

**FrancoAngeli**

*Collana diretta da Margherita Spagnuolo Lobb*

**PSICOTERAPIA DELLA GESTALT**

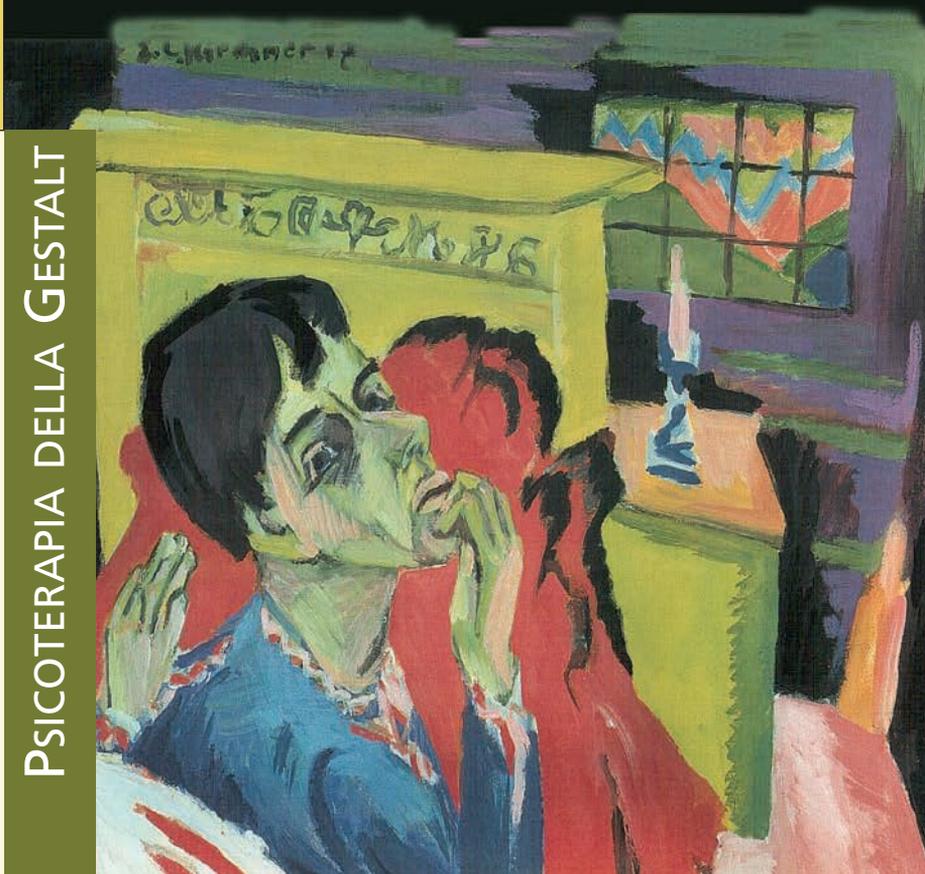
# **Attacchi di panico e postmodernità**

La psicoterapia della Gestalt  
tra clinica e società

*A cura di Gianni Francesetti*

*Con la collaborazione di  
Giovanni Salonia  
e Margherita Spagnuolo Lobb*

*Presentazione di Eugenio Borgna*



## Comitato scientifico

*Massimo Ammaniti, Eugenio Borgna,  
Pietro Andrea Cavaleri, Angela Maria Di Vita,  
Elisabeth Fivaz-Depeursinge, Gianni Francesetti, Ruella Frank,  
Vittorio Gallese, Paolo Migone, Donna Orange, Erving Polster,  
Jean Marie Robine, Giuseppe Sampognaro, Daniel Stern,  
Carmen Vazquez Bandin e Gordon Wheeler*

