

SIMPLICIUS 2 - FAMILIARI

Martedì 21 maggio. Incontro numero tre:

La schizofrenia. Origine e sviluppo nel tempo.



Come spero ricordate, la volta precedente abbiamo concluso cercando di fare chiarezza fra psicosi, nevrosi e disturbo di personalità. Oggi affronteremo un po' più in dettaglio il tema delle psicosi. Il termine come abbiamo visto è abbastanza generico e indica esclusivamente la mancanza di aderenza ad un piano di realtà da parte del soggetto. Ovvero l'incapacità del soggetto, affetto da una qualsiasi forma di psicosi, di rendersi conto della propria condizione. Le ragioni per cui si determina una simile situazione possono essere molte. Innanzi tutto bisogna distinguere tra quelle di breve durata (reattive) e quelle di durata più lunga e poi tra quelle cosiddette endogene e quelle dovute a fattori esterni (tossiche, infettive, traumatiche, degenerative etc). Tutte hanno in comune il fatto che, per un periodo di tempo più o meno lungo, il soggetto affetto vive ed interpreta la realtà che lo circonda in maniera "sui generis", ovvero condividendo poco o nulla del mondo comune (mitwelt). Si ha cioè un netto prevalere dell'"idios" sul "koinos", che porta a tener in maggior conto la prospettiva individuale rispetto a quella sociale. Non c'è perdita o alterazione della coscienza (come potrebbe accadere in situazione di intossicazione (ad esempio alcolica) o per un trauma cranico. La persona appare vigile, parla, si muove, e si mette in relazione con gli altri, ma è il contenuto dei suoi pensieri (così come vengono comunicati a chi gli sta intorno) che appare inusuale (per la persona stessa – rispetto a come era in precedenza) inappropriato al contesto, imbarazzante, sproporzionato, distorto.

La logica individuale porta il soggetto a comportarsi in maniera incomprensibile, se non si è in possesso delle corrette chiavi di lettura (esempio della storiella della bicicletta in prestito). Il comportamento di ognuno è fortemente legato alla corretta percezione del contesto in cui viene messo in atto. Ognuno di noi, infatti, tiene comportamenti diversi in contesti diversi e stiamo ben attenti a non fare confusione.

Se però prevale un'interpretazione unilaterale della realtà e del contesto in cui siamo possiamo apparire bizzarri o strani (il principe della notte, la dama in vestito dell'800, etc) ad uno sguardo "medio".

Per farsi un'idea della psicosi dobbiamo rifarci alla sensazione che proviamo nei **sogni**, alla logica assurda che spesso sperimentiamo e di cui talora al mattino riteniamo solo una vaga sensazione spiacevole (o più raramente piacevole). Quella è la logica della psicosi, dove i nessi logici sono singolari e si fondano sull'associazione più che sulla logica formale e sul rapporto causa effetto.

È come se la logica del sogno irrompesse nella vita di ogni giorno e spostasse completamente gli equilibri interpretativi cui noi siamo (e gli altri sono) abituati.

Noi, da dentro, non possiamo accorgercene, mentre gli altri (specie se ci conoscono bene) da fuori se ne rendono conto immediatamente.

Questo cambiamento può avvenire repentinamente oppure gradatamente.

Di solito se è molto repentino il cambiamento è più probabile che sia di natura reattiva (a condizioni particolarmente stressanti, all'insonnia prolungata, a traumi psichici intensi, a intossicazioni, etc.) e quindi di breve durata.

Invece se questo cambiamento è più lento, o se è ciclico, è più probabile che sia ascrivibile ad una condizione psicopatologica più complessa.

Tra le situazioni complesse vanno citate sicuramente le due psicosi più diffuse e rispetto alle quali i servizi di salute mentale sono più frequentemente impegnati: quelle schizofreniche e quelle affettive.

