

Introduzione	ix
1 L'approccio integrato ai disturbi mentali	1
2 Nosografia e pratica clinica	9
3 Ansia, stress e vita quotidiana	13
3.1 Il mal-essere del quotidiano e la depressione	16
3.2 Il panico e l'ansia generalizzata	22
3.3 La somatizzazione	28
4 Ansia, depressione ed eventi della vita	33
5 La terapia farmacologica	39
5.1 Gli antidepressivi	40
5.2 Le benzodiazepine	43
5.3 La pianificazione del trattamento	44
6 La terapia psicologica	49
7 L'appropriatezza e la qualità degli interventi: una visione d'insieme	55
8 Casi clinici	59
8.1 Le crisi di panico	59
8.2 Sandra e Giusy, il senso di colpa	62
8.3 La responsabilità impossibile	65
8.4 Stile di vita e comportamento	67

8.5	Sapersi ritrovare	70
8.6	L'angoscia del post-partum	73
8.7	Lo svuotamento delle mansioni	76
8.8	I traumi indelebili, le ferite invisibili	80
8.9	La perdita del <i>ben-essere</i>	84