

**Zeitschrift:** Palliative.ch : Zeitschrift der schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung = revue de la Société suisse de médecine et de soins palliatifs = rivista della Società svizzera di medicina e cure palliative

**Herausgeber:** Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

**Band:** - (2005)

**Heft:** 2: Existenzielles Leiden = Souffrance existentielle = Sofferenza esistenziale

**Artikel:** Logotherapie im Pflegealltag = Logothérapie au quotidien (Résumé) = Logoterapia nelle cure quotidiane (Riassunto)

**Autor:** Bona, Patrizia de

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1091886>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



heiten, durch schicksalhafte Gegebenheiten, grundsätzlich durch die Endlichkeit des Lebens und die Unumkehrbarkeit der Ereignisse. Daran können wir nichts ändern. Aber gleichzeitig besitzen wir Menschen die geistigen Fähigkeiten, von diesen Gegebenheiten auch abrücken zu können und – innerhalb unserer Grenzen – unsere realistischen Möglichkeiten zu erkennen und umzusetzen. Der Verlust, das Unabänderliche bleibt, aber wir können lernen, damit umzugehen. In der Logotherapie sprechen wir von der geistigen Fähigkeit der Einstellungsänderung. Einstellungen lassen sich mit unterschiedlichem Ansatz modulieren. In meiner Abschlussarbeit galt dabei mein Interesse der Einstellungsmodulation mittels narrativer Logotherapie – das Erzählen von Geschichten im Zusammenhang mit dem therapeutischen Prozess. «Geschichten sind für die Seele, was die Medizin für den Körper ist», sagt u.a. Nossrat Peseschkian, ein in Wiesbaden praktizierender persischer Psychotherapeut, der das Element des Erzählens von Geschichten zu einem wichtigen Pfeiler therapeutischen Vorgehens gemacht hat.

#### Wie Logotherapie meinen Pflegealltag verändert hat

Als Onkologiepflegefachfrau pflege und begleite ich seit nunmehr fünfzehn Jahren krebserkrankte Menschen. Dabei lerne ich Menschen und ihre Angehörigen kennen. Mit ihnen erlebe ich die Hochs und Tiefs, die eine Therapie und die Krankheit mit sich bringen. Dabei erfahre ich, welche Einstellungen sie dem Leben gegenüber haben, wie sie versuchen, mit Krankheit, Schmerz und unabänderlichem Schicksal umzugehen.

Der Rahmen einer Begleitung wird aufgrund der stetig steigenden Patientenzahlen und des hektischen Ambulatoriumsbetriebs immer enger – wie konnte also ein Praxis-Transfer aussehen? Das Menschenbild der Logotherapie hat eine wesentliche Konsequenz in der Haltung, mit der der Therapeut/Begleiter dem Patienten begegnet. Diese Haltung spiegelt sich in meiner Wahrnehmung des jeweiligen Patienten und in meinem Umgang mit ihm. In meiner Haltung, meinen Handlungen, den Gesprächen und Worten ist mein Blick nicht nur auf die Bedingtheiten und das Leid, sondern immer auch auf die jeweiligen Lebens- und Sinnmöglichkeiten gerichtet.

Mein Zuhören hat sich verändert – Äußerungen von Patienten zu Einstellungen dem Leben gegenüber machen mich hellhöriger. Hier und da stelle ich selber Fragen, z.B. «Was bedeutet es für Sie, ein gutes Leben zu führen mit einer Krankheit?», «Was ist in Ihrem Leben trotzdem gut? Was ist an Gutem, Heilem da?» oder «Wie fühlt sich das im Körper an?». Da Gesprächssequenzen oftmals kurz ausfallen, sind immer auch Hinweise auf Kraftgebendes und Gutes in beiläufigen Nebensätzen möglich. Magische Sätze mit Depotwirkung. Diese Interventionen verlangen Empathie und Hinwendung, ansonsten verkommen sie zu Floskeln.