Oggi ci limiteremo alle **psicosi schizofreniche** (che includono la schizofrenia e tutte le altre forme

di breve durata che si presentano con caratteristiche sintomatologiche analoghe) si fondano su un **sentimento di "estranità"** rispetto al mondo. Questo senso di "distanza" (non stiamo ancora a vedere se si tratta di causa o di effetto) produce un disagio che può essere più o meno sopportabile. Il soggetto cerca di avvicinarsi agli altri, ma lo fa con fatica e talora con poco successo. Non comprende esattamente cosa gli accade e spesso investe molte energie per superare questo gap che lo separa dal mondo. Fa un grande sforzo di interpretazione del contesto in cui si trova. Poco a poco, o tutto ad un tratto, intuisce che esistono dei significati nascosti che prima non gli erano intellegibili.

"Ora tutto mi è chiaro", "la confusione che avevo prima ora non c'è più!" "Leggo la realtà attraverso una lente che finalmente me la fa vedere appieno!" Intuisco molte più cose di prima, lo sforzo che sinora facevo per comprendere la ragione del mio disagio mi ha finalmente condotto ad avere chiarezza.

Tutte le modalità precedenti di interpretazione sono superate e ricapitolate in questa nuova visione del mondo. Non ho più dubbi, né incertezze. Tutta l'indecisione, che mi ha caratterizzato nella vita, scompare, sono determinato. "la **mia** interpretazione è quella giusta". Scompare il dubbio.

Detto così lo "schizofrenico" sembra un alieno.

Non è immediato né facile comprendere come si possa arrivare al disturbo schizofrenico, partendo dalle esperienze di ognuno di noi. Infatti questo disturbo, quando conclamato, fa apparire la persona che ne soffre come estremamente distante dal mondo. Prima di arrivare a tale condizione di estrema diversità, la persona che soffre di un disturbo severo di tipo schizofrenico passa attraverso numerose tappe intermedie, che noi cercheremo di ripercorrere, andando a ritroso nella storia personale del soggetto.

Cercheremo innanzitutto, al di là dei sintomi, che sono puramente descrittivi, gli elementi psicologici di fondo, comuni a tutte le persone che soffrono di tale disturbo.

La prima cosa che viene sempre descritta, riferita dai soggetti stessi e dai loro cari, è la presenza di un'**inusuale sensibilità** psicologica dei soggetti. Tutte le persone appaiono dotate di una straordinaria capacità di intuizione e di lettura dei significati relazionali nascosti nella comunicazione interpersonale, anche partendo da particolari e dettagli apparentemente irrilevanti.

Questa sensibilità espone gli stessi soggetti ad una vulnerabilità emotiva superiore alla media.

Sensibilità e vulnerabilità sono dunque due facce della stessa medaglia. Maggior capacità di percezione e d'intuizione, da un lato, maggior probabilità di rimanere feriti per comportamenti verbali o non verbali tenuti dalle persone con cui entrano in relazione.

In ogni caso la sensibilità e la vulnerabilità vanno sempre considerate in riferimento alle **relazioni interpersonali**. Ai rapporti con "l'altro".

I soggetti di cui stiamo parlando, almeno in un primo momento, appaio molto (forse troppo) impegnati nella decodifica dei comportamenti verbali e non verbali degli altri (intendendo con ciò tutti coloro che essi hanno intorno, a partire dalle figure affettivamente più importanti). Ovvero tesi alla ricerca di capire esattamente cosa si aspettano gli altri da loro. Questo è particolarmente frustrante ed ansiogeno. Persone impegnate faticosamente in uno sforzo d'interpretazione della realtà che li circonda. Questa continua attenzione ai significati relazionali, nascosti nel comportamento umano, ci fa capire che si tratta di soggetti che hanno un grandissimo bisogno di conferme relazionali, della loro accettazione, della loro esistenza.

In verità tutti noi abbiamo, alla nascita, un estremo bisogno di tali conferme, ed è solo attraverso queste conferme affettive che ci "costruiamo" e rendiamo solida la nostra personalità. La mancanza di conferme affettive produce danni psicologici, molto spesso irreparabili.

In pratica tutti noi, senza esserne consapevoli, abbiamo imparato ad attribuire un valore positivo o negativo (un + o un -) a ciò che ci accade, agli eventi di vita ed alle relazioni personali che stabiliamo. Costruendo così, poco a poco, un quadro di riferimento (più o meno flessibile) che utilizzeremo tutta la vita.