I titoli della Collana sono sottoposti a referaggio

La psicoterapia della Gestalt ha raggiunto un notevole sviluppo, e ormai rappresenta un modello in cui molti, sia ricercatori che clinici, possono agevolmente riconoscersi. Essa ha infatti anticipato aspetti della relazione psicoterapica oggi sottolineati dalle scoperte delle neuroscienze e dalle osservazioni dell'*Infant Research*. È un approccio che fornisce una prospettiva fondamentale a tutti coloro che si occupano delle nuove evidenze cliniche della società contemporanea. Tutto questo, grazie al suo focalizzarsi sugli aspetti processuali (piuttosto che contenutistici) della relazione terapeutica, e sul confine di contatto come luogo co-creato in cui il sé del paziente e del terapeuta si rivelano nell'intenzionalità che sempre caratterizza l'esperire del qui e ora. Ma anche grazie alla sua costitutiva fiducia nell'autoregolazione delle relazioni, al concetto di campo situazionale e di esperienza soggettiva come proprietà emergente da esso, e al suo interesse per la creatività insita nelle relazioni umane.

È importante che questo significativo sviluppo venga sostenuto da un dialogo scientifico e da una produzione letteraria eccellenti, al fine di dare maggior credito alla valorizzazione dei processi normali e spontanei delle relazioni umane, rispetto a facili posizioni oggettivanti e valutative. Tale valorizzazione ha infatti ricadute positive a vari livelli: nelle relazioni intime, sociali ed educative.

Questa Collana risponde a tale esigenza mediante:

- una trattazione organica e coerente del modello psicoterapico gestaltico;
- lo sviluppo della clinica gestaltica nella società attuale;
- il sostegno alla valorizzazione di contributi innovativi;
- il sostegno alla ricerca in ambito gestaltico.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a: "FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano".

# **Attacchi di panico e postmodernità**

La psicoterapia della Gestalt  
tra clinica e società

*A cura di* Gianni Francesetti

*Con la collaborazione di*  
Giovanni Salonia  
e Margherita Spagnuolo Lobb

*Presentazione di* Eugenio Borgna

**FrancoAngeli**

PSICOTERAPIA DELLA GESTALT

*In copertina: particolare tratto da Ernst Ludwig Kirchner, Autoritratto da ammalato, 1918.*

*Grafica della copertina: Elena Pellegrini*

Copyright © 2005 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

*A Luisa*



# Indice

<b>Presentazione</b> , di <i>Eugenio Borgna</i>	pag.	11
<b>Introduzione</b> , di <i>Gianni Francesetti</i>	»	15
<b>1. Perché la psicoterapia negli attacchi di panico?</b> , di <i>Margherita Spagnuolo Lobb</i>	»	19
1. Una storia come tante	»	19
2. Lo psicoterapeuta davanti all'attacco di panico	»	21
3. La psicoterapia tra il dicibile e l'indicibile	»	22
4. La psicoterapia della Gestalt e la cura dell'indicibile	»	26
5. Ritornando al nostro paziente	»	31
6. Note conclusive circa la terapeuticità dei valori estetici	»	32
Bibliografia	»	33
<b>2. Cambiamenti sociali e disagi psichici. Gli attacchi di panico nella postmodernità</b> , di <i>Giovanni Salonia</i>	»	36
1. Modello relazionale di base	»	37
2. Teorie evolutive e cambiamenti sociali	»	40
3. Modelli di psicoterapia e cambiamenti sociali	»	41
4. Attacchi di panico e modello relazionale di base	»	44
5. Psicoterapia e vita	»	47
Bibliografia	»	48
<b>3. Fenomenologia e clinica degli attacchi di panico</b> , di <i>Gianni Francesetti</i>	»	51
1. Un inquadramento descrittivo	»	52
2. Il crollo dello sfondo durante la formazione della figura	»	56
3. Attacchi di panico e modalità di interruzione del contatto	»	65

