

## **“IL GIORNO DOPO: IL RECUPERO PSICOLOGICO” - d.ssa Luisella Ferrari**

Non è possibile fare delle riflessioni sull'esperienza, purtroppo tanto generalizzata “Tumore del seno” senza soffermarsi sulle drammatiche conseguenze che tale malattia genera nella comunità.

Il senso di confusione dopo una diagnosi di tumore, è stato paragonato “*ai secondi successivi ad una scossa di terremoto*”. E' difficile per una donna gestire la menomazione risultante da un intervento chirurgico al seno, assieme al tumore viene asportata l'immagine intima con la quale la donna stabilisce i suoi legami affettivi. La perdita di una parte, che simbolicamente nella nostra cultura rappresenta il tutto, può essere considerata la perdita d'identità fisica e psicologica. Una donna operata al seno in molti casi vive, oltre alle paure per la malattia, un senso d'isolamento affettivo-amoroso.

Da molti anni mi occupo, come psicologa, di donne che sono state operate di tumore al seno. Occuparsi di persone che hanno vissuto l'esperienza cancro, significa sempre capire fino in fondo che cosa, ai nostri giorni, realmente rappresenti per loro tal esperienza ed aiutarle quindi a rendersi conto che il diverso modo di sentire il dolore fisico e psicologico, significa che spesso non siamo educati a slegare i problemi da noi ed a ridurre la sofferenza morale davanti alla vita ed alla malattia, vivificando la speranza. Ognuno svolge un ruolo vitale nel determinare il proprio “star bene” inteso come equilibrio armonico tra il corpo e la mente. Attraverso i propri sentimenti, il proprio *modus vivendi*, il proprio atteggiamento di fronte alla vita, ogni essere umano partecipa attivamente a mantenere o a riacquistare la propria salute fisica e psichica.

Pur essendo il tumore al seno oggi non più un evento necessariamente drammatico dal punto di vista clinico, gli attori del dramma, lo considerano ancora una malattia terribile. Infatti, lo è, quando l'esperienza diventa il prolungamento del caos esistenziale di cui la donna è vittima, trasformando attraverso la patologia il proprio corpo nell'altare dove si consuma il sacrificio. In effetti, gli aspetti simbolici che troviamo nel decodificare la mentalità ammalata, sono ricchi di significati utili per il riordinamento del caos nelle procedure terapeutiche. L'esperienza accumulata dalle associazioni di “donne operate al seno” in ambito internazionale, sono ricche in questo senso, ed il percorso da loro segnalato conferma la validità degli approcci “corpo-mente” nelle terapie riabilitative.

Sempre in questa prospettiva ci è utile riflettere sugli aspetti esistenziali e sulle convinzioni o visioni del mondo utilizzate dalle donne nel prima di ammalarsi, nel durante la malattia e nel decorso postoperatorio.

La malattia è un delicato momento di passaggio nella vita di una donna: quando si hanno a disposizione le opportune informazioni, possono essere trasformate le forme di essere che portano sofferenza e stress. Non è vero, dunque, che la malattia sia sempre un evento negativo. A volte, ad esempio, quando l'equilibrio precedente era un equilibrio stressato, dal punto di vista emozionale e la persona non stava soggettivamente vivendo una vita soddisfacente, questo cambiamento ha aiutato moltissime donne a ripristinare una vita migliore di prima.

Avvicinarsi ai propri processi mentali ed emotivi permette di raggiungere la consapevolezza, sia nel riconoscere i segnali che l'organismo esprime in modi diversi per comunicare i suoi bisogni, sia gli stati che favoriscono una realtà di benessere. In questa ottica il lavoro di riabilitazione assume un significato ben più grande che la sola riabilitazione fisica. Si tratta allora di un lavoro di ri-significazione dei criteri e dei valori con cui si vive e per la rielaborazione dei comportamenti che sono gli strumenti utilizzati nelle dinamiche relazionali.