattati 23 gruppo di controllo
- 37 femmine e 28 maschi (n =65)
- età media 41.36 (8.69) anni, con una variazione ampia, tra 25 e 63 anni
- titolo di studio mostra una prevalenza di soggetti diplomati e laureati

	frequenza	%
Laurea	25	36.92
Diploma superiore	35	53.85
Licenza media	6	7.69

### Materiali e metodi

Le variazioni sintomatologiche e degli stati di benessere dei partecipanti sono state analizzate attraverso un'analisi multivariata per misure ripetute con un fattore between (gruppo trattato vs. gruppo di controllo), un fattore within (rilevazione precedente il trattamento vs. rilevazione post trattamento), otto variabili dipendenti (le sottoscale del SQ: ansietà, depressione, sintomi somatici, ostilità, rilassatezza, contentezza, benessere fisico e disponibilità verso gli altri) e una interazione tra gruppo e variazione pre-post. Sono state effettuate anche le rispettive analisi univariate.

### Risultati

I valori medi per le sottoscale SQ al test e al ritest sono riportati in tabella

	trattati(n=42)		post trattamento		controllo(n=23)		post trattamento	
	pre trattamento	post trattamento	pre trattamento	post trattamento	pre trattamento	post trattamento	pre trattamento	post trattamento
	media	ds	media	ds	media	ds	media	ds
Depressione	5.88	3.66	4.55	3.52	5.91	3.53	6.35	3.34
Ansietà	5.57	4.01	3.38	3.18	5.04	4.1	4.48	3.33
Sintomi somatici	5.57	4.32	3.5	2.92	4.26	2.65	3.74	2.26
Ostilità	4	3.9	4.29	3.97	5.96	4.07	5.65	4
Rilassatezza	2.36	2	1.52	1.78	1.48	1.83	1.7	1.74
Contentezza	1.93	2.02	1.19	1.66	1.65	1.4	1.61	1.67
Benessere	3.67	1.84	2.67	1.92	2.65	2.06	2.78	1.59
Disponibilità vs altri	1	1.4	0.83	1.12	1.39	1.59	0.91	1.44

Le variazioni pre-pos ai punteggi sono riportate nel grafico1, e le variazioni alle scale nel grafico 2.

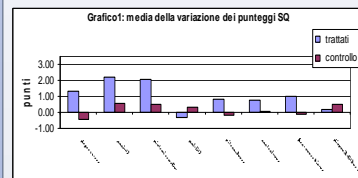


Grafico 1

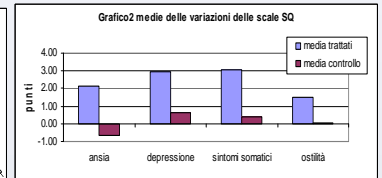


Grafico 2

Ricordando che riduzioni di punteggi rappresentano un miglioramento, si può notare come il gruppo di controllo mostri variazioni assai più modeste dei trattati e non sempre favorevoli (fa eccezione della sottoscala per la disponibilità verso gli altri che subisce però variazioni modeste)

E' stata eseguita un'analisi multivariata con GLM (MANOVA) per misure ripetute per le otto sottoscale del SQ. L'analisi ha mostrato una differenza significativa tra le rilevazioni all'inizio e fine corso ( $F_{8,56} P=0.48$ ) e come questa variazione differisca significativamente dalla variazione avvenuta nel gruppo di controllo ( $F_{8,56} P=0.019$ ). Le analisi univariate hanno mostrato differenze altamente significative tra prima e seconda rilevazione per le sottoscale di ansietà, sintomi somatici e disponibilità verso gli altri. Sono risultate significative anche le differenze nella sottoscala di contentezza, ma non la depressione, l'ostilità, la rilassatezza ed il benessere fisico. Osservando le medie stimate (non riportate per ragioni di spazio), vediamo che tutti i punteggi hanno riduzione più consistente nel gruppo dei trattati che nel gruppo di controllo ad eccezione del punteggio per l'ostilità.

Analisi univariata		
significatività della variazione di punteggi SQ al test-ritest		
	F	Sig
Depressione	1,254	,267
Ansietà	9,606	,003
Sintomi somatici	10,146	,002
Ostilità	,000	,986
Rilassatezza	2,224	,141
Contentezza	3,230	,077
Benessere fisico	3,565	,064
Disponibilità vs altri	5,597	,021

### Conclusioni

L'analisi ha mostrato che il miglioramento dei punteggi corrisponde a differenze significative tra le rilevazioni all'inizio e fine corso e come questa variazione differisca significativamente dalla variazione avvenuta nel gruppo di controllo mostrando l'efficacia nel trattamento stesso. Nel complesso l'intervento valutato migliora lo stato dei partecipanti sia nell'ambito dello stato sintomatologico che relativamente allo stato di benessere.