



## L'Approccio Fenomenologico-Esistenziale in Medicina Generale

Data 28 gennaio 2024  
Categoria professione

L'approccio fenomenologico-esistenziale è uno strumento molto utile nella relazione medico-paziente perché consente di passare da una relazione gerarchica, nella quale il medico ha il paziente di fronte, quale oggetto di studio e di lavoro, a una relazione complementare in cui il medico accompagna il paziente nel percorso che conduce dapprima alla diagnosi ed eventualmente poi alla guarigione.

**Essere con il paziente o avere il paziente di fronte, comprendere la sofferenza del malato o limitarsi a spiegare perché soffre, sono due modalità di relazione profondamente diverse, la prima delle quali ha fin dai primi passi un'importante valenza terapeutica in quanto suscita nel paziente due importanti sentimenti: la fiducia e la speranza, che sono essenziali per migliorare e se possibile guarire.**

**L'approccio fenomenologico-esistenziale è un'efficiente ed efficace modalità di instaurare una relazione in quanto fornisce al medico la chiave per un percorso terapeutico: la comprensione delle modalità di "essere nel mondo" del paziente.**

Il confronto con l'approccio nosografico ne evidenzia la profonda differenza con cui viene affrontata la sofferenza: l'approccio clinico-nosografico ricerca nel malato segni e sintomi che spieghino la sua sofferenza mediante la sua classificazione nell'elenco delle malattie note; l'approccio fenomenologico cerca di comprendere il vissuto del paziente perché la comprensione è una componente fondamentale del processo terapeutico.

### Riferimentibasilari

Forniamo ora alcuni riferimenti basilari di questo approccio fenomenologico, rinviando alla letteratura specialistica per ulteriori approfondimenti.

Le variabili individuali che caratterizzano "l'essere nel mondo" di ciascuna persona e si manifestano con le innumerevoli sfumature dell'essere umano, sono le sue modalità di sentire e vivere spazio, tempo, corpo, relazioni con gli altri: le tratteggeremo qui a grandi linee per fornirne un'idea generale che per essere utilizzata nella pratica professionale necessita tuttavia di ampliamenti.

In calce a ogni paragrafo troverete brevi citazioni dalla letteratura, che meglio di qualsiasi disquisizione logica consentono di comprendere la ricchezza della nostra esperienza del mondo, nei suoi aspetti gioiosi o dolorosi.

### Lo spazio

L'essere umano fin dall'infanzia supera lo spazio che occupa fisicamente conquistando dapprima con la mente (fantasie e progetti) e poi con il corpo uno spazio espressivo sempre più ampio. Lo spazio vitale è dunque legato al nostro pensare e al nostro agire e si modifica, strutturandosi e destrutturandosi a seconda delle modalità con cui evolve il nostro "essere nel mondo" (Galimberti).

"Potrei vivere in un guscio di noce e sentirmi Re dello spazio infinito" Willam Shakespeare, Amleto, Atto II, Scena 2.

### Il tempo

Per descrivere in poche parole la complessità e la variabilità del tempo è sufficiente riprendere ciò che un grandissimo uomo, Agostino vescovo di Ippona, scrisse fin dal IV secolo dopo Cristo: Agostino osservava che non è corretto parlare semplicemente di "passato, presente e futuro", ma che, dato che le percezioni e le sensazioni correlate al tempo si riferiscono sempre a un preciso momento, noi possiamo con varie modalità ricordare un "passato nel presente", percepire da un momento all'altro un presente diverso da poco fa, avere una visione del futuro fortemente correlata al momento presente (Agostino, Le Confessioni XI Libro. Rizzoli Edit. Milano 1994)

"Ogni cosa ha il suo momento e ogni atto la sua ora: tempo di nascere e tempo di morire, tempo di piantare e tempo di sradicare, tempo di uccidere e tempo di guarire..." (Ecclesiaste 3,1).

### Il corpo

Il nostro corpo non è una semplice entità fisica, ma un'entità che vive nel mondo e si relaziona con il mondo. Noi lo vediamo come una parte di noi, ma nello stesso tempo ci sentiamo "corpo" in relazione con il mondo: Husserl ci ha insegnato a distinguere una componente fisica oggettivabile del nostro corpo (che in tedesco viene denominata "Körper" e che è quella studiata dalla scienza) e una componente soggettiva, vissuta (in tedesco denominata "Leib") che è un'entità non solo fisica che evolve e si modifica con mille sfumature nelle vicissitudini delle nostre vite (Edmund Husserl: La crisi delle scienze europee e la fenomenologia trascendentale. Il Saggiatore Milano 1972).

### La relazione con gli altri

L'uomo è un essere sociale che vive in rapporto con gli altri. Le relazioni interumane possono svilupparsi su un piano di parità o su una scala gerarchica, con ruoli differenziati tra chi comanda e chi obbedisce. Nell'ambito delle relazioni gerarchiche è importante distinguere quelle condivise, quali quelle familiari o quelle nei percorsi di apprendimento (docente e discente), nelle quali la gerarchia ha una funzione sociale e anche i soggetti più deboli ne traggono generalmente beneficio, dalle gerarchie basate invece sulla pura e semplice oppressione dei soggetti più deboli da parte di quelli più forti.

Alcune relazioni gerarchiche sono "complementari": i ruoli si alternano o si completano creando rapporti a volte momentaneamente conflittuali ma stabili nel tempo perché offrono vantaggi a tutte le persone coinvolte.



