



M. Iannelli

## RIASSUNTO

Giungere alla prescrizione dei Rimedi Floreali, rispettando ed accogliendo quanto il paziente manifesti ed esprima cercando di evitare proiezioni ed imposizioni e, soprattutto, cercando di evitare che, attraverso la cura del paziente, il medico curi se stesso, comporta un impegno formativo non meno importante della propria attività clinica.

La relazione con il paziente, con i suoi familiari, la collaborazione con i Colleghi, il rapporto con le Istituzioni, il contatto diretto con la sofferenza e tutto ciò che consegue dalle altrui aspettative e dalle assunzioni di responsabilità, rendono la professione del medico "difficile e pericolosa".

Il riconoscimento del proprio malessere e l'affidarsi ad altri Colleghi rappresenta il primo passo utile per affrontare proficuamente quelle situazioni che si caratterizzano da un semplice passaggio critico fino alla sindrome del "burn out". La Floriterapia di Bach fornisce un prezioso apporto per l'elaborazione ed il superamento di questi disagi.

**PAROLE CHIAVE** FORMAZIONE DEL MEDICO IN FLORITERAPIA DI BACH, RELAZIONE MEDICO-PAZIENTE, DISAGI DEL MEDICO, RIMEDI FLOREALI PER IL MEDICO

**SUMMARY:** Prescribing Flower Remedies, respecting and accepting the patient's physiological and psychological state, keeping away from mental projections and constraints and, above all, trying to prevent from identifying himself with the patient while treating him: all this involves a training task for a M. D. as much important as his clinical activity. The doctor's relationship with the patient and his relatives, his co-operation with his Colleagues, his approach to the Institutions and to the patient's sufferings and the results of the patient's expectations, taking on his responsibility, make the profession "difficult and dangerous".

Therefore, confessing his own uneasiness and relying on other Colleagues' experience might represent the first, useful step to successfully cope with those situations ranging from a simple critical passage to the "burn-out" syndrome. Bach Flowertherapy can be a precious support to deeply understand and overcome such a discomfort.

**KEY WORDS:** BACH FLOWER THERAPY, DOCTOR-PATIENT RELATIONSHIP, DOCTOR'S DISCOMFORT, FLOWER REMEDIES FOR THE DOCTOR

## MEDICO, CONOSCI TE STESSO! MEDICE, CURA TE IPSUM! I RIMEDI FLOREALI DI BACH PER IL MEDICO

*PHYSICIAN, HEAL YOURSELF! MEDICE, CURA TE IPSUM!  
BACH FLORAL REMEDIES FOR THE PHYSICIAN*

### I RIMEDI FLOREALI PER IL MEDICO

#### ■ "MEDICE CURA TE IPSUM!"

Occorre subito interpretare correttamente questo virtuoso invito del Vangelo (*Luca IV, 23*). Se lo trasliamo in ambito medico, l'aforisma non va inteso come deprecabile, presuntuosa e dannosa spinta al "fai da te" diagnostico-terapeutica, bensì un sano assumersi la responsabilità della propria salute nell'ambito di una professione tra le più difficili, complesse e "pericolose".

È proprio questo il primo punto che ritengo utile affrontare: queste considerazioni scaturiscono dall'autoosservazione in quanto Medico ma anche dalle esperienze maturate in qualità di terapeuta di altri Colleghi.

Un fenomeno che, macroscopicamente, appare caratterizzare il Medico è una sorta di trascuratezza della gestione della propria salute, un vero e proprio imbarazzo rispetto al proprio *star male*, un'evidente difficoltà e resistenza a rivolgersi ad un altro Medico.

Tali difficoltà e resistenze si manifesta-

no ancor più se si necessita di uno Specialista in una branca uguale od analoga alla propria o quando si debba prendersi cura di alcuni aspetti emozionali ed esistenziali relativi al proprio essere **Persona** ed al proprio essere **Medico**.

I motivi alla base di queste difficoltà sono numerosi: alcuni comuni a quelli di tutti gli altri Esseri Umani, altri derivanti esclusivamente dall'esercizio professionale.