3.1. Esperienza retroflessiva	pag.	67
3.2. Esperienza proiettiva	»	72
3.3. Esperienza introiettiva	»	76
3.4. Esperienza confluyente	»	80
4. Dall' <i>oikos</i> alla <i>polis</i> : attacchi di panico e ciclo vitale	»	83
5. Il sostegno specifico: costruire il <i>ground</i>	»	91
5.1. Il <i>ground</i> del terapeuta	»	93
5.2. Il sostegno nell'episodio acuto	»	94
5.3. Costruire il <i>ground</i>	»	96
5.3.1. Le parole come <i>ground</i>	»	97
5.3.2. La storia come <i>ground</i> : recuperare il <i>continuum</i> dell'esperienza	»	98
5.3.3. La storia come <i>ground</i> : recuperare il senso del terrore	»	99
5.3.4. Le funzioni del sé: il <i>ground</i> delle funzioni es e personalità	»	100
5.3.5. Il <i>next</i> come <i>ground</i> : il dispiegarsi dell'intenzionalità	»	103
5.3.6. L'appartenenza terapeutica	»	105
5.4. Il sostegno farmacologico	»	109
5.5. Per concludere	»	111
Bibliografia	»	112
<b>4. Le parole di chi chiede aiuto</b> , di <i>Cristiana Filippi e Michela Gecele</i>	»	115
1. Premessa	»	115
2. Lettera al terapeuta	»	117
2.1. Dov'erano le assicurazioni e il contenimento?	»	117
2.2. L'esame	»	120
2.3. Il bicchiere mezzo pieno...	»	121
2.4. I sintomi	»	122
2.5. Il passato, alla ricerca della motivazione perduta	»	125
3. Epilogo	»	125
4. Alcune note a conclusione	»	128
<b>5. Le appartenenze e l'appartenere fra radici e intenzionalità</b> , di <i>Maria Mione, Elisabetta Conte, Gianni Francesetti, Michela Gecele</i>	»	130
1. Appartenenza e dinamica figura/sfondo	»	131
2. Appartenenza e ciclo di contatto	»	132
3. Appartenenza e differenze generazionali	»	133
3.1. Primo livello generazionale	»	133
3.2. Secondo livello generazionale	»	134
3.3. Terzo livello generazionale	»	135

4. Trasmettere il “mondo”, creare un tessuto: quale sostegno per l’appartenerci oggi?	pag. 137
5. Riflessioni finali: di chi siamo e per chi siamo?	» 140
Bibliografia	» 141
<b>6. La <i>polis</i> come <i>ground</i> e orizzonte della terapia</b> , di <i>Michela Gecele</i> e <i>Gianni Francesetti</i>	» 142
1. Premessa	» 142
2. Semplificazione e mistificazione della realtà e dell’esperienza	» 144
3. A confronto con la prospettiva della postmodernità	» 147
4. Insicurezza, incertezza, paura	» 150
5. La sfera sociale fra invasività e inconsistenza	» 151
6. Forme di disagio	» 155
7. Il panico: figura emergente del campo sociale	» 158
8. Il sostegno specifico nella sfera privata e nella <i>polis</i>	» 162
9. Le altre facce della frammentazione	» 166
10. Quali valori ci sostengono nel continuare il cammino?	» 171
Bibliografia	» 174
<b>Glossario</b> , di <i>Elisabetta Conte</i>	» 177
Bibliografia	» 182
<b>Gli autori</b>	» 185



## Presentazione

di Eugenio Borgna\*

Nel susseguirsi di libri sull'ansia, analizzata da molteplici punti di vista, questo libro splendidamente curato da Gianni Francesetti si distingue in alcuni aspetti metodologici ed epistemologici che ne definiscono l'originalità e la serietà.

Fra questi aspetti di rigore e di consapevolezza critica vorrei sottolineare l'estrema chiarezza con cui il discorso sull'ansia e sull'ansia che, arroventandosi, si fa panico (attacco di panico in questa connotazione clinica che, senz'altro incisiva e pregnante, riproduce in ogni caso una situazione psicopatologica e umana già largamente conosciuta dai grandi psichiatri clinici del Novecento e anche dell'Ottocento), viene svolto nelle sue articolazioni storiche, psicopatologiche e psicoterapeutiche: nel contesto di quella grande scuola di psicoterapia che è la psicoterapia della Gestalt. La chiarezza tematica ed espositiva, mai incrinata dall'ideologia, si coglie immediatamente in ciascuno dei diversi contributi che compongono il volume: dal titolo emblematico che ci trascina subito nel circolo delle correlazioni fatali e inesorabili fra esperienza psichica individuale, quella dell'ansia, e modelli di vita sociali: segnati dalla tendenza alla frammentazione.

