

## Un invito alla psicoanalisi

di Carmine Mangano

Esiste ancora oggi una certa resistenza nei confronti delle cosiddette pratiche psicoterapeutiche, siano esse psicologiche, psicoanalitiche o psichiatriche. Sebbene oggi lo stigma che ammantava di vergogna chiunque richiedesse l'aiuto di un professionista della salute mentale sia praticamente decaduto, permane ancora una sostanziale diffidenza che rimane pertanto sempre più inspiegabile alla luce della crescente domanda di benessere psicofisico che caratterizza la nostra epoca.

Si va in palestra, dall'estetista, dal chirurgo, ma lo studio dello specialista, sia esso psicologo o psichiatra, rimane ancora un tabù per molti. Le ragioni possono essere diverse, alcune piuttosto convincenti, tutte decisamente resistenti. Per ragioni di brevità, se ne isoleranno soltanto tre, le più rappresentative.

La prima, la più inossidabile, è la convinzione di non averne in fondo bisogno, che il malessere che si prova è passeggero e che si è pertanto perfettamente in grado di gestirlo e superarlo senza grosse difficoltà e soprattutto senza l'aiuto di nessuno ("ce la devo/posso fare da solo!"). C'è della verità in questa affermazione? Di fatto, risulta essere la più pericolosa, dato che poggia sull'erronea convinzione di poter essere i terapeuti di se stessi e dunque spinge ad una sottovalutazione della propria sofferenza che diventerà così, in molte occasioni, sempre più invalidante.

La seconda, anch'essa piuttosto pervicace, è che in realtà non esistono professionisti della salute mentale ma soltanto lazzaroni che approfittano del loro ruolo per suggestionare pazienti deboli e indifesi spillandogli soldi senza alcun ritegno. Sebbene tocchi ammettere che anche il campo "psi" è indubbiamente popolato da un certo numero di cialtroni, e non sempre è facile distinguere chi lo è da chi non lo è, rimane il fatto che il disagio psichico esiste e che esistono persone altamente specializzate e seriamente formate ad accoglierlo e a fornire un sostegno particolarizzato alla persona che arriva in consultazione, in maniera professionale e soprattutto etica. Disconoscere ciò è semplicemente miope, oltre che sciocco.

La terza ragione, quella spesso più limitante, è che molti semplicemente ritengono di non avere le possibilità economiche per permettersi una terapia o un'analisi. I più determinati, tendono perciò a ripiegare sulle strutture pubbliche dove, con molta buona volontà, si fa quel che si può. E non è molto, purtroppo. Questa affermazione è frutto evidentemente di pregiudizi molto radicati in un tempo andato, quando il divano dello psicoanalista rappresentava il ritrovo dell'alta borghesia e della buona società. Oggi esistono diverse formule e soluzioni per poter usufruire dei servizi di sostegno e assistenza psicologica pagando molto spesso una tariffa detta "sociale", ovvero corrispondente, orientativamente, alla tariffa minima stabilita dall'Ordine Professionale per l'attività erogata.

La psicoanalisi, in particolare, non è più quell'attività elitaria destinata a signore annoiate e un pò capricciose, ma una pratica clinica che si offre a chiunque senta il bisogno di sentirsi ascoltato senza giudizi e pregiudizi. L'unica cosa che si richiede è che vi sia una domanda e un desiderio. La domanda di incontrare un analista e il desiderio di dire quel che si ha da dire. Il resto viene da sé. I Consultori e i Centri di Psicoanalisi Applicata sono nati proprio per rispondere a questa domanda e a questo desiderio.