

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

Herausgeber: Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

Band: 29 (1993)

Heft: 6

Artikel: Attenzione alla schiena, per il proprio bene

Autor: Keel, Peter

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

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: 10.01.2026

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

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 ri-stabilimento 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 psichiatria, 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: _____