Non ci soffermiamo qui sulla relazione dell'individuo con sé stesso in quanto questo importante aspetto dell'essere nel mondo è assai complesso da indagare e richiede in chi se ne occupa una lunga formazione psicodiagnostica e psicoterapeutica.

La sofferenza e la malattia mutano profondamente il nostro modo di essere e di relazionarci con il mondo. "Nella sofferenza ritorniamo tutti un po' bambini" affermò un paziente vedendo il suo medico un po' seccato per le continue domande.

"Nella malattia ci rendiamo conto che non viviamo soli ma incatenati ad un essere di un regno diverso, dal quale ci separano abissi, che non ci conosce e dal quale è impossibile farci comprendere: il nostro corpo. (Marcel Proust. I Guermentes).

### **La relazione con sé stessi**

La relazione con sé stessi presuppone una basilare capacità di valutarsi, sia sul piano fisico sia su quello psichico e comportamentale: una buona relazione con sé stessi presuppone intelligenza, equilibrio e capacità di autocritica; se esistono queste condizioni ogni soggetto periodicamente dovrebbe valutare il proprio modo di pensare e di agire ed eventualmente programmare delle azioni di correzione.

### **Il dolore**

Il dolore è sempre influenzato dall'elaborazione culturale e le modalità con le quali viene descritto verbalmente, o comunicato con modalità non verbali, differiscono profondamente in culture diverse.

Nella civiltà occidentale, oltre alle differenze legate alle culture nazionali, vi è una storica profonda differenza tra la civiltà greco-romana e quella cristiana. Nella Grecia classica e nella Roma imperiale l'uomo virtuoso è colui che sopporta il dolore, che lo domina e che lo supera, concedendosi, quando in buona salute, tutti i piaceri che il corpo e la mente possono concedere.

Nella civiltà ebraico-cristiana invece il dolore è inizialmente una prova di purificazione e successivamente un castigo che aiuta a espiare le proprie colpe: in questa visione la sopportazione è una dote essenziale per liberarsi dal vincolo con il corpo impuro e corrotto e liberare l'anima dai vincoli terreni consentendole di ascendere verso il paradiso: queste profonde differenze influenzano le modalità con le quali l'individuo affronta la sofferenza, reagisce o sopporta e si rassegna.

"Ma è lei, padre Cristoforo? Povera me, come è cambiato! Come sta? Dica: come sta?" "Come Dio vuole, e come, per Sua grazia, voglio anche io..." (Alessandro Manzoni. I promessi sposi. Capitolo XXXVI)

"Vedi là Farinata, che s'è dritto... io avea già il viso nel suo fitto ed ei s'ergera col petto e con la fronte come avesse l'inferno a gran dispetto (Dante. Inferno. Canto X).

### **L'invalidità**

La perdita di una o più funzioni psicofisiche è un evento luttuoso per la persona che avverte, oltre alla sofferenza fisica, la perdita di valore, un'umiliazione e un senso di colpa per il disagio e la sofferenza che causa negli altri. L'individuo è sempre profondamente trasformato dall'invalidità: il risultato di questa trasformazione è fortemente influenzato dalle credenze dell'individuo, dalle relazioni con i familiari e con le persone che ama, dal suo stato socio-economico, dalle sue capacità di tollerare frustrazioni ed umiliazioni e di reagire ad esse.

### **La morte**

L'uomo è l'unico animale che ha la consapevolezza di dover morire. Le più antiche testimonianze storiche dell'uscita dell'uomo dallo stato di vita selvaggia sono legate alla creazione e condivisione di forme primitive di cultura riguardanti i riti funerari: la morte biologica da evento naturale diviene sempre più spesso evento culturale.

Le emozioni ed i pensieri degli uomini primitivi portarono all'elaborazione di rituali e fantasie più evolute: la morte divenne via via un rituale sociale ed al tempo stesso una fase di passaggio.

La socializzazione dell'agonia della morte solleva il moribondo di parte della angoscia di morte e i parenti del loro senso di colpa; per tutti, se ben condotta, la socializzazione della morte lenisce la sofferenza.

La consapevolezza che la morte è vicina modifica radicalmente il modo di sentire, pensare e agire di chi si sente morire; una sintesi estrema ma molto efficace ce l'ha offerta un grande psichiatra: "l'idea concreta, realistica della morte si modifica completamente in chi la sente vicina; essa non è caratterizzata solo dalle sofferenze attuali e future, ma soprattutto dalla terrificante esperienza di non potere più sperare: la sofferenza ormai non ha più alcun senso; ogni sacrificio è inutile..." (Borgna Eugenio. Nei luoghi perduti della follia. Feltrinelli Edit. Milano 2008).

### **Bibliografia**

Umberto Galimberti: Psichiatria e Fenomenologia Feltrinelli Editore Milano 2023

**Tratto da : Guida alla professione medica Autori: Giampaolo Collecchia, Riccardo De Gobbi, Roberto Fassina, Giuseppe Ressa, Renato Luigi Rossi, Daniele Zamperini**

[ilmiolibro.kataweb.it/libro/medicina-e-salute/666455/guida-alla-professione-di-medico/](http://ilmiolibro.kataweb.it/libro/medicina-e-salute/666455/guida-alla-professione-di-medico/)

**Rielaborato da Riccardo De Gobbi**