

I nostri soci, i nostri amici, hanno piacere di condividere alcune loro esperienze, alcune idee con tutti.

La voce dei nostri amici – esperienza e arricchimento

Una persona che vive un evento estremo come la tortura, la perdita di libertà, la minaccia di morte, sperimenta una paura intensa e un grande senso di impotenza: le conseguenze sono disturbi psichici, depressione e fobie

Le vittime della tortura annullano il passato e temono il futuro!

Una nostra nuova amica, Mihaela, con un forte calore umano e con profondità scientifica, ci illustra come la tortura miri all'annichilimento della persona e quale impatto abbia sulla psiche delle vittime.

Quando sentivo racconti di persone che hanno subito tortura mi chiedevo se quelle persone saranno come prima, se quelle persone potranno andare avanti nella vita facendo dei progetti per il futuro e sorridere mentre guardano gli altri negli occhi. Cosa succede nella loro mente? Cosa provano nel loro corpo e nella loro anima? E così sono andata a cercare delle risposte. Il *Manuale diagnostico di salute mentale* (DSM-IV-TR, 2001) definisce come traumatico un evento estremo che implica esperienza personale diretta, che può causare lesioni gravi, minacce all'integrità fisica o la morte. Altrettanto traumatico è quando si assiste o si è al corrente di una situazione traumatica in cui una persona cara subisce violenza, gravi danni o minaccia di morte.

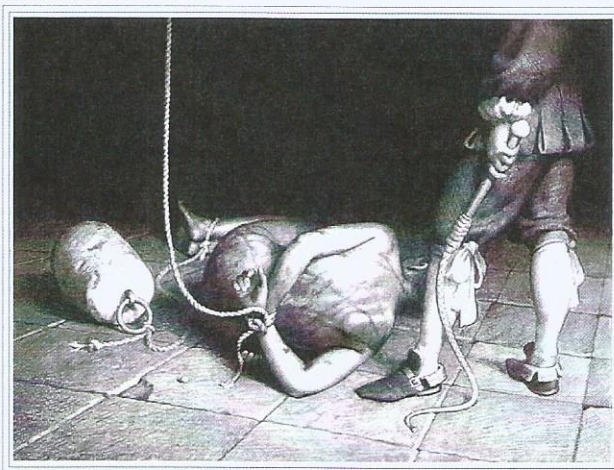
La risposta trovata parla di paura intensa, senso di impotenza e orrore. Tra gli eventi traumatici vissuti direttamente si possono elencare: attacco fisico, tortura, incarcerazione in un campo di concentramento,

violenza. Dunque, se una persona vive un evento estremo come la tortura, la perdita di libertà, la minaccia di morte, sperimenta **una paura intensa e un grande senso di impotenza**. Ma quanto può un essere umano sperimentare queste intense emozioni? Per quanto tempo può sopportare questo stato? Perché la tortura viene considerata la violenza peggiore che un essere umano possa subire? Gli esperti in campo psicologico affermano che la tortura è un metodo aggressivo, programmato e sistematico **perpetrata sul corpo e sulla mente di un individuo** con lo scopo dichiarato di annientarlo. Il torturato viene continuamente dichiarato colpevole e responsabile della sofferenza di cui è vittima. Chi sperimenta la tortura sa che la sua vita è sempre tra i confini della vita e della morte perché nell'arco di poche ore **lo stato psicofisico dell'individuo viene totalmente ed artificialmente alterato**. Di fronte ad un dolore così grande l'individuo che subisce tortura sperimenta un profondo trauma psichico che è dato da una notevole quantità e qualità di stimoli estremi (che in condizioni normali di vita non si notano) che invade l'apparato psichico, determinando una disorganizzazione più o meno reversibile. **Un altro elemento che rende la tortura**

ancora più dolorosa è il consenso oppure il "silenzio" dei contesti sociali. Ci sono dei Paesi che "giustificano" il crimine, la sofferenza, la tortura e la privazione di libertà dei loro cittadini. In quel momento l'angoscia dell'individuo torturato aumenta ancora di più sentendosi privo anche di un minimo supporto di protezione esterna.

A questo punto mi domando: la mente della persona torturata subisce un danno indelebile? Sempre gli specialisti in trauma psichico affermano che nella mente della persona che ha subito tortura si formano delle stigmi

fissate al trauma e la fissazione attorno alla brutalità dell'esperienza vissuta non è dovuta ad un conflitto intra-psichico ma all'incapacità della mente di integrare, legare ed elaborare in catene associative l'accelerazione affettiva e sensoriale che la invade. Lo scopo della tortura è l'annichilimento e di conseguenza **la mente dell'individuo si fissa al presente traumatico annullando il passato e il**



futuro. La grande maggioranza di coloro che sono stati torturati sviluppano dei disturbi psichici tra cui la depressione, il disturbo post-traumatico da stress, le fobie. Tramite immagini, pensieri, percezioni, l'evento traumatico viene rivissuto, **la persona traumatizzata ha l'impressione che lo stesso evento si sta ripetendo** (illusioni, allucinazioni, episodi dissociativi di flashback). Per questo gli sforzi della persona che ha subito tortura sono orientati ad evitare pensieri, situazioni, persone e conversazioni sull'argomento che fanno ricordare la sofferenza vissuta. **Dall'altra parte, la presenza dei sentimenti di infelicità e di disperazione gravi e persistenti possono portare alla depressione e in alcuni casi al suicidio.** Dunque, privo di speranza e di aiuto, calpestato nel corpo e nell'anima, dimenticato nella sua sofferenza ci domandiamo cosa lo renda ancora vivo.

Nell'essere umano, in qualunque essere umano c'è una forza enorme, un istinto di sopravvivenza e una grande voglia di vivere: il suo grido di aiuto ci provoca, spingendo ognuno di noi a difendere il suo diritto alla vita e il suo sogno di poter sorridere, un domani.

Mihaela Barticel