

OPINIONI A CONFRONTO

DI GAIA GIORGETTI

ANDARE IN TERAPIA NON È PIÙ UN TABU?

Le sedute di coppia dei Ferragnez riprese nel loro reality. L'ansia di Bella Hadid via social. I malesseri della psiche vanno condivisi o sono una questione privata?

Claudio Mencacci LA COPPIA VA TENUTA IN SALUTE, ANCHE SENZA UNA DIAGNOSI



PRESIDENTE DELLA SOCIETÀ ITALIANA DI NEUROPSICOFARMACOLOGIA

GIUSTO RENDERE PUBBLICO IL TEMA, come hanno fatto Fedez e Chiara Ferragni mostrando a tutti la loro terapia di coppia: serve a comunicare che andare dallo psicologo è normale, può riguardare tutti in determinati momenti della vita, ma fa anche capire che la psiche è parte integrante della salute.

Il rapper dice che la terapia di coppia dovrebbe diventare una prassi. È d'accordo?

La coppia è un organo vivente, abbiamo bisogno di mantenerla in buona salute.

La rivelazione di Fedez ha un valore simbolico importante: aiuta a smantellare i pregiudizi sulle sofferenze interiori. Altrettanto utile è il messaggio: per ricorrere alla terapia di coppia non è necessario che una relazione sia in difficoltà, che ci sia una diagnosi.

Può funzionare anche se il rapporto è sereno?

Sì, a volte è opportuno fare un check-up alla coppia per riequilibrare i sentimenti. Fedez e Chiara hanno due figli, stanno sperimentando – esattamente come tutti i genitori – ansie e preoccupazioni, avranno le normali difficoltà di una famiglia ma, a differenza delle altre persone, vivono sotto i riflettori, e questo può pesare sulla relazione. **Altre celeb parlano sui social di ansia, depressione e attacchi di panico.**

La sofferenza psichica non è più un tabù?

Meno di un tempo ma i luoghi comuni resistono, si guarda ancora con sospetto questi disturbi perché sono invisibili. Invece sono diffusi: il 15 per cento delle persone soffre di depressione almeno una volta nella vita. È necessario parlarne: ogni gesto che porti il dibattito allo scoperto è un segno di civiltà e solidarietà.

Carlo Bordonì LA SPETTACOLARIZZAZIONE FALSIFICA LA REALTÀ. MEGLIO IL PUDORE



SOCIOLOGO, HA SCRITTO L'INTIMITÀ PUBBLICA (LA NAVE DI TESEO)

LE RIVELAZIONI DEI FAMOSI POSSONO AIUTARE a sdoganare i pregiudizi contro il disagio psichico. Ma attenzione: sbandierare la propria intimità è profondamente sbagliato.

Bella Hadid condivide sui social i problemi di ansia, i Ferragnez includono le sedute di coppia dal terapeuta nel loro docu-reality.

Ancora peggio: mettere in piazza il privato significa violare se stessi, aprendo una ferita nell'identità. Il problema è che oggi è normale strapparsi di dosso il pudore, necessario a proteggere la parte più segreta. Esibirsi senza protezione è una strategia di comunicazione.

Rischi?

Dal punto di vista sociale, andiamo verso la perdita d'identità personale.

L'intimità può essere pubblica?

Non dovrebbe. Fino a poco tempo fa andare dal terapeuta come dal confessore restava un affare privato, e solo dalla riservatezza può nascere la fiducia tra paziente e psicologo, tra fedele e sacerdote. La confessione pubblica invece è la caratteristica dei nostri tempi, il personaggio si svela per sembrare più autentico e farsi amare dal pubblico, che entra in sintonia, sente di poter condividere con lui o con lei problemi e debolezze. L'immedesimazione produce un effetto consolatorio: ci sentiamo tutti uguali.

Ma sono tutte credibili le depressioni o le ansie delle celeb condivise sui social?

La spettacolarizzazione falsifica sempre la realtà, quando un vip si mette a nudo lo fa ad arte, per fare spettacolo: vende se stesso per utilità di mercato. Non vi pare un inganno?