Tra quelli specifici elenchiamo quelli probabilmente più frequenti e verosimili: un'autoidentificazione rigida nel ruolo di Medico che si sostanzia nell'*apparire* piuttosto che nell'*essere*, nel venire incontro più a richieste burocratiche piuttosto che "di salute", nell'aderire a stereotipi e pregiudizi, nella ricerca di un potere falsamente rassicurante, nel conformismo, nell'essere vittima di immagini idealizzate ed onnipotenti di sé che portano a stasi e che, quando disconfermate, provocano svilenti sentimenti di autosvalutazione. Più questi aspetti sono pervasivi, più la professione diventa gravosa e destabilizzante con notevole difficoltà, per motivi personali, a rivolgersi alle cure di un Collega. Questi eventi vengono irreali-

sticamente vissuti come la dichiarazione di un fallimento, una sconfitta del sapere, un venir clamorosamente meno alle aspettative interiori di natura superegoica. Queste aspettative sono rafforzate da frequenti pregiudizi e dalle distorte interpretazioni sociali che fanno del Medico una figura inattaccabile dal male in quanto detentore di un sapere che si presume illimitato, precluso ai molti e, quindi, avvolto da un alone magico. Ciò innesca un circolo vizioso che può sfociare in alcune manifestazioni clamorose quali, tra le altre, l'uso massiccio e distorto di farmaci oppure lo stato di "Burn-Out".

Eppure, anche alla luce di quanto esposto, è evidente l'enorme difficoltà della professione medica, difficile e pericolosa: sarebbe, quindi, logico ed auspicabile aspettarsi una maggior riflessione su se stessi e sui propri vissuti. Le numerose difficoltà del medico sono note ed estremamente diversificate in ordine all'età, sesso, posizione gerarchica, ambito lavorativo e specializzazione.

Tra le tante citeremo solo le principali:

- Innanzitutto il dover convivere quotidianamente con la malattia e la sofferenza, la pressione esercitata dal paziente e dai suoi familiari, il peso delle responsabilità, l'aggiornamento professionale obbligatorio non necessariamente quello a cui voler potenzialmente accedere e da cui ricavare nozioni e spunti interessanti per la propria attività.
- Complicano le cose i non sempre buoni rapporti con i Colleghi, con le Istituzioni che, con la burocrazia e le gerarchie, possono rendere tediosa ed ingabbiata una professione che, per propria natura, non dovrebbe essere caratterizzata solo da connotazioni tecnicistiche. A tutto ciò si devono aggiungere alcune problematiche specifiche e fenomeni evidenziatisi negli ultimi decenni riguardanti l'intera società e, quindi, anche la nostra attività: la disoccupazione, la sottoccupazione ed il sempre più frequente fenomeno di "mobbing".

Ecco quindi, l'importanza per il Medico di essere Persona nel senso più ampio e completo del termine ma soprattutto Persona sanamente disponibile a fare i conti con le proprie sofferenze, i propri conflitti ed i propri lati-ombra, per far sì che questi elementi non solo non debbano rappresentare fattori di disturbo, freno, interferenza, distorsione della propria attività ma diventino fonte da cui trarre spunti per maggiore e miglior comprensione ed accettazione dell'Altrui sofferenza. Ciò permette di non ricoprire più un ruolo limitante ed autolimitante ma di svolgere efficacemente la funzione che si è scelta: quella di aiutare Chi si rivolge a noi per il miglioramento della propria qualità di vita.

Esiste la possibilità di intraprendere questo percorso di autoconsapevolezza, di autocoscienza e di autoconoscenza che porta alla libertà, all'efficacia e ad una maggiore qualità della propria esistenza e della propria vita professionale sia attraverso esperienze formative di gruppo ("Gruppi Balint"), che attraverso percorsi individuali di autoconoscenza catalizzati dai Fiori di Bach nell'ambito di una relazione terapeutica.

La TAB. 1 indica chiaramente, alla luce della visione dell'Uomo di E. Bach, il percorso ed i risultati tangibili di questo percorso.

TAB. 1



### UTILIZZO DEI FIORI IN "STOCK BOTTLE"

Molto interessante è l'uso dei Rimedi Floreali in "stock bottle" per fronteggiare una serie di situazioni emozionali negative che possono essere sollecitate da eventi specifici relativi a particolari momenti professionali e di relazione con pazienti che sollecitano specifiche dinamiche conflittuali ed emozionali.

#### ■ GENTIAN

E' rimedio per la demoralizzazione, il dubbio, lo scoramento. Può essere utilizzato in numerose occasioni che riguardano la professione come, ad esempio, nell'ambito di una ricerca di collocazione occupazionale dopo la Laurea e l'A-



FIG. 1

bilitazione, come sostegno in un corso di studi, come ausilio nell'ambito di un rapporto terapeutico in cui non si colgono evidenti risultati pur nella convinzione di percorrere la "giusta strada".

#### ■ **IMPATIENS** (FIG. 1)

È utile nel caso del "furor sanandi" per cui non si ha la pazienza di attendere i fisiologici ed assolutamente variabili tempi di cambiamento dei pazienti; a volte questa situazione può tingersi anche di elementi demoralizzanti: in tal caso è utile l'associazione con Gentian.

#### ■ **MIMULUS** (FIG. 2)

È rimedio molto importante nella professione medica poiché relativo alle paure identificabili, sollecitante la virtù ed il coraggio.

#### ■ **CLEMATIS** (FIG. 3)

È fiore che può aiutare il medico quando si debba essere presenti ed attenti al "qui ed ora" della relazione. È rimedio molto utile nell'agevolazione dell'ascolto empatico.

#### ■ **LARCH** (FIG. 4)

È rimedio molto interessante poiché è relazionato alla sensazione di inferiorità: potrebbe essere utile se questo stato emo-



FIG. 2

tivo si presenti nelle relazioni con i Colleghi, con i superiori, con le Istituzioni. È anche utile agli inizi della propria carriera se l'anticipazione di fallimento e/o l'idea di una impossibilità di successo siano presenti a livello conscio od inconscio.

#### ■ **PINE**

È Floriterapico che potrebbe essere usato con successo in quelle situazioni di "mobbing", sempre più frequenti. In questi casi la vittima si attribuisce responsabilità e colpe inesistenti per tentare di dar senso agli eventi di cui è og-

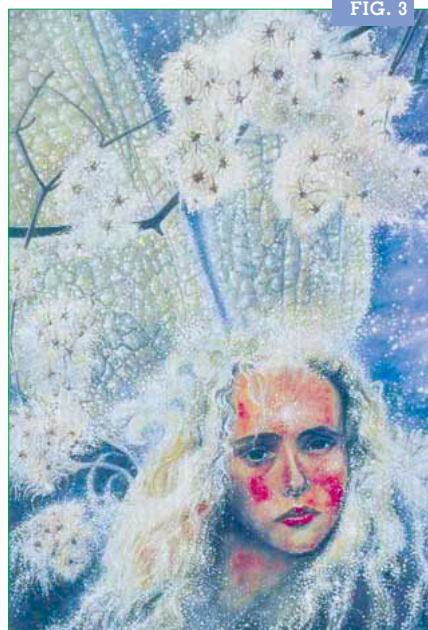


FIG. 3

getto. Nel caso di "mobbing" in soggetti fragili e fortemente conflittuali, si possono osservare pulsioni suicide connotate da profonda angoscia, nel qual caso si può intervenire anche con **Sweet Chestnut** e **Cherry Plum**, oppure aspetti fortemente eteroaggressivi: in questo caso sarà utile tener presente, oltre a **Cherry Plum**, anche **Holly**.

### ATTIVARE LA TOLLERANZA E L'ACCETTAZIONE

Nelle situazioni in cui sia evidente l'irritazione e la rabbia possono essere utili (oltre ad **Holly**):

- **Vine**, se prevale la tendenza ad imporre una modalità relativa *al fare*;
- **Vervain**, se esiste la tendenza a far prevalere, nella relazione terapeutica, il nostro modo di pensare e di imporre le nostre scelte scientifiche, etiche, sociali;
- **Beech**, se siamo infastiditi da alcuni aspetti del paziente (ad esempio il modo di abbigliarsi, parlare, comunicare non verbalmente) che non corrispondono necessariamente al nostro senso estetico, etc.

Questi rimedi della tolleranza e dell'accettazione possono essere sinergici con **Impatiens** quando sia difficile l'accettazione dei "tempi del paziente".

