



MEMORIE DI PANDEMIA

LE NOSTRE VITE SOSPESE...

di

Ernesto Albanello

Ernesto Albanello

Psicologo e Psicoterapeuta, attualmente scrive opinioni e riflessioni su un blog dal titolo : “La Cantina delle Idee - Ekuo” e sul quotidiano “La Città” - inserto de “Il Resto del Carlino”.

Nel recente passato ha ideato e realizzato progetti in ambito scolastico sulla intelligenza emotiva.

Ha insegnato “Psicologia dell’Orientamento” presso la Facoltà di Psicologia della Università degli Studi de L’Aquila ed ha operato in un servizio di Orientamento e Tutorato della Università degli Studi di Teramo.

Attivo nel mondo del volontariato, è stato segretario degli Adulti Scout dell’Abruzzo per circa dieci anni promuovendo iniziative di escursionismo per favorire la conoscenza dei borghi abruzzesi.

È stato nel Direttivo dell’Associazione Donatori di Sangue della FIDAS totalizzando 115 donazioni di sangue.

ernestoalbanello@gmail.com

Il Coronavirus ci ha reso più immaturi?

Se ci fate caso, da quando è iniziata questa epidemia, le nostre capacità di dare un indirizzo alle nostre vite si sono ridimensionate.

Quando qualcuno sostiene che la nostra esistenza è per così dire “sospesa”, forse si riferisce proprio a questo.

La sensazione è che, a causa di un virus che può insinuarsi dappertutto o che può contagiare in modo estremamente subdolo le persone considerate più al riparo da questi rischi, ogni soggetto ha, per così dire, abdicato ad una parte del proprio “libero arbitrio” che aveva esercitato fino a quel momento, pur nel rispetto delle norme per una corretta coesione sociale.

Ad un certo punto si è affacciata la “stagione delle ordinanze” e quindi delle disposizioni che andavano ad aggiungersi alle norme consuete: ed è come se prendesse forma una guida “per il bene di ciascuno”, ma che comunque finiva per entrare, per espandersi, per appropriarsi di spazi che prima erano prerogative del privato.

Ciascuno di noi ha iniziato ad avvertire il bisogno di documentarsi, di consultare ciò che era nei dispositivi emanati, per sapere se le iniziative che avrebbe preso, erano conformi alle direttive in vigore.

Insomma, approfondendo un po', ciascuno si sarà reso conto che si è verificato una sorta di "espansione di una direttività pubblica" che si è andata incuneando negli interstizi dei nostri abituali comportamenti, per poi finire con il farsi spazio nella mente, alimentando dubbi, perplessità, interrogativi rispetto a scelte che avrebbero dovuto essere maggiormente soppesate, analizzate, ponderate.

Fermiamoci un attimo e cerchiamo di riflettere: interrogiamoci, per favore!

Quella stessa mente che oggi deve soggiacere al rispetto di disposizioni che si aggiungono alle norme abituali, che reputa necessario adempiere a regole che di fatto restringono i nostri spazi di manovra e, forse, inibiscono i nostri progetti, specie quelli a breve termine, è la stessa che domani dovrà riprendere a correre, per recuperare il tempo perduto, cui verrà chiesto di essere creativi, propositivi, inventivi per risalire una china, una volta che il pericolo sarà scampato?

Solo che la nostra mente non funziona in modo tanto diverso, ad esempio, rispetto ad un bolide di Formula Uno che, se viene tenuto in garage per mesi privo delle più elementari manutenzioni, non potrà poi scendere in pista esprimendo le medesime performances di una monoposto costantemente lubrificata e controllata in ogni suo meccanismo.

L'invito, allora, è che andrebbero emanati “inviti atti a facilitare” un percorso di ripartenza.

Andrebbero cioè sollecitate le menti a riprendersi il largo, a ritrovare la propria capacità inventiva, a ricordarsi che questo magnifico Paese è lì pronto ad essere nuovamente gestito perché siano riattivate le sue oasi naturalistiche come i suoi musei e le sue pinacoteche, come il suoi teatri ed i suoi centri di ricerca, alla stessa stregua di come instancabilmente i suoi ospedali sono stati sempre in attività.

Sarebbe davvero una beffa che, dopo tanta forzata immobilità, noi italiani non ritrovassimo la consapevolezza nel ripensare al proprio Paese.

Cioè non ci attivassimo, convenientemente per liberarlo da ogni “ruggine” che si è formata sui suoi congegni vitali.

Perché ripartire significa riacquistare noi per prima, la voglia di tornare ad un protagonismo, finalmente liberato dalle “pastoie burocratiche” che hanno “bloccato questo Paese” ben prima dell'arrivo del coronavirus.