La chiarezza espositiva è tanto più ammirevole in quanto il discorso sull'ansia, sugli attacchi di panico, non si confronta solo con gli aspetti psicopatologici e clinici ma anche con quelli esistenziali e talora filosofici: analizzati con l'acuta percezione della problematicità, che non può mai essere rimossa, delle tesi filosofiche e metapsicologiche. Ma la chiarezza riguarda anche le strutture di discorso che stanno a fondamento della psicoterapia della Gestalt: indicate ed esplicitate nel loro *background* epistemologico e anche nella loro diversa e dialettica connotazione semantica (un utilissimo glossario consente

\* Il professor Eugenio Borgna è Libero Docente in Clinica delle Malattie Nervose e Mentali nell'Università di Milano.

di conoscere e di ri-conoscere gli elementi tematici essenziali della psicoterapia della Gestalt: nelle sue correlazioni senza fine fra l'io e gli altri, fra l'io e il mondo: sulla scia, certo, della rivoluzione epistemologica di radicale matrice fenomenologica che, nella schematica ma decisiva enunciazione heideggeriana, riconosce nell'essere-nel-mondo, nell'*In der Welt sein*, la struttura portante della condizione umana.) In questo stile di lavoro terapeutico e di riflessione critica, che si realizza nel rigore e nella pregnanza discorsiva, la vasta bibliografia non rimane mai un elemento esteriore ma confluisce, recuperata criticamente, negli orizzonti complessivi e unificanti di ogni contributo che scandisce le strategie terapeutiche del libro.

Un secondo aspetto molto importante del discorso, che qui viene svolto, è quello della ricchezza dei "casi" illustrati nella loro dimensione psico(pato)logica e umana, e fatti vibrare nelle loro immediate e dirette espressioni emozionali: nelle loro esperienze vissute. Non ci sono solo riflessioni sulle risultanze della psicoterapia; ma ci sono le parole e le emozioni delle pazienti e dei pazienti che raccontano le loro angosce e le loro inquietudini, e le modificazioni che si realizzano nel corso della psicoterapia. Siamo così confrontati con la palpitante realtà dell'ansia (dell'angoscia) che sale e scende nelle sue vertiginose impennate, e che si cristallizza in quelli che chiamiamo attacchi di panico.

Mettendo fra parentesi ogni riduzionismo sintomatologico, i modi di essere nell'angoscia delle pazienti e dei pazienti sono descritti nella loro radicale connotazione fenomenologica e antropologica, e cioè nella loro dimensione semplicemente umana e nelle fondazioni ermeneutiche che questi modi di essere nascondono in sé, e nelle loro risonanze interpersonali e ambientali. Solo così, del resto, è possibile cogliere il *sensu* dei fenomeni psicopatologici (dell'angoscia e del panico in particolare) e interpretarli in una prospettiva non solo teorica, ovviamente, ma soprattutto terapeutica: psicoterapeutica.

Nella interpretazione gestaltica degli attacchi di panico, e questo è un altro aspetto emblematico del discorso che si viene svolgendo nei contributi di questo libro, al di là dei modelli intrinseci e peculiari della psicoterapia della Gestalt, si colgono strutture di significato che, inserite nella clinica (la mia è una formazione clinica), consentono di dilatarne le risonanze psicologiche e umane: approfondendole radicalmente. Questa mi sembra essere una delle più belle testimonianze che nascono da questo libro: riportare nel discorso psicopatologico e clinico di ogni giorno almeno alcune schegge della psicoterapia della Gestalt, come anche ovviamente della psicoterapia freudiana e junghiana, significa davvero estendere il valore conoscitivo e terapeutico di orientamenti teorici rigorosi: ai quali fare partecipare chiunque voglia fare una psichiatria e una psicologia aperte al ri-conoscimento del *sensu* che si nasconde nella comportamentalità e nella esteriorità nel senso di Emmanuel Lévinas.

Questo vorrei dirlo anche perché mi sembra che i confini teorici della psi-

coterapia della Gestalt, come quelli della fenomenologia del resto, siano più aperti che non altri indirizzi teorici alla percezione e alla comprensione delle categorie del dicibile e dell'indicibile: della intuizione husserliana.