Die Ausbildung befähigt und bestärkt mich, den Menschen in seiner existenziellen Erschütterung zu begleiten,

schwierige Momente mit auszuhalten, mich den grossen Fragen zu stellen und gemeinsam ein Fenster zu entdecken, das den Blick öffnet auf die Möglichkeiten, wie sie mit der Erkrankung umgehen können, oder Werte zu entdecken, als Möglichkeit, Sinn zu erfahren. Letzteres könnte Thema einer begleitenden Psychotherapie sein, da in meinem Berufsalltag aufgrund der hohen Arbeitsintensität Grenzen gesetzt sind.

#### Eine Sammlung von Geschichten...

Zum Anderen führten mich meine Überlegungen eines Praxis-Transfers hin zu einer narrativen Intervention in Form einer Geschichtensammlung: Geschichten, welche die geistige Dimension eines Menschen anzuregen vermögen, die ein Innehalten ermöglichen und Gedanken zu eigener Einstellungs- und Handlungsweise fördern – aufgelegt in den Warte- und Behandlungsräumen. Die Arbeit erfolgte zuhause, und die Geschichten konnten wirken, auch ohne mein Zutun.

#### Geschichten zum Thema Einstellungen/Standortwechsel/ Einstellungsmodulation:

«Die Einstellung des Menschen zu einem Sachverhalt ist in Wahrheit nicht von diesem Tatbestand geprägt, sondern von der jeweiligen Persönlichkeit des Betreffenden selbst; und diese Prägung erst verleiht dem objektiven Tatbestand seine subjektive Relevanz. Wenn im Herbst die ersten Nebel durch das Land ziehen und die Blätter langsam von den Bäumen fallen, dann bedeutet dies nicht zwangsläufig, dass der Betrachter traurig werden muss. Ebenso gut könnte diese Szenerie in ihm die Assoziation mit gemütlichen langen Winterabenden im warmen Wohnzimmer bei Kerzenschein und duftendem Tannenreisig wachrufen. Der Betrachter allein bestimmt in seiner Einstellung die emotionale Färbung der sachlichen Umwelt, und seine Einstellung wiederum beeinflusst seinen psychischen Zustand», so schreibt Elisabeth Lukas, eine der bekanntesten Schülerinnen Frankls. (Lukas, 1994, S. 66) Zu diesem Sachverhalt habe ich wirkungsvolle Geschichten gefunden. «Die halbe Wahrheit» und «Die Dinge auf den Kopf stellen» sind Beispiele dafür.

#### Geschichten zum Thema Umgang mit Krankheit und unabänderlichem Schicksal und Verwirklichung von Einstellungswerten:

Das Leben ist eine ständige Auseinandersetzung mit den Gegebenheiten des Seins. Viele Menschen meinen Anspruch auf irgendetwas, auf ein gesundes, auf ein langes und auf ein angenehmes Leben zu haben. Werden Menschen mit Krankheit, Leid oder einem unabänderlichen Schicksal konfrontiert, gilt es erst, diese Anspruchshypothese fallen zu lassen, damit sich die geistige Wahrnehmung in Richtung vorhandenem Freiraum öffnen kann, d.h. ringend entdecken, was trotz Einschränkung und Verlust an positiven Lebensmöglichkeiten geblieben ist. Wir Menschen tun uns schwer damit, und intensive Emotionen begleiten diesen Prozess.

Selbst in einer Situation äusserster Unfreiheit bleibt eine innere Freiheit bestehen, nämlich im Wie der jeweiligen Einstellung. Für Frankl verbirgt sich die Sinnmöglichkeit dahinter, wie ein Mensch solche Leiden trägt: «...aufs Tragen kommt es an – darauf, wie man das Schicksal trägt, sobald man es nicht mehr in die Hand nehmen, vielmehr nur noch auf sich nehmen kann.» (Frankl, 1998, S.131)

So habe ich Geschichten ausgewählt, welche die Einstellungswerte, neue Freiräume, Ressourcen und die Entdeckung von Sinnmöglichkeiten in eindrücklicher Weise darstellen.

