

## L'arte di vedere

L'approccio biopsicosomatico rappresenta una forma di educazione sensoriale, percettiva, cognitiva, emozionale, spirituale e comportamentale. La funzione visiva può essere allenata, educata e migliorata.

Nella pratica, la presenza di disturbi visivi tali come i difetti di rifrazione (miopia, astigmatismo, ecc) sono in costante crescita, insieme a patologie più importanti come glaucoma, degenerazione retinica, e anche la sofferenza causata da certe malattie invalidanti come l'ipovisione comincia a richiedere una certa attenzione da parte della psicologia medica.

Spesso, così, la persona si trova disorientata, ma non solo anche noi professionisti della salute degli occhi, sia in qualità di psicologo, o medico o terapeuta, si trova a dover affrontare problemi visivi, ansie legate alla visione, stress visivo, per i quali non è sufficientemente preparata ad affrontare da sola la complessa interrelazione tra aspetti fisiologici, psicologici e riabilitativi.

Si tratta come già accade in altri settori della medicina psicosomatica di rivolgere il nostro interesse alla persona e non solo alla malattia o al difetto organico riscontrato.

L'approccio biopsicosomatico, non si accontenta di misurare e quantificare la Vista ma cerca di comprendere la reciproca influenza tra i diversi aspetti della personalità umana (emozioni, cognizioni, memoria, ecc) e le altre parti del corpo, cioè gli organi e le relative funzioni fisiologiche.

**LA FUNZIONE VISIVA è rappresentata non solo dalle caratteristiche anatomico funzionali dell'occhio e dei suoi annessi ma comprende anche i processi percettivi (tridimensionalità, percezione dei colori, forme), i processi cognitivi (memoria, immaginazione, attenzione etc..) e gli atteggiamenti mentali (credenze, pensieri, abitudini culturali e religiose, etc..) e i processi emozionali (paure, bisogni, desideri, ecc) senza trascurare il loro collegamento con il sistema tonico - posturale.**

**Quindi l'intervento dello psicologo andrà ad esplorare quali fattori impediscono un'adeguata messa a fuoco degli stimoli luminosi, quali schemi mentali impediscono di vedere bene, che cosa offusca lo sguardo, quali elementi di stress distorcono le immagini., che cosa disturba la mente e le impedisce di vedere chiaro? Su quali aspetti della mia vita devo fare chiarezza??...**

Così il gruppo di professionisti che aderiscono a questa brillante iniziativa partono dalla consapevolezza di un'etiologia multifattoriale della genesi dei vizi refrattivi e di molte altre affezioni oculari, di conseguenza anche l'approccio al paziente oftalmico, ottico e contattologico abbraccia tutta la persona: dal considerare il suo stile di relazione con l'ambiente, vuoi dal punto di vista posturale, agli aspetti psico affettivi.

“Quando guardiamo, la nostra mente recepisce ciò che avviene nel mondo esterno attraverso due strumenti: gli occhi e il sistema nervoso.

Nel processo visivo mente, occhi e sistema nervoso sono intimamente uniti in un tutto unico. Qualunque cosa colpisce uno di questi elementi esercita un'influsso sugli altri due.

In pratica noi scopriamo che sugli occhi e sulla mente è possibile agire direttamente mentre sul sistema nervoso che li collega è possibile agire indirettamente”

(A: HUXLEY L'arte di vedere 1942)