Lo smarrimento in tempo di “Covid-19”

Abbiamo ascoltato il Premier Conte come si trattasse dell’oracolo di Delfi. Nella storia greca si narra di questo borgo, in prossimità del golfo di Corinto, dove sorgeva il santuario di Apollo. I fedeli si recavano al tempio per interrogare il dio sul futuro. Il mondo ha affrontato molte sfide e superato molti ostacoli, ma quando le persone sono preda di smarrimento, assumono comportamenti non dissimili rispetto a quelli tipici di migliaia di anni fa.

Nel senso che ascoltare il Presidente del Consiglio ha rappresentato un “rito” che avrebbe dovuto far diradare le nebbie, al pari del faro che permette ai naviganti di scrutare l’approdo pur con una visibilità prossima allo zero.

Qual è la espressione che è stato il “leitmotiv” della intera conferenza di Conte?

“Se ami l’Italia, mantieni le distanze”. Ora, non ho motivo di dubitare che la trasmissione del contagio possa determinarsi per effetto della prossimità “corporea” delle persone.

Mi chiedo: non è però che va controbilanciato questo distanziamento? Può essere così tempestivamente acquisito un modo di comportarsi, che elogia l’isolamento,

perdendo di vista, e questo mi pare l'elemento cruciale, l'effetto collaterale che tutto questo comporta?

Mi riferisco alla sottovalutazione che una esortazione di questo genere produce nei confronti di chi ha bisogno di essere supportato, assicurato, sostenuto.

Il mantenimento delle distanze implica e presuppone una "centratura dell'io" che non è una dotazione di cui tutti siano equipaggiati: anzi, oso azzardare, ma se lo faccio è in virtù di una lunga esperienza professionale, è un requisito che è prerogativa di pochi.

Quantomeno, occorre procedere ad un bilanciamento che ponga in equilibrio qualcosa che determina una sottrazione con una qualche altra cosa che sviluppi una compensazione.

Mi spiego meglio: se da una parte mi pronuncio sostenendo che la separatezza delle persone le une dalle altre è cosa buona, dall'altra dovrò invitare la "persona separata dal contesto per ragioni sanitarie" ad investire su sé stesso, ad incrementare quella ricchezza del Sé capace di rendersi complementare ad una socialità che oggi è definita come "modalità non praticabile" almeno nel breve periodo.

Altrimenti la persona risponde alla esortazione ricevuta con una reazione di tipo difensivo.

Della serie: mi distanzio dalle persone in quanto sono minacciose per la mia integrità. Quindi percepirò qualsiasi

“altro da me” come un virtuale “infettante” per la mia incolumità.

Il messaggio evidentemente, è di altro genere; vuole significare : “non renderti “strumento” di un contagio di cui puoi essere propagatore attraverso una tua trasmissione, sia pure inconsapevole”.

Il dettaglio, non di poco conto, è che il senso di isolamento, che la persona vive, rende il soggetto, ostaggio di un “vuoto interiore” che lo “accompagna” verso una depersonalizzazione, anticamera di una epidemia non meno drammatica: quella della depressione. Non oso pensare che tali contraccolpi non siano stati attentamente ponderati e considerati.

Cura al Plasma: un passaggio del testimone tra chi è guarito e chi rischia di perdere la vita

Così mi sembra di poter inquadrare quanto propone il Dott. Giuseppe De Donno, Primario della Struttura di Pneumologia dell'Ospedale Carlo Poma di Mantova, attraverso la plasmaterapia.

Questo medico, che certamente non ha l'appeal di una "star" ma è lui il primo a definirsi "un medico ospedaliero che vuole dare una risposta ai tanti che non ce l'hanno fatta", ha riproposto un metodo antico che però mostra per intero tutta la sua efficacia: traferire il plasma iperimmune di chi è guarito da Covid.19 a chi risulta, invece, positivo al virus.

De Donno non è solo, così come non si muove indipendentemente dal resto del territorio l'ospedale di Mantova, perché sta intraprendendo questa battaglia insieme al Policlinico di Pavia.

Se riflettiamo un po', la strategia presenta una analogia con la "corsa a staffetta" : quella per cui l'atleta, dopo aver fatto un giro di pista, decelera per passare il testimone al compagno di squadra, che compie il giro a sua volta.

Quindi riassume in sé tutto il fascino dell'atto generoso di chi ce l'ha fatta, ma non vuole tenersi tutto per sé quello "scampato pericolo". Al contrario, intende dividerlo.

Che dire? Davvero entusiasmante la prospettiva, soprattutto perché si esprime attraverso l'atto della donazione.