Die Geschichte vom Bambus, von der Palme oder die Parabel vom Senfkorn sind, so meine ich, sehr wertvolle Texte.

**Geschichten zum Thema Wertfähigkeit/parallele Wertorientierung und Verwirklichung von Erlebniswerten:**

Geht es bei den schöpferischen Werten darum, etwas Wertvolles in die Welt zu setzen, so helfen die Erlebniswerte, etwas Wertvolles von der Welt in sich aufzunehmen und sich damit selbst zu bereichern. Sinnerfüllung bietet das Erlebnis des Schönen, der Natur oder der Liebe. Gerade in Zeiten von Krisen und Krankheit, wo das Tun und Schaffen oftmals eingeschränkt wird oder ganz wegfällt, ist es notwendig, sich dieser Werte gewahr zu werden – im Erleben und in der Achtsamkeit lassen sich neue Kraft, Mut und Hoffnung mobilisieren. Freude und Dankbarkeit können spürbar werden. Versäume die Wunder dieser Welt nicht! Geschichten können uns dazu auffordern und lassen uns deren Sinnfülle erahnen. In einer der Geschichten sammelt die Maus Frederick Farben und Sonnenstrahlen für die kalten Wintertage...

**Geschichten zum Thema Wertfähigkeit/parallele Wertorientierung und Verwirklichung von Erlebniswerten:**

Selbsttranszendenz und Selbstdistanzierungsfähigkeit sind zentrale Begriffe und Sachverhalte in der Logotherapie. Die Trotzmacht des Geistes ermöglicht ein «Immer-auch-anders-sein-Können». Sie vermag dem Menschen Flügel zu verleihen, sich über alle Bedingtheiten hinauszuschwingen. So wie es der Mäwe Jonathans in dessen Geschichte gelingt. Vermag ein Mensch Sinn erkennen oder weiss er um ein «um dessentwillen», so öffnen sich ihm weitere Kraftschleusen. Trotzmacht, Hoffnung, Humor und Dankbarkeit gehören u.a. zu unseren Selbstheilungskräften und können unser Immunsystem stärken. Diese Zusammenhänge sind Thema vieler Forschungsarbeiten. So sind auch Humor- und Bildergeschichten in der Sammlung zu finden.

**Geschichten zum Thema Lebensbetrachtung:**

In einer Parabel fragt der Buchfink: «Was ist eigentlich das Leben?» So fragt auch der Mensch – fragt an den Kreuzungen in seinem Leben nach dessen Sinn. Während der Behandlungen und Therapien denken die Patienten oftmals laut über das Leben nach.

Die Frage nach dem Lebenssinn lässt sich nur konkret stellen und nur aktiv beantworten, so Frankl. «Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt – er ist vielmehr der vom Leben her Befragte, der dem Leben zu antworten – das Leben zu verantworten hat.»(Frankl, 1998, S.141) Für gewöhnlich sieht der Mensch nur das Stoppelfeld der Vergänglichkeit; was er übersieht, sind die vollen Scheunen der Vergangenheit.

Die innere Sehnsucht des Menschen – im Sinne einer unbewussten Gottbezogenheit bzw. unbewussten Religiosität innerhalb der unbewussten Geistigkeit des Menschen – so Frankl, gehört mit zur Auseinandersetzung einer jeden Lebensbetrachtung. Patienten sprechen von ihrer Beziehung zu Gott und ihrer Religiosität. Einige sind sich des Getragen-Seins nicht mehr sicher, zweifeln und hoffen zugleich – so wie es uns die Geschichte «Der Traum» erzählt.

Die Geschichte von der geballten Faust – sie variiert das uralte Thema von der Paradoxie des Glücks. Je mehr man nach dem Glück greift, desto mehr verflüchtigt es sich – im Loslassen schenkt es sich uns. Frankl dazu: «Glück muss einen Grund haben, als dessen Folge es sich jeweils von selbst einstellen kann – es muss er-folgen, lässt sich aber nicht er-zielen.»(Frankl, 1996, S.52)

**...und ihre Auswirkungen**

Die Geschichtensammlung löste viel Aufsehen aus und fand wunderbaren Anklang. Die PatientInnen äusserten ihre Begeisterung, indem sie mich beglückwünschten und mir für die wertvolle Arbeit dankten. Angehörige, auch Pharmavertreter sowie Spitalangestellte sprachen mich auf die Sammlung an.

