

# Autolesionismo e disagio psichico

Testo tratto dal sito: [Psiconline](#)

" [...] Quando ci si chiede perché le persone possono ricorrere all'autolesionismo, i motivi possono essere diversi tra loro; sicuramente il tagliarsi, procurarsi bruciature o altro, è una modalità difensiva che il soggetto utilizza per sfuggire ai propri sentimenti, far fronte a fattori di vita stressanti, esprimere il dolore, punire se stessi o anche per sentirsi euforico. Più nel dettaglio, con il termine **autolesionismo** si fa riferimento ad un'inflizione intenzionale volta a danneggiare il proprio corpo attraverso attività come il tagliarsi, bruciarsi e altre forme di lesioni.

Spesso **questo atteggiamento appare correlato all'ideazione e intenzione suicidaria**, anche se ancora la letteratura non ha reso chiaro l'eventuale relazione esistente tra questi due comportamenti. **La maggior parte delle persone che si mutilano adottano tale atteggiamento come una modalità per regolare il proprio umore; avvertono una profonda motivazione legata al bisogno di distrarsi da un turbamento interiore, o allo scopo di alleviare l'ansia per la propria incapacità ad esprimere emozioni intense.**

Gli atti di autolesionismo come il tagliarsi possono essere effettuati per una serie di motivi, più comunemente per esprimere e alleviare la rabbia o la tensione, così come il dolore psichico per sentirsi più capaci di **controllare il proprio comportamento**, o una situazione di vita apparentemente disperata, o per **punire se stessi quando ci si sente una persona "cattiva"**. Per alcune persone, **il dolore inflitto attraverso l'autolesionismo è preferibile alla sensazione di vuoto che si avverte; il dolore rappresenta un qualcosa che sostituisce il niente, è una conferma del fatto che si è ancora in grado di sentire qualcosa, che si è ancora vivi**. Per altri, il dolore da autolesionismo sostituisce semplicemente un altro tipo di dolore che essi non riescono né a capire né a controllare.

In generale, **gli atti autolesionistici riflettono una profonda angoscia e vengono utilizzati come risorsa e mezzo per sopravvivere**, piuttosto "che sentirsi morire", o anche come un mezzo per attirare l'attenzione su di sé. In generale, sembra che gli adolescenti, in particolare le ragazze, siano a più alto rischio di intraprendere attività di autolesionismo. Probabilmente questo avviene perché gli adulti sono più abili nel gestire le loro emozioni, o perché più bravi nel nascondere le loro attività autolesioniste, o mascherarle attraverso esperienze di dipendenza come abuso di alcool o droghe.

Nel **Regno Unito** l'autolesionismo sta raggiungendo proporzioni epidemiche; in un discorso pronunciato alla *Mental Health Conference*, l'allora **Vice Primo Ministro Nick Clegg**, affermò che i servizi di emergenza avevano segnalato circa 300.000 casi di autolesionismo ogni anno. La *British Psychological Association*, nel rapporto emanato dalla *Health Behaviour in Scholl-Aged Children* (HBSC), ha evidenziato come in 6.000 giovani intervistati, con età compresa tra gli 11 e i 15 anni, circa il 20% di essi segnalavano attività autolesionistiche negli ultimi 12 mesi. **La stragrande maggioranza dei casi di autolesionismo che giungono ai servizi di emergenza ospedalieri è caratterizzata o dalla presenza di un'overdose, o da tagli auto-inflitti**. Altre forme di autolesionismo, ma di solito più rare, possono essere il battere o colpire volontariamente alcune parti del proprio corpo, graffiarsi, tirarsi i capelli, bruciarsi o strangolarsi.

[..]

Il rapporto più recente sull'autolesionismo effettuato a Oxford, in Inghilterra, sostiene che **di tutte quelle persone che si presentano in ospedale, circa il 25% presenta un intento suicida, e circa il 40% sono valutati come affetti da un disturbo psichiatrico grave.**

[..]

Per alcune persone, praticare *una tantum* l'autolesionismo è solo una modalità reattiva ad una grave crisi emotiva; per altri invece è un problema a lungo termine. La gente può continuare ad autolesionarsi perché continua a soffrire degli stessi problemi, o possono smettere per un determinato periodo e riprendere tale attività quando ri-subentra una grave crisi emotiva.

Generalmente si ritiene che l'autolesionismo non sia *presenta* nei paesi non occidentali, suggerendo così che sia una sindrome culturale; alcuni medici stranieri spesso affermano di non aver mai avuto un caso di autolesionismo prima di lavorare nel Regno Unito.

[..]

**Alla luce di questa differenziazione culturale, è plausibile ipotizzare sia che determinati ambienti sociali siano in grado di predisporre, in misura maggiore o minore, in soggetti più vulnerabili, atti auto-lesionistici, e sia che, in alcune culture, tale atteggiamento sia sotto-stimato non divenendo così oggetto di attenzione da parte della clinica. [..] “**

Per l'articolo completo clicca sul sito: [Psiconline](#)