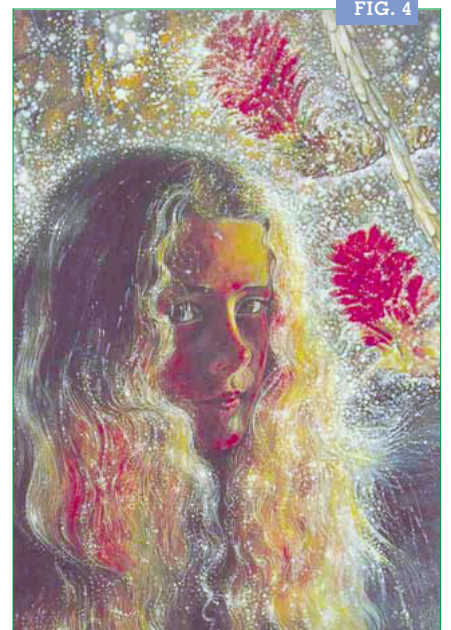


FIG. 4



FIG. 5

Un'evenienza che può sollecitare aspetti emozionali negativi sia transitoriamente che in maniera continuativa poiché in risonanza con proprie problematiche costituzionali, è la decisione del paziente di interrompere il rapporto terapeutico.

Ciò può suscitare irritazione (**Holly**), sensazioni di colpa e di inadeguatezza (**Pine** e **Larch**), reazioni di intolleranza (**Vine**). Se l'abbandono da parte del paziente è molto temuto dal medico si può palesare il rischio che il terapeuta diventi estremamente compiacente ed acquiescente con il paziente; in questo caso **Centauri** (FIG. 5) è uno dei rimedi più idonei ed efficaci.

Per ciò che concerne gli aspetti decisionali diretti ai pazienti o al nostro percorso professionale, indichiamo **Cerato** e **Sclerantus**. In particolare **Walnut** è rimedio da utilizzare quando ci si renda conto che intendiamo dare un "giro di timone" all'attività professionale ma siamo "tentati di deviare dalle proprie idee ed obbiettivi spinti dall'entusiasmo, le convinzioni o le forti opinioni degli altri. Il rimedio assicura costanza e protezione dalle influenze esterne" (E. Bach). In caso di scoraggiamento, dubbio e demoralizzazione, **Walnut** può essere assunto unitamente a **Gentian** oppure quando "l'impresa in cui ci si è im-



FIG. 6

pegnati è troppo difficile e al di là del potere dell'essere umano". In quel caso è consigliabile l'assunzione di **Elm**.

Quando il medico si rende conto di essere sottoposto a *surmenage intellettuale* e *razionale*, che viene percepito come "debolezza mentale e fisica", il fiore utile sarà **Hornbeam**; se si ha la sensazione di aver accumulato un eccesso di stimoli "energetici" che sono vissuti come "qualcosa di poco pulito" (E. Bach), il rimedio specifico è **Crab Apple**.

#### ■ RESCUE REMEDY (FIG. 6)

Per *ultimo* e non *da ultimo* per importanza ricordiamo il rimedio che può essere considerato *Re* e *Jolly* dei Rimedi Floreali di Bach: può essere utilizzato da solo (comunque in tutti i turbamenti emotivi) e, meglio, se accompagnato dal o dai rimedi *Stock Bottle* relativi alla specifica connotazione, colorazione e tonalità che assume il turbamento emotivo stesso.

I Fiori di Bach non solo sono utile accompagnamento del percorso terapeutico teso alla propria formazione ed alla propria autocoscienza, ma anche ausilio terapeutico autoarmonizzante, teso a mantenere i risultati di tale percorso. ■

## Letteratura

1. BALZOLA M.A.- I fiori della mente. Bollati Boringhieri, Ed. Torino; 1997.
2. BENINCASA F. - E lei dottore quando va dal medico?- Occhio clinico. Utet Periodici, Torino; Novembre 2000.
3. IANNELLI M. - Crisi di coscienza in Floriterapia. Aspetti teorici e gestione di una "buona occasione". La Med. Biol., Supplemento al 2000/2; 12-20.
4. MELUCCI A. - La medicina tra mito della guarigione e capacità di prendersi cura. La Med. Biol., 1999/2; 5-8.
5. PASTORINO M.L. - Introduzione ai rimedi floreali di Bach. IPSA Ed., Palermo; 1989.

– Le Figure sono libere interpretazioni dei Fiori di Bach dell'artista tedesca **Alois Hanslian**.

#### Riferimento bibliografico:

IANNELLI M. – Medico, conosci te stesso! *Medice, cura te ipsum!* I Rimedi Floreali di Bach per il medico. La Med. Biol., 2004/3; 27-30.

#### Indirizzo dell'Autore:

**Dr. Michele Iannelli**

– Specialista in Psicologia Clinica  
– Docente A.I.O.T. e A.M.I.F.  
Via Veiano 50  
I - 00189 Roma

**Dicembre 2003**