Ich konnte eifrige und konzentrierte Leser beobachten – sei es mit einem nachdenklichen Ausdruck oder mit einem Schmunzeln auf dem Gesicht.

Dazu ein paar Aussagen:

- es sind Geschichten, die anrühren und zum Denken anregen – sie wirken nach;
- ich kann immer wieder darin blättern und entdecke Neues;
- je nach Befindlichkeit wirken die Geschichten anders auf mich, berührt mich bereits Gelesenes auf neue Weise;
- ich liebe Geschichten, es ist schön, dass nun sogar welche aufliegen;
- es sind keine üblichen Geschichten – es gilt, sie aufmerksam zu lesen, denn der Sinn ist hintergründig;
- die Bildergeschichten bringen mich zum Schmunzeln und machen mich leicht.

In der Geschichte vom Esel und seinen Begleitern konnten einige Patienten ihre eigene Verhaltensweise entdecken und über sich selber schmunzeln. Das tun, was sie für richtig halten, sehen einige Menschen als ihre Aufgabe in der Krankheit.

Das viele Schmunzeln ob der humorigen Einlagen machte mich neu auf die grosse Bedeutung des Humors aufmerksam – der Humor als grosse Ressource einer Salutogenese.

Der taube Frosch, der es entgegen aller Meinungen schaffte, über die hohe Mauer zu klettern, vermochte viele der Patienten und Angehörigen zu begeistern. An sich selber zu glauben, allen Statistiken und Prognosen zum Trotz! Die Geschichte vom Schmetterling ging einer Patientin sehr nahe. Sie fühle sich wie dieser Schmetterling, der die offene Balkontür nicht bemerkt.

Geschichten, aus denen die Hoffnung spricht, sprechen den Menschen an. So die Geschichte von den vier Kerzen und der Gedanke von Vaclav Havel – im Gespräch dachten wir laut über die grosse Kraftquelle der Hoffnung nach – im Gespräch kristallisierte sich heraus, dass es dabei nicht immer um die Hoffnung auf Genesung geht, wohl aber über die Hoffnung, heil zu werden.

Die Bildergeschichte mit dem Storch und dem Frosch war klarer Favorit. Das Bild zeigt eine scheinbar ausweglose Situation, und dennoch weist sie auf einen noch möglichen Handlungsspielraum hin. Der Wunsch nach einer Kopie war gross. Ein Patient fragte mich nach der Bedeutung des chinesischen Sprichworts. So nahm ich den Faden auf und wir sprachen über den Umgang mit der Traurigkeit.

Die Geschichte vom Beppo, dem Strassenwischer, erzählt davon, wie lange Strassen bewältigt werden können – Schritt-Atemzug-Besenstrich: sprechen Patienten vom grossen Berg, der Mauer, dem langen Weg, der nicht zu schaffen ist, gilt die Konzentration dem nächsten Schritt. Eine Patientin meinte: ich halte mich an den Beppo.

Zur Geschichte von der geballten Faust und den Nüssen kamen interessante Interpretationen. Loszulassen, den Krug anschliessend kippen und die Nüsse herausrollen lassen – dies sei doch sonnenklar, meinte ein Enkel einer Patientin. Sie hatte die Geschichte mit nach Hause genommen und ihren Enkeln erzählt.

Die Geschichte vom Traum und den zwei Spuren bewegte. Sie erzählt vom Getragen-Sein mit versteckten Tränen beschreiben einige deren tröstende Wirkung.

Ein Patient erzählte von einer eigenen Erfahrung mit der Betrachtung von Glück und Unglück. Er war es auch, der mir eine schöne Geschichte über das Sich-Verschenken mitbrachte. Es wurde für mich zu einem kleinen Vermächtnis – nach seinem Tod.

