

QUANDO L'ANSIA INVADE LA FAMIGLIA di Giovanna Vanni

E' la regola che i familiari di un soggetto con Disturbo di Panico siano spaventati, allarmati, temano che il proprio congiunto impazzisca. E' bene, quindi che all'interno del luogo di cura si stabilisca tra familiari e curanti un rapporto di fiducia e ascolto: essi dovrebbero essere correttamente informati sul disturbo, sulla sua evoluzione e trattamento. Periodicamente dovrebbero tenersi degli incontri anche con i familiari per discutere dei cambiamenti avvenuti dentro il contesto familiare. Spesso la famiglia richiede consigli sul comportamento da tenere. Come già spiegato, ogni nucleo familiare ha una propria storia e quindi deve essere seguito in modo personalizzato, tuttavia una indicazione può essere utile per tutti. Si dovrebbe evitare di creare un' atmosfera per cui il soggetto in questione è "malato" e "sbagliato" e gli altri familiari sono "sani" e "giusti". La differenza operata tra disagio "psichico" e "organico" sta anche negli aggettivi ad esso attribuiti; se una persona è affetta da una qualche patologia che riguarda il corpo (ad es. Epatite o malattie renali) verrà considerata solo malata. Il disagio psichico, al contrario, mette in scacco l'intera persona. Il soggetto oltre ad aver perso la sua salute spesso viene svilito nelle sue caratteristiche più generali che coinvolgono il modo di vivere, di pensare, di relazionarsi con gli altri, il suo intero comportamento. Sarebbe opportuno non effettuare la distinzione tra "psichico" e "organico" non solo per i motivi esposti ma soprattutto perchè falsa e quindi fuorviante. I nostri pensieri, le emozioni, il comportamento conseguente, la nostra memoria, risiedono nelle strutture fisiche del nostro cervello. Ciò che distingue una emozione da un'altra, un comportamento da un altro è un circuito cerebrale costituito da cellule. Questi circuiti non sono imm modificabili: è possibile che l'esperienza li modifichi tramite continui rimaneggiamenti. Il cervello si struttura sulla base di una ereditarietà precisa, ma l'ambiente fa il resto. Siamo immersi in una rete complessa di relazioni in cui la famiglia ha un ruolo importantissimo. La distinzione tra "psichico" ed "organico", "sbagliato" e "giusto" perdono la loro valenza: ciò che importa è che i circuiti cerebrali sono passibili di cambiamento non solo tramite le terapie farmacologiche ma anche tramite il cambiamento delle relazioni, tramite la rilettura contestuale delle proprie esperienze passate