

Il Disturbo Somatizzante di Personalità

articolo a cura di Riccardo Coco, Psicologo-Psicoterapeuta:

Le persone che “**somatizzano**” *tendono ad esprimere le esperienze dolorose per mezzo degli stati somatici*. Poiché il sistema immunitario può essere compromesso dalla depressione, dall'ansia o dallo stress prolungato, i casi di molte patologie di tipo somatico possono essere scatenate o esacerbate da motivazioni psicologiche.

È vero anche il contrario e cioè che una malattia fisica agisce in senso depressivo sulla psiche. Si è ormai consolidata in molti campi della scienza, dalla medicina alla psicologia, l'idea che la distinzione cartesiana tra mente e corpo, con la mente che dovrebbe “controllare” il corpo, è inesatta: le influenze tra corpo e mente sono cioè reciproche e continue.

Molte persone sono afflitte da problemi psicosomatici e questi sono dati da quelle patologie fisiche in cui i fattori emotivi giocano un ruolo determinante: lamentele fisiche generiche e croniche, dolori migranti, problemi gastrointestinali, malattie della pelle, difficoltà sessuali, convulsioni epilettiformi inspiegabili sono fenomeni tipici. È buona norma però, prima di parlare di “somatizzazione” escludere ogni possibile causa medica ed organica. In questo senso un buon servizio alla persona è quello che vede il medico e lo psicologo lavorare in team.

È interessante osservare come nella letteratura scientifica sull'argomento si evinca che *la prevalenza della somatizzazione si ha in quelle culture, o più in piccolo in quelle famiglie, in cui è scoraggiata l'espressione verbale delle emozioni*; così come in quegli individui che, per vari motivi, hanno uno scarso controllo sugli eventi esterni e devono subirli.

In quest'ultimo caso è evidente come *lo stress cronico* sia determinante, ma ci possono essere individui che subiscono gli eventi e si sentono impossibilitati ad agire non per cause esterne ma per cause interne alla loro personalità. Si tratta di individui con un “**locus of control esterno**”: questa espressione significa che essi non si pensano “gli artefici del proprio destino”, ma credono che tutto dipende da “volontà” esterne, come la fortuna, il destino o la bontà o malevolenza degli altri e non dalle loro capacità o dal loro impegno.

Ciò li predispone ad un atteggiamento passivo, rinunciatario ed impotente che predispone a stati depressivi e così ad affetti negativi sul sistema immunitario. Esiste infatti una correlazione importante ed ampiamente condivisa dalla comunità scientifica tra depressione, abbassamento drastico del funzionamento del sistema immunitario e sviluppo di patologie fisiche che includono anche tumori o malattie autoimmuni.

Insomma, mentre alcune persone reagiscono allo stress ed agli stati affettivi “negativi” difendendosi attraverso la rimozione, o la proiezione, o con la razionalizzazione, altre si ammalano fisicamente. Queste ultime “**fanno parlare il corpo**”, *danno voce al dolore psichico attraverso i sintomi somatici*.

Purtroppo, poiché tali persone sono abituate ad esprimere il dolore e l’angoscia psicologica attraverso il corpo è difficile che consultino uno psicoterapeuta: questo rappresenta infatti il loro peggior “spauracchio” proprio in quanto tende ad aiutarli ad elaborare la sofferenza psichica facendogli mettere in parole le emozioni, che è però proprio ciò da cui rifuggono con tutte le loro forze, oltre ad essere proprio ciò che potrebbe aiutarli.