

*Avrò chiuso la porta di casa?*  
Affrontare le proprie ossessioni  
**Susanne Fricke, Ivar Hand**



### **L'ospite tiranno**

di Chiara Riso

Immaginate che un personaggio vi chieda ospitalità, in cambio di sicurezza e protezione dai pericoli e dagli errori.

Susanne Fricke e Ivar Hand suggeriscono di rappresentare così il Disturbo Ossessivo Compulsivo (DOC). *Avrò chiuso la porta di casa?*, edito da Erickson, si rivolge ai pazienti che soffrono di questo disturbo.

Gli autori descrivono le caratteristiche e i diversi contenuti dei pensieri ossessivi e delle azioni compulsive, riportando numerosi esempi esplicativi. Il testo aiuta a capire perché inizi l'attività ossessiva e compulsiva e come mai, nonostante l'ospite finisca per occupare tutta la sua casa, diventando presto invadente, il paziente non riesca a liberarsene.

La spiegazione proposta assume il punto di vista del paziente, risultando molto utile ad immedesimarsi nel suo dialogo interno e a riconoscersi come il proprietario della casa in cui il DOC chiede ospitalità.

Soprattutto se integrato alla psicoterapia, *Avrò chiuso la porta di casa?* rappresenta uno strumento di aiuto capace di motivare il paziente all'Esposizione e Prevenzione della Risposta (ERP), la più efficace tecnica di trattamento per l'intervento sul DOC.

Essendo un inquilino tiranno, il DOC interferisce anche nelle relazioni affettive. Chi vive con questi pazienti si domanda spesso se sia opportuno cedere alle loro richieste o contrastarle. Interessanti spunti e suggerimenti utili vengono forniti in aiuto a partner e familiari.