

# La malattia che cambia lo sguardo: supporto psicologico o psicoterapia?

L'esperienza di malattia oncoematologica è complessa e portatrice di vulnerabilità o, come spesso viene descritta dai pazienti, di "debolezza". Eppure, la debolezza è parte attiva di una vita che sente, che vive, che è presente e coinvolta. Ascoltarla può diventare un atto di profonda attenzione e cura verso sé stessi.

Negli ultimi anni, chi lavora nel campo della psiconcologia ha osservato un cambiamento importante: la domanda dei pazienti è diversa da quella di vent'anni fa. Se in passato alla parola cancro veniva immediatamente associata l'idea di morte, oggi -anche grazie ai progressi della ricerca e all'avvio di un processo di cronicizzazione- la malattia assume significati diversi. E così cambiano anche le domande psicologiche dei pazienti e di conseguenza il tipo di intervento richiesto.

Nell'Ambulatorio di AIL Milano abbiamo notato una **crescente richiesta**, spesso non espressa direttamente, di **andare oltre il semplice "contenimento" emotivo**. I pazienti vogliono comprendere più a fondo l'impatto della malattia sulla propria identità, sui ruoli sociali e professionali, sul modo in cui si sentono in relazione con gli altri e con sé stessi. **Questo ci porta a interrogarci: possiamo offrire, accanto al sostegno, anche percorsi di psicoterapia in ambito oncoematologico?** Qual è, concretamente, la differenza?

Il **sostegno psicologico** ha l'obiettivo di aiutare il paziente ad affrontare un momento specifico del presente: l'inizio di una terapia, la comunicazione di una recidiva, l'ansia per un esame imminente. Lavoriamo per individuare insieme le risorse personali e i modi per affrontare l'emergenza emotiva.

La **psicoterapia**, invece, è un percorso più profondo e strutturato. Serve a prendersi cura di aspetti della propria storia e del proprio mondo interno che, per diversi motivi, si sono incrinati o stanno ostacolando il cammino. In questo spazio, il paziente può dare un senso alla malattia, rielaborare vissuti antichi riattivati dalla diagnosi, oppure confrontarsi con un'immagine di sé che la malattia ha messo in crisi.

Anche la malattia cambia: non è più solo un evento acuto da "superare",



**Dott.ssa Eleonora Criscuolo**  
Psicologa  
e Psicoterapeuta AIL  
Milano Monza Brianza.

ma un'esperienza che irrompe nell'esistenza e che può accompagnare il paziente per anni. E con essa cambia anche il modo di viverla. In molti casi, la malattia costringe a fermarsi, a guardarsi dentro e può mettere in luce fragilità che prima restavano nell'ombra. A volte, ci si accorge che "non ci siamo poi così simpatici", come dicono alcuni pazienti con ironia e lucidità. Accettare la malattia, allora, significa anche iniziare un percorso di

conoscenza e accettazione di sé.

In ambito oncoematologico, data la complessità e la durata dei percorsi di cura, ci sono momenti in cui il sostegno psicologico è fondamentale, ad esempio, nelle fasi acute della terapia, e altri in cui può emergere il bisogno di un lavoro più profondo. Capita, per esempio, nei periodi di follow-up, quando "va tutto bene" dal punto di vista clinico ma il paziente si sente improvvisamente vuoto o disorientato. Oppure, quando la remissione riapre domande profonde sulla propria vita, sulle relazioni, sul futuro.

**Ma è davvero possibile fare psicoterapia in un contesto così particolare?**

**La risposta è sì, anche se con alcune attenzioni.** La psicoterapia richiede tempo, continuità, uno spazio dedicato: caratteristiche che non sempre coincidono con i tempi della sanità o con il ritmo delle terapie. Tuttavia,

## CURA TRA LE RIGHE a cura di Eleonora Criscuolo

"Le parole sono un mezzo attraverso cui definire chi siamo. A volte, quando la vita ci porta lontano, in una destinazione che non abbiamo scelto come nel caso della malattia oncologica, non abbiamo più le parole per raccontarci e questo può portare a isolarsi e sentirsi soli in mezzo ad un mondo che incomprensibilmente continua ad esistere. Per questo abbiamo deciso di proporre una guida da utilizzare quando ci sentiamo persi e a cui abbiamo dato la forma di una rubrica dal titolo "Cura tra le righe". In questa sezione prenderemo in prestito le parole di chi ha vissuto l'esperienza della malattia, della solitudine, della perdita ma anche della rinascita e della gioia per costruire uno specchio in cui ritrovarsi e sentirsi nuovamente accolti dalla speranza. Parleremo dei libri che più ci sono piaciuti per proporre delle riflessioni sul mondo dell'oncologia e sui risvolti emotivi e psicologici dell'esperienza della malattia".

**La rubrica prosegue online su [ailmilano.it](http://ailmilano.it)**



"Malattia come metafora", Susan Sontag