

DISTURBI PSICOSOMATICI

La psicosomatica è una disciplina che riguarda tutti i **disturbi della sfera psichica che si riflettono sul corpo**, trovano cioè espressione attraverso un linguaggio concreto, materiale.

Psiche dal greco significa "anima" e soma "corpo". Questa unità ci contraddistingue come individui viventi in grado di **ammalarci e guarire nella totalità del nostro essere**.

La realtà che viviamo e che si esprime attraverso il nostro modo di stare nel mondo, utilizza **due piani di comunicazione differenti che però riconducono allo stesso significato: il piano psichico (mentale, spirituale) ed il piano fisico (corporeo, materiale)**.



Il sintomo psicosomatico interrompe un equilibrio creando una crisi esistenziale e proprio per questo, **deve trovare uno spazio, il corpo, attraverso il sintomo, sta esprimendo qualcosa che riguarda una parte essenziale dell'individuo**, il senso è da rintracciare nel modo di "essere nel mondo".

Ogni individuo è al centro di un complesso sistema nel quale operano ed interagiscono diverse variabili.

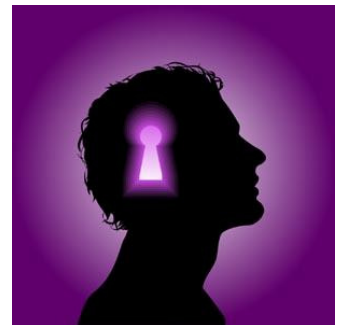
È importante non sottovalutare gli aspetti di predisposizione genetica che influenzano lo sviluppo e l'evoluzione di alcune patologie.

Non sono però da dimenticare anche gli aspetti psicologici e relazionali che rappresentano ulteriori variabili in grado di interagire ed influenzare la vita e l'equilibrio psicofisico della persona.

Cogliere la crisi come opportunità per ritrovare un nuovo equilibrio, è in sostanza la via più naturale, per **reformulare aspetti di vita** che forse non sono più in sintonia con se stessi.

La malattia costringe al cambiamento a patto che si ascolti l'essenza, l'interiorità.

Attualmente il ricorso alla farmacologia per scacciare ogni minimo sintomo, è inquietante ed il fenomeno è talmente massiccio da far credere che, anche il più piccolo fastidio fisico, debba essere prontamente eliminato, purtroppo anche nei bambini.



Tutto questo in un'ottica di produttività spinta al massimo e di corsa contro il tempo. Sarebbe forse opportuno fermarsi a riflettere per chiedersi cosa sta dicendo il sintomo, che linguaggio parla, perché si presenta proprio adesso?

Lo stesso sintomo spesso ha un significato profondamente diverso per una persona rispetto ad un'altra.

Il significato è da avvicinare attraverso **il simbolo che il sintomo porta con sé**. Il simbolo unisce gli opposti e questo crea un'apertura, **un dialogo importante tra la mente ed il corpo**.

Il simbolo è ambivalente ed è **proprio nell'ambivalenza che si gioca il segreto del benessere**.