Wohl habe ich hin und wieder Kopien einer Lieblingsgeschichte dem Patienten mitgeben können, doch dass ich gezielt eine Geschichte auswählte und mitgab, kam eher selten vor. Eine Patientin ist mir in lieber Erinnerung, eine tatkräftige und fleissige Hausfrau, Ehefrau und Grossmutter. Die Arbeit machte ihr Freude und machte Sinn, lenkte ab – obwohl sie aufgrund ihrer Krankheit ihre Kräfte doppelt bündeln musste. Die zunehmende Müdigkeit und Kraftlosigkeit belasteten sie sehr, das Schaffen fiel weg, und was nun? Wir sprachen von der Geschichte vom Fisch und der Muschel – wie diese ruhig daliegt und bemerkt,

wie die Dinge um sie herum zu sprechen beginnen – anderntags gab ich ihr die Geschichte, verpackt in einer Muschelkarte, mit nach Hause.

Seit dieser Zeit sind nun zwei Jahre vergangen, eine weitere Sammlung folgte. Ich erhielt zudem Anfragen zum Kauf eines Exemplars. All die Aussagen und Reaktionen der Menschen lassen darauf schliessen, dass die Geschichten, Parabeln und Lebensweisheiten geistige Impulse auszulösen vermochten – in der Hoffnung, dass die Depotwirkung oder der Aufforderungscharakter einer Geschichte zu Einstellungsveränderungen führen – und den Menschen in seinem geistigen Ringen begleiten, anregen, ermutigen und trösten.

#### Literaturangaben:

- Frankl Viktor E.: Logotherapie und Existenzanalyse, Psychologie Verlags Union, Weinheim, 1998
- Frankl Viktor E.: Der leidende Mensch, Verlag Hans Huber, Bern 1996
- Frankl Viktor E.: Homo patiens, Wien: Franz Deuticke, 1950
- Frankl Viktor E.: Der unbewusste Gott, Kösel Verlag GmbH&Co, München, 3.Auflage 1995
- Lukas Elisabeth: Auch dein Leiden hat Sinn, Herder Verlag, Freiburg im Breisgau, 1997
- Lukas Elisabeth: Psychotherapie in Würde, Quintessenz Verlags-GmbH, München, 1994
- Peseschkian Nossrat: Der Kaufmann und der Papagei, Fischer Taschenbuch Verlag, 23.Auflage, 1999
- Riemeyer Jörg: Die Logotherapie Viktor Frankls, Quell/Gütersloher Verlagshaus GmbH, 2002
- De Bona Patrizia: Geschichtensammlung, Geschichten sind für Seele, was die Medizin für den Körper ist'

#### Korrespondenz:

Patrizia De Bona  
Onkologiepflegefachfrau  
Beraterin in Logotherapie und Existenzanalyse  
ehem. Onkologieambulatorium, Spital Limmattal, Schlieren  
heute Leitung Pflegedienst  
Alters- und Pflegezentrum Lanzeln  
Bahnhofstr. 58  
CH 8712 Stäfa  
patde@bluewin.ch

Beppo, le balayeur de rues:

«Parfois, on a une très longue rue devant soi. On a l'impression qu'elle est affreusement longue; on a l'impression qu'on ne va jamais y arriver.» – «Mais il ne faut pas penser à toute la rue d'un coup, tu comprends? Il faut penser seulement au prochain pas, à la prochaine respiration, au prochain coup de balai. Et ensuite à celui d'après.» Et après une nouvelle longue pause, il poursuivit: «Tout à coup, tu t'aperçois que pas après pas toute la rue a été balayée, sans que tu t'en aperçoives, et sans que tu sois essoufflé.»

