Dir.Resp.: Marco Zane
Tiratura: n.d.
Diffusione 10/2016: 10.000
Lettori: n.d.

Gente Veneta

Estratto del 23-OTT-2026 pagina 28 /

Stammi Bene

i consigli del medico



Il rischio di sentirsi tutti malati



di **Marco Ballico,** medico, psicoterapeuta e docente IUSVE

La settimana scorsa abbiamo parlato delle diagnosi sempre più frequenti, soprattutto nella sfera psicoaffettiva e comportamentale. Cercando di classificare ogni forma di disagio umano, il rischio è che si finisca per smarrire la distinzione tra patologia e normale variabilità dell'esperienza.

Le conseguenze non interessano solo la medicina, ma anche il modo in cui le persone imparano a guardarsi, a interpretare le loro emozioni e ad affrontare le difficoltà della vita.

Quando una diagnosi diventa la principale chiave di lettura di un comportamento, può accadere che la persona finisca per identificarsi con essa. Mi spiego: una definizione nata per descrivere una condizione e orientare un intervento rischia di trasformarsi in un'etichetta. Il pericolo è che ciascuno finisca per percepirsi come malato, potenzialmente malato o destinato a diventarlo.

Non si tratta di negare l'esistenza di disturbi reali né di sottovalutare la sofferenza psicologica.

Una diagnosi corretta può liberare da sensi di colpa, favorire la comprensione di sé e rendere possibili interventi efficaci.

Ma proprio per questo deve essere formulata con attenzione: non si può interpretare ogni difficoltà automaticamente in termini patologici.

Mi succede nel mio lavoro di psicoterapeuta: la richiesta di sostegno psicologico e il numero di professionisti che se ne occupano sono aumentati.

Le ragioni sono molteplici: sono cambiati i rapporti sociali, le condizioni di vita, le aspettative individuali e anche la disponibilità a chiedere aiuto.

È tuttavia legittimo chiedersi se il moltiplicarsi delle categorie diagnostiche e la crescente tendenza a leggere il disagio attraverso una lente clinica non rafforzino la convinzione che a ogni sofferenza debba corrispondere una diagnosi e a ogni difficoltà una terapia. Il sostegno psicologico è prezioso quando permette di affrontare una crisi e superare una sofferenza.

Non dovrebbe però diventare la risposta automatica a ogni fatica dell'esistenza... La vita comporta inevitabilmente frustrazioni, perdite, conflitti, insicurezze e smarrimento. Ma non tutto ciò che fa soffrire è una malattia e non ogni sofferenza richiede per forza un trattamento specialistico.

Facciamoci una domanda: siamo diventati più capaci di riconoscere la sofferenza o non sappiamo più affrontarla senza ricorrere a una spiegazione clinica?

Non è questione da poco: una società che aspira a controllare tutto tende inevitabilmente a considerare con sospetto ciò che sfugge al controllo, cioè l'incertezza, la fragilità, il conflitto, la tristezza. Eppure, queste esperienze fanno parte della vita e rappresentano occasioni di maturazione e cambiamento.

L'esercizio critico, la capacità di interrogarsi sui propri strumenti e la consapevolezza dei propri limiti sono oggi particolarmente necessari.

Curare significa capire quando una persona ha bisogno di un intervento specialistico, ma anche saper ascoltare senza affrettarsi a definire, comprendere senza ridurre l'individuo a una categoria, accompagnare senza trasformare ogni difficoltà in un problema da eliminare.

Non tutto ciò che fa soffrire è una malattia e non ogni sofferenza richiede per forza un trattamento specialistico. Ricordiamolo: non si può interpretare ogni difficoltà in termini patologici

in collaborazione con ORDINE PROVINCIALE DEI MEDICI CHIRURGHI E DEGLI ODONTOIATRI DI VENEZIA



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile