

LA TECNICA DELLA SCRITTURA DI PENNBAKER NELLA FECONDAZIONE ASSISTITA: STUDIO EMPIRICO SU 34 DONNE

Renzi Alessia, Notaro Alessandra, Ginobbi Francesca, Solano Luigi

Dipartimento di Psicologia Dinamica e Clinica, Università di Roma Sapienza

Introduzione: L'O.M.S. stima che nei paesi industrializzati i problemi di infertilità riguardino il 15-20% delle coppie.

Obiettivo: valutare l'effetto della tecnica di Pennebaker nel contesto della fecondazione assistita ipotizzando l'efficacia della scrittura espressiva nella diminuzione dei punteggi di alessitimia e nella maggiore probabilità di gravidanza.

Metodologia: Il lavoro prevede un campione di 100 donne. Vengono riferiti i risultati relativi a 34 donne (con età dai 29 ai 43 anni), che nella fase iniziale del percorso di procreazione assistita sono state suddivise, tramite randomizzazione a coppie, in un gruppo sperimentale, i cui soggetti hanno scritto per tre incontri dei sentimenti e pensieri connessi all'esperienza infertilità, e in uno di controllo, che non ha scritto. Le donne di entrambi i gruppi hanno compilato una scheda socio-anagrafiche e la TAS-20 prima e dopo gli interventi medico e di scrittura.

Risultati e conclusioni: L'ANOVA per misure ripetute mostra che nelle donne del gruppo sperimentale si verifica una diminuzione dopo la scrittura sia dei punteggi totali alla TAS-20 (da $m= 53.4$ a $m= 47.5$; $p=.00$) che di quelli di Difficoltà ad Identificare i Sentimenti (DIS; da $m= 20.1$ a $m= 16.7$; $p=.00$) e di Pensiero Orientato all'Esterno (POE; da $m= 19.05$ a $m= 17.1$; $p=.03$), rispetto alle donne del gruppo di controllo i cui punteggi rimangono stabili. Tuttavia i punteggi iniziali alla TAS-20 risultano più alti nel gruppo sperimentale ($p=.00$) il che può aver influito sui risultati: le donne che mostravano minore capacità di contatto con le proprie emozioni hanno beneficiato della promozione delle capacità cognitivo-emozionali attivata dalla scrittura. Rispetto all'esito delle procedure mediche sono stati riscontrati 4 successi nel gruppo sperimentale a fronte di 2 nei controlli, ma il risultato non è statisticamente significativo per l'esiguità dei numeri. Tuttavia i dati appaiono incoraggianti rispetto ad una continuazione del lavoro.