

## DEPRESSIONE

Il modello strategico, sulla base della ricerca intervento costantemente in evoluzione, definisce la persona depressa:

- fa la vittima di se stessa o degli altri lamentandosi in continuo delle proprie disgrazie
- rinuncia a svolgere attività quotidiane, lavorative, ludiche o di relazione chiudendosi sempre più in se stesso. (A volte il lavoro è mantenuto per motivi economici)
- delega lo svolgimento delle proprie attività ad altri e/o pretende che gli altri facciano al posto suo poiché egli ritiene di non poterle assolvere a causa del suo stato

Insorge così molto spesso una relazione perversa con i suoi familiari nel quale la persona depressa da vittima diviene l'aguzzino che tiene in ostaggio gli altri intorno a lui.

Molto spesso la depressione è reattiva ad una situazione effettivamente drammatica come un lutto, un abbandono o un trauma che la persona non riesce a superare; oppure all'incapacità di superare un problema. In questo caso la sequenza della strutturazione del problema è data da un'illusione iniziale seguita da una delusione per non essere riuscito a raggiungere il proprio obiettivo ( o risolvere il problema) e infine un deprimersi in seguito ai tentativi fallimentari ottenuti.

Quando invece ci troviamo di fronte a una depressione che è stata relativa a un qualcosa è necessario, dopo aver bloccato le tentate soluzioni disfunzionali della vittima, intervenire sul problema di fondo altrimenti si rischia di non risolvere completamente lo stato depressivo.

Grazie alla ricerca empirica continuamente in evoluzione è possibile affermare che negli ultimi vent'anni l'82% dei casi di depressione, nelle sue svariate forme, è stato risolto definitivamente.