

## L'Amnesia Dissociativa

*Articolo a cura del Dott. Riccardo Coco, Psicologo-Psicoterapeuta:*

Si sente spesso parlare in televisione di fatti di cronaca terribili, come “il caso di Cogne” o altri più recenti, dove una madre viene condannata per aver ucciso il figlio. In relazione a questi eventi gli esperti intervistati nominano spesso il concetto di “amnesia dissociativa” per spiegare come mai chi viene condannato per aver commesso il crimine, anche davanti a prove schiacciati, si professa innocente.

Ci si chiede pertanto se sia possibile dimenticarsi di aver commesso un delitto così efferato o se il negare sia una deliberata menzogna. Per dare un senso alla prima ipotesi viene chiamata in causa “**l'amnesia dissociativa**”: essa è un complesso meccanismo di difesa messo in atto dalla psiche della persona per proteggere il proprio equilibrio mentale di fronte ad eventi fortemente stressanti e sconvolgenti subiti, agiti o a cui si è assistito.

Tra questi eventi vi possono essere: esperienze traumatiche subite direttamente o di cui si è stati testimoni (per esempio abusi fisici o sessuali, omicidi, disastri naturali); grossi problemi esistenziali (per esempio abbandoni, lutti, crisi finanziarie); gravi conflitti interiori (per esempio il senso di orrore per aver commesso atti criminali).

L'amnesia dissociativa opera per permettere “la separazione” (**dissociazione**) di elementi dei processi psichici dal restante sistema psicologico dell'individuo lasciando fuori dalla coscienza di sé le esperienze vissute; evitandone il recupero mnemonico consapevole (**amnesia**). I contenuti affettivi di tali esperienze vengono però agiti o emergono a livello di coscienza procurando “inspiegabili” stati di iperattivazione fisiologica e immagini intrusive (flashback).

Detto in altri termini, l'esperienza che facciamo della realtà coinvolge processi mentali di base diversi: le emozioni, le percezioni sensoriali (uditive, olfattive, visive, cinestetiche, gustative), l'attenzione, la cognizione, la memoria, etc. *Con la dissociazione questi processi mentali non sono più integrati in una esperienza di sé coerente*, ma sono separati tra loro: così capita di non ricordare l'evento traumatico, ma di agitarsi se ci si avvicina al luogo dove si è subito il trauma (luogo che la persona dice di non aver mai visto prima), perché alcune percezioni visive o olfattive associate al trauma si attivano.

Oppure può capitare invece di ricordare l'evento ma senza provare emozioni, etc. Soprattutto nel sonno e nei sogni frammenti di ricordi possono affiorare alla consapevolezza, magari "camuffati" con la conseguenza di provocare grandissima angoscia (vedi il mio articolo "*Sogni, Significati e Simboli*"). Il ricordo di ciò che è stato dissociato può diventare consapevole dopo poco o dopo tantissimo tempo (o mai).

Questi sono momenti critici come si può immaginare, ma sono anche, soprattutto se la persona è in psicoterapia dove c'è un contesto ed una relazione di fiducia, sicurezza e protezione, momenti significativi di "**elaborazione**" ed **integrazione della coscienza** e di "**ricucitura**" di ciò che era stato scisso ed agiva fuori dalla consapevolezza.

Ricordo che ciò che è scisso o ciò che è rimosso nell'inconscio della mente non svanisce, ma agisce in modo indiretti ed in agiti a volte molto psicopatologici (vedi articolo "*La Sindrome da Rimessa in atto del Trauma*").