

Novellara. Coautrice la psicologa Barbara Rossi

Un libro su come comportarsi quando ci assale il panico

NOVELLARA. E' uscito il volume intitolato «Panico, istruzioni per l'uso. Come trasformare un problema in una opportunità» (Armando editore, Roma). Uno dei quattro coautori è la psicologa e psicoterapeuta novellarese Barbara Rossi, che opera professionalmente a Reggio, consulente del Ministero della giustizia, dal 2003 presidente onorario del Cisp (Centro italiano sviluppo psicologia). La Rossi ha firmato il primo capitolo: «Che cos'è il panico». Gli autori degli altri tre capitoli sono Gianni Lanari (Come capirlo e gestirlo), Pietro Adorni (I gruppi di auto mutuo aiuto) e Vittorio Cei (La farmacoterapia).

Il libro si propone come una guida semplice e chiara per chi, non specialista, desidera approfondire le proprie conoscenze sul «disturbo da attacchi di panico». Secondo recenti ricerche epidemiologiche, in Italia interesserebbe dall'1,6% al 2,2% della popolazione; quindi, indicativamen-

te, da 900mila a 1 milione e 200mila cittadini. Prevalentemente nelle età di passaggio: fra i 15 e i 19 anni, intorno ai 25 anni, fra i 35 e i 44 anni; in misura simile fra uomini e donne.

In un'ottica interdisciplinare, la questione è affrontata secondo il concetto «problema uguale a risorsa»: «Conoscere il panico permette di scoprire potenzialità, desideri, valori, bisogni, energie inesprese che possono arricchire la persona di una nuova libertà e del piacere di vivere bene». Il panico in sostanza sarebbe un segnale d'allarme: «Ci avverte che è giunto il momento di andare a vedere che cosa succede».

Nel suo ampio intervento Barbara Rossi, dopo aver trattato sotto vari aspetti il tema, arriva alla conclusione che, stante «la complessità dei fattori in gioco», per gli attacchi di panico è consigliabile un approccio integrato fra psicoterapia, farmacoterapia e lavori di gruppo. (v.a.)