



Depressione, sofferenza e trasformazione

Utilizzando il modello interpretativo della sofferenza dal punto di vista della medicina, essa viene considerata come l'interruzione dello stato di benessere e il medico interviene al fine di ripristinare il precedente equilibrio turbato. L'intervento medico è quindi finalizzato a curare la sofferenza fisica,

che assume connotazioni negative e deve semplicemente essere eliminata mediante i farmaci, tra cui il medico deve scegliere i più idonei.

Utilizzando il modello psicologico, la sofferenza psichica è il segnale della presenza di qualcosa di dissonante nella personalità che esprime la sua presenza

producendo sintomi. Essi sono quindi segnalatori di uno squilibrio interno e la sofferenza non è solo qualcosa da eliminare, ma esprime la necessità di un lavoro di ricerca per individuare le cause del malessere e realizzare i cambiamenti necessari per ripristinare l'equilibrio della personalità.

Facciamo un esempio. Parliamo di Giacomo, un uomo di 35 anni, *manager* di una multinazionale, che presenta una grave crisi depressiva tale da determinare il ritiro dalla vita sociale e impedirgli di lavorare.

Secondo il modello medico di cui abbiamo parlato prima, il problema di Giacomo deve essere affrontato utilizzando farmaci antidepressivi al fine di ridurre i sintomi e consentirgli la ripresa della vita sociale e lavorativa.

Secondo il modello psicologico è però importante anche interrogarsi sulle cause profonde che hanno determinato la crisi depressiva, senza accontentarsi di spiegazioni generiche quali la stanchezza o lo stress in senso generico. È cioè importante che Giacomo prenda coscienza del significato profondo della crisi e dello squilibrio che si nasconde dietro la sofferenza. È quindi necessario svolgere un lavoro di ricerca psicologica per realizzare quei cambiamenti nella sua vita che lo mettano al riparo, in futuro, dal ripetersi di crisi analoghe.

Così è stato e, dal lavoro psicologico, è emerso che Giacomo ha fatto un investimento eccessivo sulla vita lavorativa e, invece, molto scarso sul versante affettivo-sentimentale: poche storie, di breve durata. Non c'era tempo! I nodi, però, vengono al pettine e, all'età di 35 anni, lo squilibrio della personalità presenta il conto attraverso la crisi depressiva. Affrontare il problema unicamente con i farmaci, allo scopo di far scomparire i sintomi, sarebbe stato riduttivo e Giacomo avrebbe perso una buona occasione per modificare il proprio atteggiamento nei confronti degli aspetti della vita, dal momento che finora ne aveva privilegiato solo uno, quello lavorativo. I due modelli, quello medico e quello psicologico, non sono comunque tra di loro in contrasto inconciliabile, ma possono essere integrati. Quando i sintomi sono talmente gravi da provocare la paralisi della vita psichica e mentale della persona è utile l'utilizzo dei farmaci allo scopo di sbloccare la situazione.

Non bisogna però trascurare l'aspetto psicologico, mettendo in atto una ricerca per individuare le origini del disturbo. Quando la sofferenza è troppo grande, tale da paralizzare la vita personale i farmaci hanno un'importante funzione di sblocco. Agire però sul malessere psichico unicamente con l'intervento farmacologico è sbagliato perché questo vuol dire perdere la possibilità di cogliere il significato della sofferenza che può diventare uno stimolo per attivare la ricerca, essere l'elemento propulsore per porre le basi, attraverso il lavoro psicologico, per modificare il rapporto con se stessi e con gli altri.



Risponde
Salvatore
Di Salvo,
psichiatra,
presidente
Associazione
Ricerca
Depressione
corso
Marconi 2,
Torino -
011.6699584
www.
depressione-
ansia.it
• **Mandate**
le vostre
domande
alla rubrica
«Il male
invisibile»:
redazione@
vocetempo.it.