



ALBATROS

Mensile di attualità cultura spettacolo arte musica sport
annoventiquattresimo numero 250 maggio 2024

FRANCESCA
FAGNANI
IL POTERE DELLA CONOSCENZA

ANTONIO
ALBANESE
PRIMO DELLA CLASSE

STEFANO
DE MARTINO
UNA VITA DI RISATE

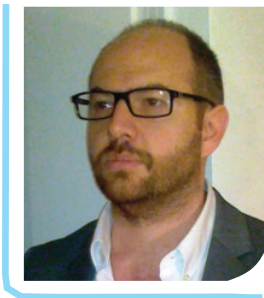
DACIA
MARAINI
IL CORAGGIO DI RICORDARE

FEDERICA
BRIGNONE
TUTTO IN DISCESA

Juliette

BINOCCHE

Je m'en
fous



Sopravvivere al Confine

DI MARCO ZORZETTO

Il disturbo borderline di personalità (DBP) rappresenta una condizione mentale intricata e frequentemente sottovalutata che colpisce un vasto numero di individui globalmente. Caratterizzato da una varietà di sintomi emotivi e comportamentali intensi, il DBP, come ci spiega il Dott. Michele Canil, psicologo a Treviso, può generare un notevole impatto sulle dinamiche relazionali, sulla salute psicologica e sulla soddisfazione complessiva della vita delle persone che ne soffrono.

Come si manifesta il disturbo di personalità borderline (DPB) nelle relazioni interpersonali e quali sono le sfide più comuni?

Il disturbo di personalità borderline si manifesta con un comportamento piuttosto discontinuo caratterizzato da atteggiamento manipolativo, facendo quindi leva sui sensi di colpa e cercando di avere sempre il dominio sulle relazioni con l'altro perché questo disturbo è generato dal timore di abbandono e perdita.

Quali sono i sintomi chiave del DPB e come influenzano il funzionamento quotidiano dell'individuo?

I sintomi principali sono discontinuità nelle relazioni e nell'attività lavorativa, una o più dipendenze o abusi (ma questo dipende da persona a persona), manipolazione, meccanismi di difesa come ad esempio la negazione di fronte all'evidenza, continui tentativi di apparire sotto una luce favorevole e di rovesciare la realtà a proprio favore. Nell'atteggiamento manipolativo spesso c'è aggressività per spaventare le persone che sono vittime congeniali.

In che modo le esperienze di vita precoci, come il trauma o l'abbandono, contribuiscono allo sviluppo del DPB?

Spesso le esperienze di vita traumatiche precoci, come l'abbandono o la perdita di un

genitore, stanno alla base dei borderline. Anche traumi ancora più gravi, come ad esempio l'abuso o delle scarsissime o assenti capacità genitoriali di accudimento.

Quali strategie terapeutiche si sono rivelate efficaci nel trattamento del DPB e come funzionano?

Non esistono vere e proprie strategie terapeutiche; bisogna cercare attraverso la psicoterapia di rompere quegli schemi disfunzionali ove possibile. Tendenzialmente si tende a tentare di rimodellare alcuni aspetti di personalità per far comprendere i risultati delle proprie azioni che è un'altra difficoltà delle persone borderline. E' opportuno inoltre lavorare sugli aspetti di dipendenza o manipolazione ed aggressione che ne deriva.

Come possono gli individui con DPB gestire gli impulsi autodistruttivi o le azioni impulsivi?

Le persone affette da questo disturbo possono avere impulsi autolesivi che nella maggior parte dei casi tendono ad evolvere con il tempo in atteggiamenti eterodistruttivi, rivolti perciò agli altri piuttosto che a se stessi. In alcuni casi si sviluppano anche disturbi di tipo depressivo o bipolare in cui si alterna l'ipomaniacalità a momenti di depressione. La difficoltà è la regolazione emotiva spesso correlata ad altri disturbi come ansia, insonnia ed attacchi di panico, questi ultimi con una certa frequenza in questo tipo di disturbo.

Qual è il ruolo della regolazione emotiva nel DPB e quali tecniche possono aiutare a migliorarla?

La regolazione emotiva è molto importante perché è uno dei punti cruciali per chi soffre di DPB; spesso si ricorre all'uso di sostanze proprio per regolare l'emotività che probabilmente l'ambiente familiare non è stato capace di contenere. Si tende ad essere



ambivalenti, quindi a provare odio-amore nelle relazioni. Per la regolazione emotiva sono molto utili sia la psicoterapia di tipo cognitivista ma anche altre tecniche come l'EMDR.

Quali sono le maggiori sfide per i familiari o i partner di persone con DPB e come possono supportarli efficacemente?

E' molto difficile per l'ambiente familiare essere di supporto perché spesso ci si accorge in preadolescenza che ci sono comportamenti difficili da gestire. Questa difficoltà porterà probabilmente in futuro anche a disconoscere la relazione con le istituzioni che vengono accusate con gli stessi elementi con cui si accusano i genitori con un senso di abbandono e noncuranza nei propri confronti. Chi ha un disturbo borderline tende a fare la vittima (persona che subisce) quando in realtà è il carnefice nel rapporto con gli altri.

Come si differenzia il DPB da altri disturbi di personalità o condizioni psicologiche, e quali sono i criteri diagnostici chiave?

Si differenzia ad esempio da un disturbo nevrotico o di ansia dove il quadro è più complesso e non vi è solo un disturbo ossessivo. Si differenzia anche da un disturbo di area psicotica poiché sono persone anche capaci in ambito lavorativo o, nelle relazioni sentimentali, inizialmente molto bravi a corteggiare per poi tentare di isolare gradualmente i partner.

Qual è l'importanza della terapia di gruppo o delle comunità di supporto per le persone con DPB e quali benefici possono offrire?

Esistono molti trattamenti sia di gruppo che individuali, ma anche vere e proprie comunità quando questo disturbo evolve nell'uso di sostanze o in comportamenti a rischio per regolare le emozioni.

