

I DISTURBI DELL'ADATTAMENTO

I disturbi dell'adattamento compaiono in seguito a uno o più eventi stressanti in grado di influenzare la sfera psichica e quella sociale; di solito sono transitori. L'evento o gli eventi traumatici devono essere chiaramente identificabili. A volte accade che situazioni oggettivamente traumatiche non producano segni di sofferenza nelle persone, mentre altre apparentemente modeste sì; l'interazione persona-evento è strettamente soggettiva. L'intensa sofferenza provocata dal disturbo causa una compromissione delle funzionalità della persona a livello relazionale, lavorativo e sociale. Il disturbo deve manifestarsi entro tre mesi dall'evento traumatico e ha una durata non superiore ai sei mesi.

Ogni evento ha con sé una certa potenzialità di indurre una condizione di stress, e nella civiltà occidentale ciò avviene più frequentemente in caso **di separazioni affettive e divorzi, morte di una persona cara, problemi di origine lavorativa e malattie.** Quando il problema insorge in seguito ad una malattia o al relativo trattamento (che può essere lungo, stressante e invalidante) della stessa, la persona malata mostra segni di disadattamento nei confronti della patologia e il suo funzionamento psicofisico risulta alterato. Se i sintomi perdurano per più di sei mesi si parla di disturbo dell'adattamento cronico. Il disturbo viene classificato inoltre in diversi sottogruppi a seconda della sintomatologia predominante.

Il disturbo dell'adattamento con umore depresso si verifica nel caso in cui la persona manifesti umore depresso, facilità al pianto e sentimenti di perdita della speranza. **Quello con ansia** è caratterizzato da manifestazioni di irritabilità, preoccupazione, irrequietezza e, nei bambini, dalla paura di essere separati dalle figure alle quali sono attaccati (vedi ansia da separazione). Possono tuttavia manifestarsi sintomi sia depressivi che di ansia; in questo caso si parla di **disturbo dell'adattamento misto**. Il disturbo di adattamento può anche essere accompagnato da un'alterazione della condotta (vedi disturbo della condotta): in questo caso la persona manifesta violazioni dei diritti degli altri, delle norme e delle leggi della società, ed anche guida spericolata, vandalismo, inadempienza verso le responsabilità.

Dott.ssa Silvia Parisi Psicologa Psicoterapeuta Sessuologa