



# **Ansia e depressione**

*Castione della Presolana (BG)*

*5-8 dicembre 2009*

# *Definizioni*

**Depressione**: disturbo dell'affettività/umore

**Ansia**: stato di agitazione psico/motoria

- *Forma di disagio in aumento*
- *15-25% popolazione adulta*
- *3-5% adolescenti*

# *Approcci possibili*

## ■ Psichiatrico

- Cause: disfunzionalità di alcuni neurotrasmettitori
- Malattie vera e propria (risposta alla terapia medica)

## ■ Psicoanalitico

- Perdita (affetti, lavoro, persona cara, reputazione, tutto ciò che il soggetto percepisce come importante per sé)

# *Tipi/forme di depressione*

- Minori
- Maggiori
  
- Endogene
- Reattive
  
- *Diagnosi non facile!*

# *Sintomi principali*

- Umore perennemente triste “vuoto”
- Assenza di piacere nelle comuni attività
- Minore energia, stanchezza e senso di rallentamento
- Disturbi del sonno (insonnia, ipersonnia, risveglio anticipato)
- Disturbi dell'alimentazione (perdita/aumento di peso – perdita/aumento dell'appetito)
- Senso di colpa, inutilità ed impotenza
- Pensieri di morte e/o suicidio
- Irritabilità
- Eccesso di pianto
- Indolenzimenti e dolori cronici resistenti a terapia

# *Classificazione delle depressioni*

- Da mancato raggiungimento degli obiettivi: interista
- Da turbe e traumi fisici
  - Lesioni cerebrali, encefaliti
  - Tumori
  - Malattie croniche invalidanti
- Endogene (sofferenza interiore)
- Legate all'età (invecchiamento)
- Da esaurimento
  - Sovraffaticamento fisico/psichico, mentale e spirituale
  - Responsabilità eccessiva
- Reattive
  - esperienza negative
  - eventi mal vissuti (nell'infanzia e nell'adolescenza, ...)

*Il credente può essere  
ansioso/depresso?*

## ■ Sostenitori del “NO”

- Vuol dire vivere nel peccato
- Non si ha fede in Dio
- Non si vuole uscire dal problema

## ■ Sostenitori del “SI”

- Situazione possibile
- Idea “sbagliata” sull’*aver fede*

# *Cos'è la fede?*

- **Ebrei 11:1** La fede è **certezza** di cose che si sperano, **dimostrazione** di cose che non si vedono.
- Anche il credente può essere soggetto alla depressione/ansia.
- Chi ha fede è un essere umano come tutti gli altri soggetto alle stesse pressioni ed esposto alle stesse malattie.

# Struttura dell'uomo: modello biblico

- Genesi 1:29 “Facciamo l'uomo a nostra immagine, conforme alla nostra somiglianza [...] Dio il Signore formò l'uomo dalla polvere della terra, gli soffiò nelle narici un alito vitale e l'uomo divenne un'anima vivente”.
- Corpo ⇒ parte materiale
- Anima ⇒ componenti psichiche (volontà, emozioni, personalità, affettività, intuizione, etc... che permettono all'uomo di entrare in contatto con sé.
- Spirito ⇒ parte dell'uomo che permette una relazione con Dio e viene “vivificato” tramite l'opera di Gesù Cristo sulla croce e l'azione rigeneratrice dello Spirito Santo.
- Lo Spirito dell'uomo viene quindi “valorizzato” con importanti riflessi nella sfera fisica e psichica dell'uomo.

# Mosè

- Istruito in tutta la sapienza degli Egiziani
- Potente in parole ed opere
- Uomo di grande fede
- Zelante
- Timorato di Dio
- Saggio
- Giusto
- Buon amministratore

*... ad un certo momento*

...

- Il popolo si lamentava continuamente (Es 32:9; 33:3-5; cfr. At 7:51).
- Il popolo andava da Mosè con ogni sorta di richiesta (di tipo legislativo, etc...) (Es 18: 13-16).
- dietro da un consiglio a Mosè (Es 18:17-24)

# Risultato

- Le ripetute lamentele del popolo esaurirono la pazienza di Mosè e la sua forza d'animo e produssero uno **scoraggiamento** – stato depressivo fino a desiderare la morte (Nu 11:10-15)
- Rifiuto verso il popolo
- Sfinimento fisico ed emotivo

# Mosè - diagnosi finale

- Evento depressivo da esaurimento fisico-psichico, con una componente reattiva (dovuta all'enorme folla di persone della quale si sentiva responsabile).
- Dio si serve di persone *imperfette* per portare avanti il suo piano *perfetto*.

# Giobbe - personaggio di alto rango

## Carta di identità

- UOMO (Gb 1:1)
  - Integro
  - Retto
  - Temeva Dio
  - Fuggiva il male
- Stato economico: RICCO
- Servitù: NUMEROSA

*Il più grande di tutti gli orientali (Gb 1:4-5)*

## *La situazione precipita...*

- Una serie di eventi colpiscono Giobbe
- Perdite materiali (greggi, pastori, servi, etc...) (Gb 1:14,15,17)
- Perdite affettive (figli) (Gb 1:18-19) ⇒ Giobbe adora Dio ed accetta tale sorte (Gb. 1:22-20)
- Alterazione dello stato di salute (ulcera maligna) (Gb 2:7)

## *La situazione persisteva . . .*

- *Moglie cattiva consigliera* (Gb 2:8-10)
  
- **Cominciano i lamenti** (Gb 3:1-8)
  - Domande cruciali
  - Perché della vita
  - Insorgenza dello stato depressivo (Gb 3:24-26  
sospiri, gemiti insonnia, mancanza di pace  
interiore, percezione paranoide della realtà,  
ostilità verso il mondo esterno e gli altri)

# *Giobbe: diagnosi*

- Stato depressivo reattivo da sofferenza)
- Le sventure che si abbatterono su Giobbe lo portarono gradatamente a mettere in dubbio ed in discussione i suoi valori, i suoi principi e le sue certezze.
- La depressione colpisce ogni aspetto dell'essere e del fare di un individuo.

# *Terapia: curare la causa*

- Farmaci
- Psicoterapia