Infatti, in stretta intesa con De Donno, opera su questa sperimentazione il Direttore della struttura di Immunematologia e Medicina Trasfusionale Massimo Franchini oltre ad altri reparti, come la Medicina di Laboratorio ed il Reparto della malattie infettive.

La Plasmaterapia è una alternativa al vaccino? È presto per dirlo: qui stiamo parlando di una cura, che è però confortata dall'aver guarito tutti i pazienti che sono stati sottoposti a questo trattamento, forse anche perché il protocollo è stato attuato quando la compromissione del soggetto, positivo al covid.19 non era ad uno stadio molto avanzato.

La mia sensazione è che le competenze sanitarie, sia al livello di ricerca che di pratica ospedaliera, dovrebbero trovare al loro interno una maggiore sinergia e conseguire quei risultati che tutti auspichiamo.

Certo, la Commissione Scientifica non si pronuncia ancora perché la sperimentazione della Plasmaterapia è in corso e quindi non ha l'imprimatur della validazione, ma la speranza che sta facendosi largo è che tale procedura possa rivelarsi un'arma vincente nella ipotesi che dovesse

ripresentarsi una recrudescenza del contagio in termini di “onda di ritorno”.

Un rischio che non dobbiamo correre.

Assembramento e distanziamento sociale: due termini che fanno discutere

La Fase 2 parte con questi due termini scolpiti nella mente delle persone che dovranno guardarsi dal trasgredire le disposizioni vigenti che inibiscono comportamenti, ritenuti del tutto leciti fino al 12 marzo di quest'anno.

Vogliamo, per un momento, però analizzarli questi due termini? Credo sia opportuno in quanto, come si dice, se una parola, anche se discutibile, viene ripetuta, poi nuovamente replicata, quindi ancora dichiarata, quella parola finisce per essere ritenuta indiscutibile, senza neppure che sia esaminata nel suo significato intrinseco.

Cominciamo con il termine **“assembramento”**: dovrebbe riguardare una moltitudine di persone che si caratterizza per essere confusa e disordinata, senza che abbia un fine prestabilito né una ragione nel suo essere **“ammassata”** .

Una medesima moltitudine che si riunisce per raggiungere uno scopo condiviso, va ovviamente denominata in modo diverso: ad esempio per esercitare il diritto di sciopero, per sostenere la propria squadra, per osservare un fenomeno atipico come una eclissi che potrà ripresentarsi nel firmamento dopo duecento anni e si vuole essere per questo presenti e partecipi.

A nessuno sfugge che questo termine ha una accezione deteriore e che, quindi, la moltitudine di per sé, finisce per essere percepita come “sconveniente”.

Ora nulla da eccepire se tale comportamento ritenuto inopportuno, è sospeso per un tempo prestabilito.

Però è bene considerare che, per quanto sottinteso, non abbiamo traccia di indicazioni che possano confortarci in tal senso.

Insomma, non credo sfugga a chi mi legge, che tale inibizione al diritto di “concentrazione” delle persone, suona anche come “democrazia sospesa”, come non praticabilità di un bisogno percepito, inalienabile, che è appunto il ritrovarsi insieme per vivere sensazioni che hanno poi l’effetto di una crescita emotiva, di sensibilità civica e di riconoscimento dell’altro come mio simile.

Passiamo a “**distanziamento sociale**”: dico subito che è una espressione che non mi piace. Mi sta bene “distanziamento fisico”, perché in effetti tale è e questo trova conferma nei “dischi” sagomati sui marciapiedi delle fermate della metropolitana con cui sono metricamente indicate le possibili collocazioni dei frequentatori di quei mezzi di trasporto.

“Distanziamento sociale” invece fa intendere che le persone “debbano guardarsi dalle altre” e questo aumenta un tasso di “atteggiamento difensivo” e di allerta dell’uno sull’altro. D’accordo che tutto questo viene fatto per evitare che possa tornare prepotente la

trasmissione del contagio e che anzi questa è la sola ragione per cui sono messe in atto tali procedure.

Non possiamo d'altro canto prescindere che, attraverso simili accortezze, alla fine prendono forma altri “modelli comportamentali” che certamente non facilitano il clima della concordia, dell'empatia, della immedesimazione nella condizione in cui si trova l'altro.

Insomma, credo nell'auspicio di tutti che simili misure abbiano un carattere di eccezionalità e, quindi, di temporaneità. Impegniamoci davvero perché così sia e che non vada a germogliare una cultura della individualità e dell'arroccamento in sé stessi che non è propizio sia per il presente e tanto meno per il futuro.

Dal *Lockdown* alla sindrome della capanna

Evidentemente la psiche degli umani non è stata programmata per avere alternanze di comportamento così repentine come i decreti del governo italiano, vorrebbero.