Per fare questo abbiamo imparato a superare la fase del dubbio o di sospensione del giudizio. Ad un certo punto sappiamo che dobbiamo "decidere" cioè tagliare qualcuna delle possibili interpretazioni della realtà che ci circonda, lasciandocene solo una.

Fintanto che stiamo davanti al bivio, cercando di stabilire qual'è la strada migliore, non possiamo

fare progressi. Ma ogni strada lasciata ha sicuramente qualcosa di buono a cui dobbiamo rinunciare. Questa scelta viene compiuta faticosamente, più faticosamente del normale, dalle persone affette da schizofrenia. Come se gli elementi a loro disposizione non fossero sufficienti per attribuire la positività o la negatività di un evento o di una relazione.

Se volessimo superare la visione tradizionale della schizofrenia, potremmo dire che, a monte, i soggetti schizofrenici sono persone che hanno bisogno di più informazioni per poter decidere se il contesto in cui essi vivono è loro favorevole o meno. Potremmo anche dire che alla facilità dell'interpretazione semplice e banale della realtà, preferiscono (ma non si tratta di una scelta) un ragionevole dubbio, dal quale però poi stentano ad uscire.

Quindi ogni interpretazione della realtà può accompagnarsi ad un'altra diversa e talora opposta, ma non per questo falsa. Nulla è scontato e definito in maniera semplice. Da qui ne deriva uno stato di costante incertezza e ambivalenza (una cosa o un fatto possono essere al tempo stesso buoni e cattivi, giusti e sbagliati, positivi e negativi). Si tratta di persone che hanno un bisogno estremo di sottoporre a verifica le ipotesi interpretative, anche a costo di un enorme dispendio di energie psichiche. (che produce uno stato di all'erta continua).

Questa condizione, tuttavia, non conduce necessariamente alla malattia conclamata.

Questa sensibilità/vulnerabilità costitutiva la ritroviamo fra persone assolutamente normali che hanno imparato, con l'esperienza, a padroneggiare il dubbio e l'incertezza, a controllare l'ansia che ne può derivare, addirittura a trarre vantaggio da una maggior capacità di intuizione (che può essere chiamata creatività) e di visione alternativa della realtà.

Questa condizione se non viene affrontata con successo nell'esperienza di vita, può rendere sempre più faticosa e frustrante la relazione interpersonale. L'incertezza derivante dall'impossibilità di capire se l'interlocutore ti accetta o meno, ti comprende o meno, unita alla fatica per soddisfare le aspettative relazionali (così difficili da interpretare) possono indurre ad una progressiva riduzione delle relazioni interpersonali. Queste **affaticano** troppo, sono **frustranti** e generano **ansia**: “è meglio ridurne la frequenza”, meglio stare da soli che in “cattiva” compagnia.

Il primo segno dell'evoluzione verso la psicosi è proprio questo **ritiro relazionale**, questa tendenza all'introversione, alla riduzione dei contatti con il mondo.

Il mondo relazionale tuttavia ci è necessario per adattare progressivamente il nostro stile esistenziale al contesto di vita. Più ci allontaniamo dagli “altri” più aumenta il rischio di interpretazioni sui generis o infondate. (**idios e koinos**).

Non solo, ma meno contatti abbiamo con il prossimo, meno siamo “allenati” a sopportare la frustrazione che talora questo contatto comporta, diveniamo sempre più vulnerabili. Si apre un circolo vizioso da cui progressivamente è sempre più difficile uscire.

La capacità di decidere diviene sempre minore, mentre permane inalterata l'esigenza di ricevere conferme attraverso la soddisfazione delle aspettative delle persone che per noi contano affettivamente. (genitori).

Ogni cosa può apparire sotto una duplice veste, può essere “doppia”. Due sono le realtà a disposizione, e non è possibile decidere.

La realtà “immaginata” aumenta a dismisura e poco a poco prende il sopravvento sulla realtà così come è. Nella fantasia e nella immaginazione, si mantiene completamente il controllo della situazione, non subentrano imprevisti o frustrazioni...sembra molto meglio. Tutto sembra in nostro potere...siamo al tempo stesso impotenti ed onnipotenti. Si è piccoli e grandi, sconosciuti e famosi, abili ed inetti...