In ogni caso, il cuore degli attacchi di panico, al di là di ogni catalogazione clinica (nosografica) quanto mai inafferrabile del resto e forse anche inutile, è costituito dalla ferita lacerante e dolorosa dell'angoscia: come kierkegaardiana vertigine della libertà; e di questa dimensione esistenziale e fenomenologica, che induce ovviamente a riflettere sui nuclei profondi (eidetici) di ogni malattia, sfuggendo alla dicotomia insostenibile fra malattia e *non*-malattia, e cogliendone invece le transizioni e gli slittamenti, sono testimonianza assoluta i modelli e gli orizzonti di senso di una psicoterapia della Gestalt così rigorosamente illustrata nel corso del libro e così originalmente articolata non solo nella sua realtà ma anche nelle sue prospettive teoriche, e pratiche.

L'angoscia, ancora, come espressione di una crisi radicale del mondo e della società in cui ciascuno di noi è necessariamente immerso; e l'angoscia, ancora, come specchio della frantumazione, o almeno della frammentazione, della società e delle relazioni interpersonali sempre più scheggiate e divorate da un febbrile individualismo.

Anche questi aspetti francamente fenomenologici sono presenti: benché siano espressi con un linguaggio che è quello, e non potrebbe essere diversamente, della teoria della forma: non lontana, del resto, da quello della fenomenologia.

Un ultimo aspetto vorrei sottolineare, ed è quello che riguarda le correlazioni fra psicoterapia e farmacoterapia; e non posso non concordare con la tesi, limpidamente espressa nel libro, che non ci possa essere farmacoterapia *senza* psicoterapia: nel senso che, in ogni caso, l'azione farmacologica è in qualche modo influenzata dal contesto relazionale e, dunque, psicoterapeutico (in senso stretto o in senso lato) che esista fra chi cura e chi è curato. La farmacoterapia cancella i sintomi, quando essi siano intensi (la cosa è comunque essenziale), ma non modifica il terreno psicologico sul quale l'angoscia e le sue vampate crescono e dilagano. Ma la cancellazione anche temporanea dei sintomi consente immediate e più ampie possibilità psicoterapeutiche.

Insomma, un libro di grande interesse non solo dottrinale (la psicoterapia della Gestalt ne riemerge nella sua radicale importanza conoscitiva e metodologica: teorica) ma anche clinica e psicoterapeutica. Dai diversi contributi, che scandiscono le sequenze tematiche del libro, rinascono concreti modelli di comprensione degli attacchi di panico, intesi sia nella loro fenomenologia sia nella loro evoluzione, e di strategia psicoterapeutica: mai disancorata in ogni modo dalle influenze sociali che in essa non possono non confluire.

Se si vuole conoscere, o conoscere meglio, *cosa* sia la psicoterapia della Gestalt, e *cosa* siano gli attacchi di panico nella loro costituzione sintomato-

logica e fenomenologica (eidetica), ma anche *come* sia necessario confrontarsi interiormente (nella propria soggettività) con il dilagare sconfinato dell'angoscia, e *quale* percezione intuitiva si debba avere dell'indicibile che si nasconde in ogni esperienza umana, lacerata dalla sofferenza e dalla solitudine, questo libro è davvero di grande aiuto: per chiunque si occupi di psicoterapia e di psichiatria: che non può vivere, del resto, senza psicoterapia.

# *Introduzione*

di Gianni Francesetti

Questo libro è il risultato di una ricerca nata dal tentativo di comprendere l'attacco di panico con gli strumenti teorici e clinici della psicoterapia della Gestalt, all'interno del "campo" sociale nel quale questo sintomo emerge.

