



**PRO  
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

## «Il rischio dell'intimità»

*Francesca Ravera, psicologa psicoterapeuta  
Servizio Promozione Qualità di Vita  
Pro Senectute Ticino e Moesano*

**Ticino e Moesano**  
prosenectute.org

## ***Cosa è Intimità?***

***Dal latino \*in- tumus***

***I latini la usavano come superlativo di interus , cioè che sta dentro ed in senso figurato molto familiare. Quindi INTIMITA' come ciò che è «contenuto nel profondo dell'essere» ma anche ciò che «lega strettamente attraverso quanto vi è di più profondo» (ad es . Si dice unione intima).***

E l'operatore? Come si pone nelle situazioni di intimità relazionale?

Quando **Il corpo del paziente si trasforma da «oggetto delle cure a soggetto della relazione terapeutica»**

## **Esistono diversi tipi di intimità che possiamo ritrovare nella relazione di cura:**

1. Cognitiva
2. Emozionale
3. Esperienziale o di attività
4. Fisica

## **Fattori che stimolano il riconoscimento dell' intimità come fattore – risorsa per la relazione di cura:**

- Essere sicuri interiormente (conoscenza e riconoscimento delle proprie emozioni e vissuti), l'operatore desidera essere consapevole di quello che accade nella relazione di cura e non solo delle proprie emozioni ma anche di quelle del paziente
- Sentirsi professionali, sapere quali sono le modalità di assistenza e comunicative può aiutare a gestire nel miglior modo l'intimità (riservatezza, tu-lei, poter spiegare sempre al paziente le procedure messe in atto)
- Comunicazione chiara aiuta a dipanare ogni dubbio, a non lasciare «nodi in sospeso»

- \* Responsabilità
- \* Intenzioni e obiettivi condivisi
- \* Strategie definite, sapere e condividere
- \* Evitare le distrazioni, l'intimità ha bisogno di attenzione
- \* Presenza

## Barriere dell' intimità

Alcuni fattori possono ostacolare lo sviluppo dell'intimità

- **Cattiva comunicazione:** avere idee distorte circa la natura dell'intimità, avere pregiudizi in merito. ad es. giudicare il desiderio di intimità dell'altro di essere in intimità può rappresentare un forte freno all'espressività reciproca.
- **Mancanza di tempo:** l'intimità richiede tempo per essere coltivata
- **Assenza di consapevolezza:** se le persone coinvolte non sono a consapevoli dei loro pensieri, emozioni , comportamenti...difficilmente riescono a comprendere l'Altro, a mettersi nei suoi panni, ad accoglierlo e ad accettarlo

## **Quali sono le difficoltà dovute all'intimità nella relazione di cura?**

- Stabilire la giusta misura che permetta sempre un intervento rispettoso della sfera intima.
- L'intimità nelle cure infatti ha sempre a che fare con una sorta di vicinanza emotiva, fisica e di condivisione di spazi fisici e pensieri



## Quali rischi?

- Dal momento che è uno stato di apertura e vicinanza molto forte e profondo in cui entrambe le persone coinvolte si rivelano l'un l'altro a rischio di apparire fragili e vulnerabili e in questo senso di essere feriti
- Oppure di restare in una dimensione di controllo di se' e della relazione che però rende il rapporto distaccato e poco empatico.

## Servizio promozione qualità di vita

### *Ambiti di azione*

- Sensibilizzazione e prevenzione
- Consulenza e intervento
- Formazioni sul tema del maltrattamento e della sessualità nella vecchiaia, rivolte a operatori di case di cura medicalizzate, servizi di aiuto domiciliare, centri diurni e studenti delle scuole professionali



Miriam Benin, psicologa psicoterapeuta  
Francesca Ravera, psicologa psicoterapeuta  
[qualita.vita@prosenectute.org](mailto:qualita.vita@prosenectute.org)  
tel. 091.9121717