Patrizia De Bona

## Logothérapie au quotidien

### (Résumé)

Lorsqu'il est confronté à un événement pénible et inévitable, l'homme prend tout particulièrement et douloureusement conscience de ses limites. En général, nous sommes confrontés aux restrictions imposées par nos propres limites, les circonstances dans lesquelles nous ont placés le destin, et bien sûr par notre mortalité et le caractère irréversible des événements qui jalonnent notre vie. Ce sont des éléments auxquels nous ne pouvons rien changer. Mais en même temps, nous possédons la faculté (dans l'espace de nos limites) de prendre intérieurement de la distance d'avec ces contraintes, de faire le tour des possibilités qui sont objectivement les nôtres et de les utiliser. En logothérapie, on parle à cet égard de modification des points de vue.

Du fait du nombre toujours croissant de situations et de l'activité intense de notre ambulatoire, l'espace dédié à l'accompagnement thérapeutique va se rétrécissant – comment, dans ces conditions, transférer ces connaissances dans la pratique?

Mon écoute s'est modifiée – ce que les patients expriment du regard qu'ils portent sur la vie appelle de moi une attention particulière – je ressens leur détresse spirituelle et je m'ouvre à leurs questionnements. De temps à autre je pose moi-même une question, par exemple: «Qu'est-ce que cela signifie pour vous de vivre avec une maladie?», «Qu'est-ce qui reste de bon, de sain dans votre vie?» Comme les dialogues sont souvent très brefs, il est toujours possible de faire des remarques en passant sur ce qui est positif et ce qui donne des forces. Ce sont des phrases magiques qui ont un effet à long terme, à condition que les interventions soient faites avec empathie et attention, sans quoi elles se transforment en langue de bois.

Par ailleurs, j'ai imaginé une intervention narrative sous la forme d'un recueil d'histoires – d'histoires qui puissent alimenter la dimension spirituelle d'une personne, qui permettent de faire une pause et de stimuler la réflexion sur sa propre manière de voir le monde et d'agir. Ce recueil était mis à disposition dans la salle d'attente et les salles de traitement et permettait aux patients de travailler à la maison, sans ma participation. Les histoires portaient sur:

- vision du monde/changements de point de vue
- faire face à la maladie et à un destin inéluctable
- présence au monde/réorientation des valeurs
- la force de l'esprit envers et contre tout/autotranscendance
- regards sur la vie

Ce recueil a suscité beaucoup d'intérêt et a trouvé des échos très favorables. Dans l'histoire de l'âne et de ses compagnons, certains patients ont retrouvé leur propre manière d'agir et ont pu rire d'eux-mêmes. Certaines personnes voient comme une tâche qui est la leur dans la maladie de faire ce qu'ils tiennent pour juste.

Le fait que beaucoup de patients aient ri des histoires m'a rappelé une fois de plus l'importance de l'humour – l'humour comme ressource majeure dans la salutogenèse. C'est l'histoire illustrée avec la cigogne et la grenouille qui a remporté la palme. L'image décrit une situation apparemment sans issue, pourtant elle indique un espace de manœuvre encore disponible. L'histoire du rêve avec les deux traces dans le sable a ému les gens. Elle évoque l'idée d'être porté et plusieurs patients en ont décrit l'effet réconfortant les larmes aux yeux.

L'ensemble de ces réactions me font conclure que les histoires, paraboles et proverbes ont eu le pouvoir de libérer des forces spirituelles – dans l'espoir que l'effet long terme ou la stimulation représentée par une histoire puisse conduire à des modifications de point de vue – et qu'ils constituent pour l'homme en train de lutter dans son être spirituel une source de compagnie, de stimulation, d'encouragement et de réconfort.

Beppo, lo spazzino:

«A volte c'è una lunga strada davanti a sé. Si ha l'impressione che sia incredibilmente lunga; si ha l'impressione che non si arriverà mai alla fine.» – «Ma, non bisogna pensare a tutta la strada in un colpo solo, comprendi? Bisogna pensare unicamente al prossimo passo, al prossimo respiro, alla prossima spazzata. E poi a quella successiva.» E, dopo una lunga pausa, continuò: «Tutto d'un colpo ti accorgi che, passo dopo passo, tutta la strada è stata spazzata, senza che te ne accorgessi e senza che ti abbia lasciato senza fiato.»