Esso trae origine, più in generale, dall'esigenza di leggere i fenomeni del nostro tempo a partire dall'esperienza psicoterapeutica e, circolarmente, di comprendere il disagio del soggetto inserendolo nel contesto non solo idiografico, ma anche sociale e culturale nel quale prende forma. "Il sintomo è una parola che cerca la frase", afferma lapidariamente Giovanni Salonia: ci troviamo dunque in pieno dentro un circolo ermeneutico dove il vissuto dell'individuo (anche e soprattutto il vissuto psicopatologico) acquista senso solo se lo collochiamo nello sfondo relazionale e sociale sul quale si staglia; viceversa, i fenomeni sociali traggono significato a partire dall'esperienza dei singoli. Questo gioco di sfondi e figure ci consente, attraverso le domande che suscita e i sentieri che prospetta, di comprendere e collocare questo disagio nella complessità e nella frammentazione del contesto attuale.

D'altra parte, come sottolinea efficacemente Margherita Spagnuolo Lobb, il panico si delinea oggi come una vera e propria sfida alla psicoterapia anche sul piano clinico: ci chiama ancora una volta, ulteriormente, a dare senso e a trovare risposte terapeuticamente efficaci ad un sintomo indicibile, apparentemente incomprensibile, che spesso si presenta all'improvviso, come un fulmine a ciel sereno.

Il testo si inserisce in un percorso di ricerca e di riflessione da tempo esplorato ed approfondito dai direttori dell'Istituto di Gestalt H.C.C. e affronta il tema del disturbo di panico non solo come sintomo clinico individuale, ma anche in relazione al tempo e al contesto del suo manifestarsi: la postmodernità, appunto. Questa prospettiva ha stimolato, orientato e nutrito la ricerca che ha fatto nascere il libro.

Esso è il prodotto di un lavoro collettivo, nato dal dialogo e dal confronto

fra gli autori: scelta necessaria per mantenere una pluralità di sguardi che, pur non potendo essere mai esaustivi, almeno non tradiscono la complessità dei fenomeni trattati.

Cercando di evitare il rischio di ogni semplificazione riduzionistica, il panico trova dunque significati attraverso un percorso che rende possibili prospettive diverse, illuminando questo disagio da angolature che ne mettono in risalto le varie dimensioni: psicologiche, fenomenologiche, psicoterapeutiche, sociali, culturali.

Per quanto riguarda la struttura del libro, nei primi due capitoli vengono stabilite le cornici di fondo entro cui collocare la lettura gestaltica degli attacchi di panico, sia sul versante clinico, sia sul versante sociale.

Nel primo capitolo, scritto dalla dott.ssa M. Spagnuolo Lobb, il panico viene letto attraverso una chiave inedita che pone in relazione questo disturbo con alcune fra le più recenti ed innovative linee di ricerca nell'ambito della psicoterapia: il panico diventa il luogo dove l'indicibile, qualità costitutiva dell'esperienza umana, acquisisce senso e dignità. Si illumina così un orizzonte tutto da esplorare, nel quale il limite della parola lascia spazio ad altre potenzialità terapeutiche, implicite eppure essenziali, scontate eppure ignote. Si delineano quindi nel paesaggio relazionale gli ineffabili "sfondi fondanti" che sostengono la danza dell'incontro, della vita, della salute.

Il secondo capitolo, scritto dal dott. Giovanni Salonia, approfondisce il complesso rapporto fra disagio psichico e contesto sociale, e quindi, nello specifico, fra panico e postmodernità. Si tratta di un tema fondamentale nel dibattito attuale che, nelle illuminanti articolazioni qui proposte, ha dato avvio e attraversa tutti gli altri contributi di questo libro: senza ricorrere ad una logica causale che presupporrebbe una scissione, ma utilizzando la lente della dinamica figura/sfondo che consente di stare proprio in questo circolo ermeneutico, evitando ogni inutile tentativo di sfuggirvi. Il panico, in questa prospettiva, diventa figura individuale che emerge da uno sfondo collettivo e fornisce la possibilità di una lettura sociale, con implicazioni cliniche, ma anche più ampiamente culturali e pedagogiche.

