



ASSOCIAZIONE PSICOLOGI  
LIBERI PROFESSIONISTI



## **L'aumento dei suicidi: come intervenire**

A fronte del crescente numero di suicidi che si stanno contando tra gli imprenditori, l'Associazione Psicologi Liberi Professionisti (PLP) ha avviato un'indagine tra i propri iscritti al fine leggere tale fenomeno attraverso gli occhi degli psicologi che ogni giorno lavorano a fianco di queste persone.

L'ampia consultazione ha evidenziato alcuni aspetti che appaiono centrali per proporre al mondo delle libere professioni (che potrebbe quanto prima essere a sua volta coinvolto in situazioni analoghe) delle linee di intervento efficaci a prevenire, contenere e ridurre eventi così drammatici.

Nell'analizzare i fattori di rischio dei suicidi, si sottolinea come vi siano eventi prevalentemente ascrivibili a situazioni di malessere personale, ed altri che risentono pressantemente della rottura di un modello sociale, vissuto come fallimento personale. Ogni persona che si affaccia alla vita adulta si sente spinta a realizzare un progetto di vita che poggia sulle sue capacità e sui suoi desideri, ma anche sui modelli che la società gli suggerisce. In particolare, imprenditori e liberi professionisti sono portati a confrontarsi con un modello che vede il singolo quasi come una sorta di "cavaliere solitario" chiamato a realizzare il proprio successo da solo o contando, al massimo, sull'aiuto di alcuni collaboratori, per "farsi da sé", per "mettersi in proprio".

Questa difficoltà ad affrontare le complessità connesse con la crisi, è accentuata dal fatto che sempre di più la misura della propria realizzazione si ricollega ad un sostanziale appiattimento sull'attività lavorativa, in cui il ruolo sociale si assimila a quello lavorativo. Ogni vicenda che interesserà la sfera professionale avrà una ripercussione sulla vita personale e sulla percezione della propria identità e la crisi di una si ripercuoterà sull'altra.

Pare evidente come in questo momento storico questo modello, soprattutto dal punto di vista economico, sia entrato in crisi tanto che sempre più si parla di economia di rete, di necessità di associarsi per realizzare imprese o studi professionali più grandi. Ma un modello, che è stato un vero e proprio mito, non si può modificare in poco tempo; o meglio lo si può modificare negli aspetti economici, ma non è facile cambiarlo altrettanto rapidamente nell'immaginario delle persone.

Per passare agli interventi possibili, PLP indica due percorsi tra loro interdipendenti ed utili, e si rende disponibile ad individuare una rete di professionisti per realizzarle.

Al fine di comprendere il significato della proposta occorre ricordare che qualunque percorso di cambiamento è difficile da realizzare perché psicologicamente ciascuno di noi è spinto ad evitare il cambiamento. Gli psicologi di PLP desiderano ribadire come la oggi tanto proclamata "necessità di cambiare" casa, lavoro, contesto sociale come un "modo normale" per vivere la modernità possa trasformarsi in un altro mito con il quale molte persone si troveranno a fare i conti in un difficile e perdente confronto. Nonostante quanto viene spesso dichiarato, la psiche è sostanzialmente conservatrice e l'individuo tende a sottrarsi alla



**P.L.P.**

ASSOCIAZIONE PSICOLOGI  
LIBERI PROFESSIONISTI



necessità di cambiare. Il centro delle due proposte è quindi quello di aiutare le persone ad affrontare questo difficile momento, tendo ben presente queste difficoltà insite nella psiche di ognuno.

Una prima proposta è quella di offrire un sostegno personale a coloro che desiderano affrontare le difficoltà personali insorte a fronte del cambiamento che sta mettendo a repentaglio l'immagine di se e il proprio valore nella società.

La seconda proposta, da realizzarsi con l'organizzazione di incontri nei vari territori, mira a favorire il sostegno sociale senza il quale la singola persona rimarrà comunque sola ad affrontare il disagio. Riteniamo che sia indispensabile costruire momenti di confronto collettivo che permettano alle persone di affrontare assieme le sfide connesse al cambiamento dei modelli sociali che gli condizionano la vita e la possibilità di leggere il futuro come una prospettiva possibile.

Pensare che la situazione possa essere affrontata solamente con l'offerta di un sostegno psicologico individuale e/o economico vede il problema in modo parziale e anzi rischia di aumentare il senso di disperazione della singola persona. Questo perché gli imprenditori e i liberi professionisti vivono una disperazione muta fino a quando il crollo diviene totale: dare parola a questi stati d'animo appare essenziale, anche attraverso il supporto intermedio di piccoli gruppi di auto aiuto, che possono scaturire dagli incontri proposti.

Se non diviene chiaro a tutti che il non raggiungimento degli obiettivi da realizzare proposti dal modello con il quale si è fino ad oggi (con)vissuto non dipende da incapacità personale, ma dalla sostanziale necessità di cambiare i modelli stessi di riferimento, la persona faticherà anche a richiedere aiuto perché per farlo dovrà ammettere ai suoi stessi occhi il "fallimento" e questo può rappresentare un ulteriore ostacolo all'utilizzazione del sostegno individuale o di altre forme di supporto.

E' importante quindi prima che "curare", costruire conoscenza, mettere in comune risorse adattative e di supporto, proporre un modello alternativo per pensare a se e al proprio ruolo sociale e professionale in modo propositivo e flessibile. Solo allora si potrà consentire, attraverso i percorsi di supporto individuale, un più rapido recupero del vissuto di "benessere" nella sua accezione più ampia di "stato complessivo di buona salute fisica, psichica e mentale ... che consente alle persone di raggiungere e mantenere il loro potenziale personale nella società".

Vicenza 16 aprile 2012

Antonio Zuliani  
Presidente nazionale PLP