

## UN'ANALISI FUNZIONALE DEGLI ATTACCHI DI PANICO

Pamela entra con un'espressione incerta del viso, gli occhi balzano via improvvisamente dal contatto oculare e poi tornano.

Soffre di "attacchi di panico" per i quali fa una terapia anche farmacologica, ma sente che non ne sta ottenendo dei veri benefici.

In termini funzionali, il panico è un'inondazione del sistema – un eccesso di qualcosa.

Un fiume è un flusso coeso  
ha prevedibilità  
e prevedibilità è uguale a sicurezza.

Gli argini di un fiume contengono, canalizzano, danno forma ed organizzano il flusso dell'acqua mantenendolo coerente e prevedibile.

Oschman: " il flusso di energia/informazione attraverso un sistema tende ad organizzare il sistema stesso e così l'ulteriore il flusso di energia aumenta.

Si tratta di un processo di strutturalizzazione.

E più la struttura è grande maggiore è il flusso, e maggiore è il flusso più cresce la struttura.

Le strutture – gli argini del fiume – aumentano la struttura dell'acqua – aumentando il flusso laminare coeso.

Quest'aumento di coesione accresce il flusso.

Freud pose la domanda: è la struttura a determinare il flusso di energia o è il flusso di energia a determinare la struttura?

In caso di inondazioni, gli argini del fiume non possono più contenere, canalizzare, formare ed organizzare il flusso.

La coesione è perduta.

La perdita di coesione equivale alla perdita di strutturalizzazione, che equivale alla perdita di prevedibilità, che equivale alla perdita di sicurezza.

Segue il caos.

In termini funzionali, per la persona il caos è una perdita di coesione, che viene sperimentata dall'organismo come panico.

Il corpo di Pamela ha una forma, ma non una sagoma.

Il suo tessuto è flaccido – ipotonico.

Un senso di non struttura, non contorni.

Il corpo è non “abitato”, come se un tempo lei ci avesse vissuto, ma da cui ora si è ritirata – probabilmente troppo profondamente dentro di sé.

Non abita più la periferia – la parte corporea dell'lo

(lo come mediatore tra interno ed esterno).

Non c'è capacità di strutturare, contenere, canalizzare od organizzare quello che le succede dall'interno o dall'esterno – soprattutto dall'esterno.

Il respiro è alto nel torace.

Energia, esperienze, sensazioni, percezioni, emozioni, tutto fluisce attraverso il corpo.

Se non c'è strutturalizzazione non c'è coesione

Il corpo viene inondato.

C'è perdita di controllo (prevedibilità), perdita di contenimento (confini), perdita di sicurezza (confusione) che equivale al panico.

Pamela soffre di agorafobia – paura degli spazi aperti.

Quando è all'interno di un palazzo, o anche dentro la città, c'è contenimento dato dai confini esterni – muri, palazzi, il flusso e riflusso della vita quotidiana cittadina, ecc.

Quando è fuori all'aperto, non ci sono confini esterni e siccome lei non ha confini periferici dentro di sé, non ha contenitore.

Questo equivale al panico.

In termini funzionali, perché si è ritirata dalla periferia – e psichicamente dall'lo – non ha confini né contenitore. Quando questi non sono presenti, il flusso non è contenuto, lei viene inondata e poi nasce il panico.

Il suo viso ed il suo collo sono arrossati, soprattutto in confronto al pallore del resto della pelle.

In termini funzionali, questo è un aumento della pressione sanguigna verso l'alto dovuto al carente processo di contenimento. L'arrossamento del viso è l'equivalente fisico dello stato emotivo di panico. Uno è un'inondazione di emozione; l'altro è, fisicamente, un'inondazione dell'organismo verso l'alto.

I suoi occhi sono guizzanti, scrutanti, incerti ed insicuri. Durante gli episodi di panico, gli occhi perdono la qualità tridimensionale della profondità e la percezione che corrisponde alla relazione tra gli oggetti. Il termine oggetti si riferisce qui a rappresentazioni di oggetti sia fisici sia psichici.

In termini funzionali, l'insicurezza e lo scrutare rappresentano una mancanza di radicamento (*grounding*) su entrambi i livelli fisico e psichico. C'è la ricerca di qualcosa a cui attaccarsi per limitare e confinare. Il radicamento è l'equivalente del contenimento che dà origine alla sicurezza.

Durante la sessione l'instroke è stato un po' mobilizzato. Gli occhi si sono calmati, il rossore è diminuito, il respiro si è attenuato e si è fatto più profondo.

Nella sessione successiva ha riferito che questo tipo di lavoro era buono per lei "perché non doveva preoccuparsi della relazione". (Con questo riferimento sta parlando di me – della relazione terapeutica. Sospetto che si tratti di una questione transferale e di fatto, la stava generalizzando a tutte le relazioni.)

Un'analisi funzionale ci dice che lei si trova attualmente agli stadi iniziali del processo di costruzione dei confini o che si sta cimentando in un rinnovato tentativo di confinarsi. Non è interessata a me, solo a lei – il processo di instroke in azione.

Le relazioni si costruiscono sui confini. Confinarsi è un processo di definizione – mettere in chiaro chi sono e cosa voglio. Poi è possibile entrare in relazione. Senza confini – limiti e definizione – non c'è contatto. Non c'è relazione, solo simbiosi o assenza di contatto.

In termini funzionali, il panico è un tentativo di confinamento e radicamento attraverso il paralizzarsi. (Il radicamento nel corpo è la qualità congelata nel tessuto reattivo.)

La parola paralisi è composta da due parti: para – separata, nel senso di modificata e da cui difendersi, e lisi – un'improvvisa dissoluzione. Il panico è il terrore sperimentato per il senso di improvvisa dissoluzione, scomparsa, morte dell'organismo causato dalla perdita o mancanza di coesione, contenimento e struttura. Niente confini. L'organismo viene inondato di fuori e, in modo reattivo, di dentro.

Gli attacchi di panico sono tentativi di confinare e contenere e, allo stesso tempo, rivelano l'inadeguatezza di questo processo di strutturalizzazione e la sofferenza della persona che ne subisce