Il terzo capitolo propone una lettura fenomenologica e clinica del disturbo, utilizzando gli strumenti concettuali della psicoterapia della Gestalt: la dinamica figura/sfondo, l'intenzionalità e l'interruzione di contatto, le funzioni del sé, il gioco delle polarità (in particolare la polarità autonomia/appartenenza), il ciclo vitale, gli aspetti cruciali del sostegno specifico. Sotto questa luce il panico si rivela essere lo scacco di un adattamento creativo acquisito. Contemporaneamente, però, è anche l'apertura di una strada nuova nella vita della persona, l'inizio di un percorso che può condurre ad altre e più aggiornate soluzioni creative. L'azione psicoterapeutica è spesso determinante per fornire il sostegno appropriato affinché questa apertura sia sostenibile e conduca ad una

riorganizzazione funzionale e positiva delle relazioni e della vita del soggetto.

Nel quarto capitolo, la voce narrante è quella di una persona che ha sofferto di attacchi di panico. I vissuti attraversati nella ricerca di un percorso terapeutico possono rivelare, con particolare freschezza ed efficacia, le difficoltà e le esigenze di chi si avvicina alla terapia spinto da un disagio intenso e abbagliante come questo.

Il quinto capitolo approfondisce il tema dell'appartenenza attraverso il confronto con alcuni concetti teorici della psicoterapia della Gestalt e offre uno sguardo sui cambiamenti sociali e generazionali contemporanei a partire da questa chiave di lettura. Osservare e tentare di comprendere questi cambiamenti nel tempo della frammentazione consente di orientare non solo l'intervento terapeutico, ma anche di leggere le modificazioni della rete di appartenenze nei passaggi generazionali.

Nel sesto capitolo, l'ultimo, gli autori esplorano la complessità del rapporto fra attacco di panico e contesto sociale contemporaneo. Il sintomo individuale, essendo figura attraverso cui cogliere il travaglio dello sfondo collettivo, colloca inevitabilmente il terapeuta stesso (nella sua dimensione professionale, ma anche personale) in un orizzonte "politico" di cui è indispensabile che egli sia consapevole.

Infine, al termine del libro è stato inserito un glossario di alcuni termini specifici della psicoterapia della Gestalt con una breve definizione e il rimando alla relativa bibliografia.

Questo saggio è rivolto ai terapeuti di diverso orientamento, non solo gestaltico, e anche a chi, conoscendo il panico da vicino, è alla ricerca di strade che portino chiarezza e sollievo.

Mi auguro che il terapeuta possa trovare spunti di confronto stimolanti, sia per il suo lavoro clinico quotidiano, sia per una più ampia e profonda riflessione sul rapporto fra società e disagio psichico.

Per chi invece soffre di panico, spero che questo testo contribuisca a fare chiarezza su alcuni aspetti di questo disturbo e sul lavoro clinico con esso, delineando la direzione e il senso di un percorso psicoterapeutico. Inoltre, guardare al panico come "fenomeno del campo" potrà fornire una prospettiva più ampia e forse già un sostegno per orientarsi nella ricerca di senso che questa sconvolgente apertura porta sempre con sé.

Ciò che non potrà emergere fino in fondo in questo libro, è, da un lato, la freschezza di ogni incontro terapeutico, con la sua poetica unicità e irripetibilità; dall'altro, la sofferenza che segna la vita di chi è toccato dal panico: anche quando non viene esplicitamente sottolineato, ogni pagina è intrisa della fatica e del dolore dei pazienti. Per fortuna, però, anche del loro slancio verso la vita, del nostro reciproco comprenderci, osare, giocare.

## Ringraziamenti

Desidero innanzitutto ringraziare i direttori dell'Istituto di Gestalt H.C.C., dott.ssa Margherita Spagnuolo Lobb e dott. Giovanni Salonia: le idee di fondo che ispirano questo lavoro provengono dal loro insegnamento. La loro chiarezza e competenza teorica e la loro ricca esperienza clinica sono state la guida che ha orientato e nutrito questo testo. Senza il loro generoso apporto e sostegno in ogni fase della stesura, questo libro non sarebbe nato.

Grazie anche a tutti i membri dell'Istituto H.C.C.: essi costituiscono la più ampia rete di relazioni, dialoghi e riflessioni in cui è maturato il testo; un ringraziamento particolare alla dott.ssa Maria Mione, alla dott.ssa Elisabetta Conte (responsabili della Sede di Venezia dell'Istituto H.C.C.), alla dott.ssa Michela Gecele per il dialogo stimolante e il continuo sostegno; alla dott.ssa Paola Argentino per la sua premurosa disponibilità.

