

PREFAZIONE ALLA PRIMA EDIZIONE

La conoscenza del modo di funzionare di un individuo è di fondamentale importanza nella vita di tutti: conoscere le proprie emozioni, costruire consapevolmente i propri progetti, valutare i pro e contro di alcune decisioni, sapere affrontare le difficoltà che si frappongono al conseguimento dei nostri obiettivi, eventualmente modificandoli di conseguenza, sono tutte abilità che attendono al nostro funzionamento e ci consentono di vivere adeguatamente la nostra vita.

La nostra storia individuale e i percorsi di vita con cui ci costruiamo tali abilità sono molteplici e rendono conto delle differenze individuali. Ci saranno pertanto persone più o meno sagaci nel percepire e dare senso alle proprie emozioni, sia quelle episodiche che, soprattutto, quelle più profonde e perduranti nel tempo. Queste ultime, di meno facile individuazione, sono però quelle che orientano la progettualità della nostra vita. Altre persone saranno particolarmente abili nel progettare molteplici scenari di vita, ma possono scontare una difficoltà nell'individuare concretamente tali obiettivi e perseverare per raggiungerli. Altri ancora possono sviluppare una tensione al conseguimento del risultato immediato mettendo in secondo piano quelli che si spalmano maggiormente nel tempo. Questo elenco potrebbe continuare a lungo, mettendo in evidenza le differenze individuali, che rendono tanto diversificato l'universo della costruzione di senso.

In questa dimensione s'inserisce il problema della malattia sia fisica che psichica nonché dei suoi riflessi sulla vita della persona e di coloro che gli stanno attorno: si tratta quindi del significato che assume per l'individuo la malattia, le teorie attorno a essa e i trattamenti.

Il senso viene generato dalle influenze sociali e culturali, dalla lettura proposta dalla scienza medica, dalla qualità del rapporto con il medico e le istituzioni sanitarie, da quello con i familiari e in definitiva dalla storia di vita dell'individuo, che trova una sintesi nell'esplicitazione della narrativa personale. La malattia fisica, però, si differenzia da quella psichica per un aspetto importante. Nella malattia fisica, anche se di lunga durata come ad esempio il diabete, possiamo più agevolmente rappresentarci – e integrare nella nostra narrativa – una serie di

meccanismi biochimici, fisiopatologici e sintomatologici, quasi fosse un altro da sé: è come se risultasse un evento esterno che abbisogna d'essere integrato nell'esperienza personale e quindi del modo con cui mi racconto. Nella malattia psichica l'operazione di differenziare l'altro da sé è più complicata, a meno di non volere ricorrere a riduttive teorizzazioni che riconducono il tutto alla sola molecola.

Dove finisce la tristezza “sana” da quella “malata”? Come influisce la depressione sul senso della mia identità personale? E se prendo dei farmaci quali sono le mie emozioni “vere” e quelle invece derivate dall'assunzione di farmaci quali tranquillanti, stabilizzatori del tono dell'umore e soprattutto antidepressivi?

La risposta non è evidentemente agevole e può trovare solo in parte un supporto da un approccio meramente biologico; si tratta di costruirsi delle risposte spesso provvisorie – sulla base della propria esperienza personale e soprattutto sulla base della conoscenza che abbiamo del disturbo e di quella, sempre più complessa, che abbiamo di noi stessi. In quest'ottica il libro di Gianfranco Graus, rivolto alle persone affette da disturbo bipolare e ai loro familiari, offre un importante, seppur inevitabilmente parziale, contributo. Conoscere il disturbo, le sue caratteristiche, i meccanismi che per quanto ne sappiamo ne sono alla base, conoscere le modalità di trattamento, da quella psicologica a quella farmacologica e, più in generale, sanitaria, rappresenta un elemento indispensabile del processo di conoscenza. Inoltre, la parte del volume dedicata alle misure che responsabilmente la persona può mettere in atto, diventando parte attiva del trattamento – passando dal ruolo di persona malata che accetta passivamente la cura a persona che criticamente e consapevolmente affronta la situazione – rappresenta un momento essenziale per potere integrare questa condizione nella propria narrativa personale in modo proficuo.

Credo pertanto che si possa augurare a questo volume la diffusione che esso merita.

Prof. Giorgio Rezzonico
Ordinario di Psicologia Clinica all'Università
degli Studi di Milano-Bicocca
Direttore della Scuola di
Specializzazione in Psichiatria