



# **Gruppo per familiari e partner di pazienti con Disturbo Ossessivo-Compulsivo**



Centro di Terapia Cognitiva basata sulla Mindfulness per il DOC  
Direttore: Dott. Fabrizio Didonna

# Che cos'è il **Disturbo Ossessivo-Compulsivo**

Il **Disturbo Ossessivo-Compulsivo (DOC)** è un disturbo psicologico caratterizzato dalla presenza di pensieri, immagini o impulsi (ossessioni) ricorrenti, intrusivi e disagiati e/o da azioni mentali o manifeste ripetitive (compulsioni o rituali) attuate allo scopo di ridurre o eliminare il disagio e l'ansia causati dai pensieri ossessivi e/o per prevenire qualsiasi conseguenza percepita come dannosa per sé e/o per gli altri.



Da questo disturbo è affetto circa il 2-3% della popolazione in tutto il mondo; spesso insorge durante l'adolescenza o nella prima età adulta, solitamente in maniera graduale.

Le persone affette da DOC hanno sviluppato, a volte fin dall'infanzia, una serie di abitudini mentali problematiche che creano frequentemente una visione della realtà fortemente distorta e minacciosa, la quale attiva emozioni disturbanti (ansia, disgusto, colpa, vergogna) e spinge la persona ad attuare a scopo difensivo comportamenti compulsivi ripetitivi, disagiati e controproducenti. Tra le compulsioni più comuni troviamo i rituali di controllo, di pulizia o lavaggio, di ordine o simmetria degli oggetti, i rituali mentali (contare, ripetersi frasi, parole o preghiere in continuazione) e la lentezza o lungaggine ossessiva.



Tutto questo tende a compromettere, spesso in modo grave e invalidante, molte aree della vita di chi ne è affetto, tra cui la sfera affettiva, lavorativa e relazionale, e spesso, conseguentemente crea coinvolgimento e disagio anche nelle persone vicine.

# Il ruolo dei familiari nel DOC

Genitori, coniugi, altri familiari e amici sono spesso trascinati nei rituali dei pazienti e quindi rimangono invischiati nel disturbo. Questo può accadere, ad esempio, quando le persone vicine ai pazienti li rassicurano costantemente in relazione alle loro paure o li assistono direttamente nei rituali. Potrebbero anche eseguire le compulsioni al posto dei pazienti, persuasi dalle loro richieste o, non di rado, dal loro comportamento aggressivo, che può manifestarsi quando i familiari rifiutano le richieste di aiuto.

Inoltre, la maggior parte delle persone con il DOC manifesta i problemi principalmente in casa. I pazienti, soprattutto quelli con sintomi più gravi, tendono a trascorrere la maggior parte del tempo a casa, a contatto con le persone con cui vivono, e quindi i membri della famiglia non possono rimanere neutrali di fronte alla sintomatologia dei loro cari.



# Il gruppo per famigliari di pazienti con DOC

I famigliari spesso hanno bisogno di imparare nuove modalità di risposta ai sintomi ed alle richieste insistenti da parte dei loro cari che soffrono di DOC. Molto spesso, infatti, il genitore o il partner, per evitare litigi e discussioni, diventano loro stessi complici nelle compulsioni del paziente, non facendo altro che rinforzare involontariamente il disturbo. Ma talvolta sembra essere davvero troppo faticoso dare una risposta diversa.



Per questo motivo possono essere utili gruppi specifici per i famigliari dei pazienti nei quali poter condividere informazioni utili per gestire le difficoltà derivanti dalle problematiche ossessivo-compulsive, all'interno di un ambiente di ascolto e confronto gestito da professionisti specializzati nel trattamento di questa patologia.

# Obiettivi del gruppo

- Incrementare la consapevolezza sul funzionamento del disturbo;
- Acquisire maggiore consapevolezza della relazione con il proprio familiare con DOC;
- Condividere le difficoltà nella gestione delle problematiche connesse al DOC;
- Capire cosa è utile fare e cosa non fare nella gestione del DOC del proprio familiare;
- Apprendere informazioni e abilità utili per la gestione delle difficoltà derivanti dal DOC del proprio familiare;
- Comprendere come la Mindfulness e la Terapia Cognitiva possono agire in maniera efficace sul DOC;
- Partecipare attivamente al programma terapeutico cui è sottoposto, o è stato sottoposto, il proprio familiare con DOC.



# Informazioni sul gruppo

**Formato:** di gruppo

**Durata:** incontri ogni 2 settimane della durata di 2 ore circa

**Partecipanti:** il gruppo è a numero chiuso

**Conduttore:** dott.ssa Costa Serena

**Modalità:** online, tramite piattaforma Zoom

**Giorno, orari e costi:** gli orari, i giorni e il costo del programma vengono comunicati dalla segreteria.





# Contatti

## Centro MBCT per il DOC

Sede di riferimento internazionale  
Direttore: Prof. Fabrizio Didonna  
Psicologo e Psicoterapeuta  
Via Luigi Massignan, 4/B  
c/o Round Center - 36100 - Vicenza

**+39 391 7394707**

**info@mbctforocd.com**

**www.mbctforocd.com**



## Come raggiungere il Centro MBCT per il DOC

**In auto:** venendo dall'autostrada uscire a Vicenza Ovest, andare sempre dritti per 3,9 Km seguendo le indicazioni per Verona-Thiene-Schio, procedendo sul Viale degli Scaligeri e poi sul Viale del Sole. Girare a destra in prossimità del centro commerciale Auchan, per Strada delle Cattane procedendo sempre dritti per 700 metri, superando la prima rotonda. L'edificio si trova sulla Dx in prossimità della 2° rotonda (7 min).

**In autobus:** Linea 16 e 7 (quest'ultimo in partenza anche dalla Stazione dei treni) fermano quasi di fronte al round center in Via delle Cattane.