Patrizia De Bona

## Logoterapia nelle cure quotidiane

### (Riassunto)

Quando è confrontato con un evento infausto e inevitabile, l'uomo prende dolorosamente coscienza dei suoi limiti. Come uomini siamo limitati dai nostri condizionamenti, dalle circostanze fatali, essenzialmente lo siamo dalla finitezza del nostro essere e dal carattere irreversibile degli eventi che costellano la nostra vita. Non ci si può fare nulla. Ma allo stesso tempo possediamo le capacità mentali per prendere distanza da questi condizionamenti – all'interno dei nostri limiti – per riconoscere le nostre possibilità realistiche e per metterle in atto. La perdita, l'irrevocabilità rimane, ma possiamo imparare a trattare con ciò. Nella logoterapia parliamo di capacità di cambiamento di atteggiamento.

A causa del numero sempre crescente di situazioni e dell'attività ambulatoriale intensa, lo spazio dedicato all'accompagnamento terapeutico si restringe – come operare un cambiamento di pratica in queste condizioni?

Il mio ascolto si è modificato – ciò che i pazienti esprimono del loro atteggiamento nei confronti della vita mi rende particolarmente attenta – percepisco il loro disagio spirituale e mi pongo delle domande. A volte pongo io stessa delle domande, come per esempio «Che cosa significa per lei vivere bene con una malattia?», «Che cosa c'è di buono nella sua vita malgrado la malattia? Cosa c'è di buono, di sano?» Dal momento che spesso le sequenze del racconto risultano essere brevi, sono sempre possibili delle osservazioni occasionali su ciò che è positivo e che dà forza. Sono delle frasi magiche che hanno un effetto nel tempo. Questi interventi richiedono empatia e attenzione, altrimenti diventano retorica.

Peraltro, ho immaginato un intervento narrativo sotto la forma di una raccolta di racconti – racconti che potessero alimentare la dimensione spirituale di una persona, che permettessero di fare una pausa e di stimolare la riflessione sul proprio atteggiamento e modo di agire. Questa raccolta era a disposizione nella sala d'aspetto e nelle sale di trattamento e consentiva ai pazienti di lavorare a casa, senza la mia partecipazione.

I racconti portavano su:

- Atteggiamento/spostamento
- confronto con la malattia e con un destino ineluttabile
- consapevolezza dei valori/riorientamento dei valori
- forza dello spirito verso e contro tutto/autotrascendenza
- riflessione sulla vita

Questa raccolta ha suscitato molto interesse e ha trovato degli echi molto positivi. Nel racconto dell'asino e dei suoi compagni, alcuni pazienti hanno ritrovato il loro modo di agire e hanno potuto ridere di sé stessi. Alcune persone considerano un loro compito nella malattia di fare ciò che ritengono giusto.

Il fatto che molti di loro abbiano potuto ridere dei racconti mi ha ricordato una volta in più l'importanza dell'umorismo – umorismo come risorsa importante nella salutogenesi. Il racconto della rana sorda che è riuscita a scalare il muro contro ogni previsione ha entusiasmato molti miei pazienti e familiari. Credere in sé stessi contro ogni pronostico e statistica!

Il racconto illustrato della cicogna e della rana è stato chiaramente il preferito. L'immagine mostra una situazione apparentemente senza via d'uscita, ciò nonostante, indica uno spazio di manovra ancora possibile. Il racconto del sogno ha commosso la gente. Evoca l'idea di essere portato e molti pazienti ne hanno descritto l'effetto confortante con le lacrime agli occhi.

Tutte queste dichiarazioni e reazioni mi fanno giungere alla conclusione che i racconti, le parabole, i detti hanno avuto il potere di liberare delle forze spirituali – nella speranza che l'effetto nel tempo o il carattere di esortazione di un racconto possano portare a una modificazione di atteggiamento – e che possano essere per l'uomo una fonte di compagnia, di stimolo, di incoraggiamento e di conforto nella sua lotta spirituale.