

## DISTURBO POST-TRAUMATICO

La persona è stata esposta ad un evento traumatico nel quale ha vissuto o si è confrontata con un evento/i che ha implicato la morte, o minaccia di morte, o gravi lesioni, o una minaccia all'integrità fisica propria o di altri ed ha sperimentato una paura intensa, sentimenti di impotenza o di orrore.

Nel disturbo post traumatico c'è stato un trauma al quale la persona pensa continuamente e c'è un continuo rivivere l'evento. Lo vive come ancora presente.

Durante il giorno si presentano in modo ricorrente ed intrusivo pensieri, sensazioni, immagini, rumori, odori, tutti riguardanti l'evento traumatico.

La persona agisce o sente come se questo si stesse ripresentando. Di solito la persona sperimenta dei **flash back** di tipo visivo o acustico a tale riguardo e molte volte sono anche presenti sensazioni di fallimento, di incapacità, di colpa o cose che si sarebbero volute fare ma non si sono potute fare. La mente della persona è sempre rivolta a quell'evento.

La persona tenta di non pensarci, di scacciare i pensieri le immagini, le sensazioni, ma più tenta di non pensarci più il ricordo e le immagini sono presenti.

Ha sperimentato che non si possono controllare gli eventi e vive nella costante paura che possa ricapitare.

La persona pensa sempre all'accaduto e parla di quell'evento come una catastrofe.

Il passato invade il presente della persona impedendole di vivere serenamente il presente e costruirsi il futuro. Manifesta una marcata riduzione degli interessi o di partecipazione ad attività significative, sentimenti di distacco o di estraneità verso gli altri, inoltre, cerca di evitare attività, luoghi e persone che evocano il ricordo del trauma.

Vi è la difficoltà ad addormentarsi, irritabilità ed esagerate risposte di allarme.

Possono essere diverse le cause che hanno scatenato il trauma:

violenze subite, vittime di catastrofi, lutti non elaborati, abbandoni, incidenti, aborti, fallimenti nel lavoro e/o nelle relazioni...etc

La ricerca-intervento costantemente in essere rivela un'efficacia del modello strategico con una percentuale di risoluzione oltre al 90% dei casi trattati.