In Italia abbiamo avuto una sospensione della mobilità ed uno stazionamento di milioni di persone entro le mura domestiche che hanno comportato una immobilità durata cinquanta giorni.

Nel corso di quel periodo, in cui si è registrato un sostanziale abbassamento della soglia di vigilanza, le persone si sono abituate a mettere a riposo tutti i comportamenti che potessero dar luogo all'ansia che si scatena per la necessità di competere o di rivaleggiare.

C'è una sindrome che racconta dei soggetti che amano restare rintanati a casa perché in questo "ritiro sociale" avrebbero considerato favorevolmente tutti i vantaggi di una vita meno frenetica : insomma una esistenza più rispettosa dei loro tempi.

Attraverso la "vita sospesa" del *lockdown*, c'è stata l'occasione di esplorare nuovi interessi che hanno permesso di rilevare che, ad esempio, il lavoro svolto non era proprio corrispondente alle preferenze di quel soggetto.

Cosa ha portato questo confronto tra desideri di nuovi lavori che sono stati valutati, messi al confronto con il lavoro “improvvisamente sospeso”, avaro di prospettive anche per il futuro?

Che 4 titolari di esercizi commerciali su 10 non ritengono saggio alzare “le proprie saracinesche” il 18 maggio, senza quel minimo preavviso necessario alla sistemazione dei tavoli (se si tratta di ristoranti): in quei quattro esercenti non intenzionati a riprendere il lavoro, ci sono però anche altre motivazioni.

Siamo davvero certi che a frenare la ripartenza siano solo le disposizioni vigenti non proprio esaustive e chiare in ogni loro aspetto?

Potrebbe, in quella consistente minoranza, esserci anche quell’esercente che non ha voglia di “rituffarsi” nella competizione per assicurarsi il cliente?

Che poi significa riprendere, tra gli altri, il contatto con i fornitori oltre ad allestire un punto per la distribuzione del detergente e stabilire come far entrare la clientela senza creare assembramenti.

Quel determinato commerciante forse si è accorto che “una sospensione protratta per oltre cinquanta giorni” produce l’effetto di demotivare, oltre che di non entusiasmare, vista la prospettiva di incassi più limitati, per via dei distanziamenti che penalizzano l’ospitalità dei soggetti presenti nel locale di ciascuno.

Accade allora che si affaccia quella sindrome che riguarda la struttura individuale di personalità : in essa si fa riferimento al disinteresse generalizzato della persona verso qualsiasi impegno.

La espressione “capanna” richiama il soggetto al cospetto di uno stile di vita che, per chi vive lontano dagli stress, è davvero invidiabile: nessun rapporto imposto e auto-isolamento in casa, cioè la “capanna”.

Come si manifesta? Nel fondamentale desiderio di non uscire di casa, aspetto che prima venisse visto come una privazione del mondo esterno: poi si trasforma in opportunità da cogliere al volo in quanto offre la prospettiva di una esistenza al riparo da tante ansie.

Si tratta di una consuetudine che va espandendosi e, per certi versi, presenta tutte le caratteristiche del modo di essere “rinunciatario”: dunque, una concezione di vita che presenta analogie con la depressione.

Occorre essere molto vigili a questo proposito: le persone che soffrono di depressione, sono attualmente nel mondo, 260 milioni.

Certamente, per ripartire, o come il capo del governo, ha avuto modo di dire, “per tornare a correre” e mettere in salvo la economia del Paese, una sindrome chiaramente rinunciataria e propensa al ritiro sociale, è l’ultima cosa che può risultare giovevole.

È necessario però riflettere: non starà accadendo che davvero ci troviamo in un cambiamento d’epoca in

seguito al quale stanno “saltando” tutti i collegamenti del produrre-consumare-vivere ansiosamente- ritornare a produrre?

Il covid.19, con il suo virus infettante, potrebbe anche aver alimentato dubbi in merito ad un sistema di concezione della produzione che non sta più convincendo del tutto?

MEMORIE DI PANDEMIA

Questa collana di piccoli di quaderni non è una iniziativa editoriale, ma uno strumento per dare voce a coloro, a partire dal loro ambito di lavoro sociale, vogliono dare voce a sensazioni, riflessioni, prime elaborazioni provocate dalla particolare, estesa e drammatica situazione prodotta dalla pandemia da Covid-19 non solo in un tempo breve, ma di lungo periodo.

In questa prospettiva si è ritenuto di condividere quanto viene messo a disposizione di tutti, nel contesto della rete di comunicazione e di cooperazione che si sta sviluppando con il LAB di sociologia applicata, pratica, clinica.

 LABORATORIO DI **SOCIOLOGIA PRATICA:**
APPLICATA E CLINICA

www.sociologiaclinica.it