Un sentito ringraziamento va al prof. Eugenio Borgna, autore della presentazione del libro: il suo prezioso e sapiente contributo è ancora una volta esempio di profondità e rigore epistemologico per chi si avventura nei complessi territori della sofferenza psichica.

Per il confronto critico su alcuni concetti teorici sono grato a Susan Gregory, a Dan Bloom e a Rachel Brier del New York Institute for Gestalt Therapy; per la revisione di alcune parti del testo, grazie a Celeste Borgnino, Luisa Brachet, Ida Cravero, Jessica Ghioni e Paola Grandis.

Ringrazio profondamente le pazienti e i pazienti con disturbo di panico con cui ho lavorato: sebbene nel testo compaiano solo alcune delle loro storie, l'incontro originale con ciascuna e ciascuno di loro costituisce lo sfondo e l'ispirazione da cui nasce questo libro.

Infine, grazie a Luisa per l'incessante incoraggiamento e per la sua dolcissima pazienza, messa spesso alla prova durante la realizzazione di questo lavoro.

E grazie a Chiara ed Emanuele per non aver mai perso la loro impazienza.

# *1. Perché la psicoterapia negli attacchi di panico?*

di Margherita Spagnuolo Lobb

## **1. Una storia come tante**

Un paziente si siede per la prima volta nella poltrona del mio studio di psicoterapeuta. Ha un'aria contenuta. È una persona distinta, che ci tiene a dare un'immagine dignitosa di sé. Si rivolge a me guardandomi, ma spesso deve distogliere lo sguardo per non fare trapelare l'emozione che lo sconvolge: paura, sgomento, panico. Riesce a raccontare così in modo dignitoso il motivo per cui è venuto.

“Sono un medico, uno specialista affermato. Ho sempre esercitato la mia professione (sono un pediatra) con molta passione, e i miei pazienti mi hanno ricompensato con la loro gratitudine e stima. Le madri mi dicono che riesco a calmare le loro ansie, perché le ascolto, e poi con calma spiego loro che cosa succede al bambino in quel momento, e loro si rilassano e riescono a essere di nuovo le madri che vorrebbero essere. Mi piace anche creare possibilità di scambio e di servizio con i miei colleghi; ho coordinato varie associazioni professionali e organizzato congressi che hanno avuto anche un'eco nazionale. La mia vita mi dà molte soddisfazioni: ho una bella famiglia, due bambini, ho un bel rapporto con mia moglie. Faccio molti sport: ho sempre fatto quello che ho voluto. Faccio canoa, e dieci anni fa ho preso il patentino di pilota, ho comprato un superleggero e ho realizzato il sogno di volare”. Dice tutto questo di corsa, come una premessa necessaria per farmi capire meglio il suo dramma, poi continua: “Tutto è cominciato due anni fa. Ero in macchina con mia moglie, in autostrada da Firenze a Roma. Eravamo incolonnati, c'era un ingorgo. Parlavo tranquillamente con lei. Di colpo le mie mani hanno iniziato a sudare, poi un senso di nausea, tachicardia. Non avevo mai provato quelle sensazioni e ho pensato che doveva essere un infarto, o un problema circolatorio. Sono un medico, quindi ho familiarità con le sensazioni corporee, e non solo con quelle dei miei pazienti. Un bravo medico sa capire i sintomi dei suoi pazienti solo se sa immaginare sul proprio corpo quelle sensazioni raccontate. Eppure sembra che in quel momento non avessi la lucidità per discernere che quello che si stava verificando nel funzionamento fisiologico del mio corpo non era un processo patologico; ero vittima di un processo mentale, puramente psichico. Ho cercato di resistere, mi chiedevo se era il caso di affidarmi alle cure di un pronto soccorso o aspettare di capire meglio... poi non ce l'ho fatta più e ho chiesto a mia moglie di portarmi in ospedale appena possibile. Al pronto soccorso mi hanno dia-