



EMERGENZA PSICOLOGICA

**ANSIA. RINUNCIA ALLA SPONTANEITÀ. DIFFIDENZA
VERSO L'ALTRO. QUANDO DOVREMO ADOTTARE
LE NUOVE REGOLE PER USCIRE, LA CRISI NON FINIRÀ.
PER QUESTO BISOGNA SOSTENERE I SERVIZI DI CURA**

DI COSTANZA JESURUM



Quando in psicologia si riflette sul concetto di sintomo, se ne riconosce una natura ambivalente. Il sintomo, è la risposta elettiva e ricorrente che una certa personalità in difficoltà utilizza per fronteggiare una sfida che viene dal mondo esterno, è il modo elettivo per gestire una serie di operazioni - il sentirsi in equilibrio per esempio, oppure il rispondere a una novità che non si sa decodificare. Una certa sintomatologia sarà allora tanto più grave tanto più sarà rigida e ricorrente, e tanto più curabile quanto più sarà affiancata da altre risorse psicologiche ma anche materiali. Infatti il livello di gravità dei sintomi ha molto a che fare con le risorse interiori e materiali di cui dispone una persona - ossia i rapporti che ognuno è in grado di avere, gli interessi che sa coltivare, e le possibilità materiali di esercitarsi ma anche essere contenuto. Una persona che ha molti interessi o molti amici, o un lavoro ha comunque delle vie in più su cui lavorare per ragionare sulla sua ansia, o sui suoi agiti compulsivi, oppure, una persona che ha interessi, relazioni, un lavoro può avere delle esperienze gratifican-

Roma. Nel quartiere Appio-Latino una donna fa ginnastica sulla terrazza condominiale. A sinistra: ancora ginnastica in terrazza. Qui siamo a Monteverde e l'uomo si allena con guanti e mascherina



ti che lo sostengono o che lo contengono mentre i suoi comportamenti reiterati magari aggrediscono invece i suoi rapporti familiari.

Questa premessa tecnica ci serve a capire come mai in questi giorni psichiatri e psicologi si dichiarino preoccupati per la salute mentale dei cittadini. L'ineludibile necessità di chiudere tutti a casa per far abbassare il numero di contagi - ha però implicato per molte diagnosi e problematiche una occasione per aggravarsi perché la reclusione ha tolto quelle risorse di appoggio che mitigano il potere dei sintomi e li rimodulano. Per alcuni lo stare chiusi a casa è di per se uno stress e quindi il sintomo viene sollecitato, ma la cosa più importante è che per molti è una situazione che impedisce di attingere a delle risorse per fronteggiare i consueti problemi. In questo senso la preoccupazione maggiore non la danno necessariamente le diagnosi più gravi, per esempio quelle riguardano le schizofrenie o i disturbi borderline di personalità - un po' perché si tratta di situazioni esistenziali che hanno maggior intimità con le immagini traumatiche che l'esperienza della pandemia implica, una maggior dimestichezza con vissuti persecutori del contagio che invece spaven- ➔

→ tano persone con un funzionamento migliore, in parte perché spesso questo tipo di pazienti si è visto costretto a inoltrare un trattamento e spesso si trovano a vivere in comunità terapeutiche dove ci sono operatori preparati ad aiutare nelle situazioni particolari - è relativamente meno frequente che queste persone vivano da sole. Invece l'esperienza della reclusione in solitudine oppure in convivenze connotate da un'alta conflittualità può facilmente peggiorare una sintomatologia psichiatrica anche in persone magari più adattate socialmente. La persona molto ansiosa non solo si sentirà angosciata perché chiusa a casa, ma non potrà parlare con le persone che di solito la confortano, o fare il lavoro manuale che ha scelto e che magari è la sua unica fonte di gratificazione, persone che funzionano discretamente e che sono poco abituate a confrontarsi con immagini di angoscia e di persecuzione come quelle che sollecitano la pandemia potrebbero trovarsi, specie se vivono in solitudine, a vivere per la prima volta stati di angoscia da cui prima si tenevano ben distanziate. Dunque, la capacità delle condizioni materiali di far emergere problematiche psicologiche e psichiatriche latenti, è quello che maggiormente preoccupa psicoterapeuti e psichiatri, con uno sguardo ancora più allertato per le persone che non hanno mai attivato un trattamento psicologico o psichiatrico o che a causa di queste circostanze - sta accadendo con una certa frequenza - si ritrovino a doverlo interrompere.

Bisogna comunque ammettere che anche la cosiddetta fase due, quella di reinserimento graduale delle attività lavorative, riserva altrettanti interrogativi. Se infatti nella fase uno le persone devono sopportare una reclusione forzata nelle loro pareti domestiche, è anche vero che almeno in quelle circostanze possono godersi una spontaneità del loro modo di fare, dei loro gesti, un essere insomma naturali. La fase due, per forza di cose, costringerà a una faticosa e stressante rinuncia alla spontaneità, a una sorveglianza sui propri gesti istintivi. Come sappiamo già da ora: occorrerà non toccarsi il volto, non violare la distanza di sicurezza, probabilmente dovremo sempre indossare le mascherine,



Roma, quartiere Ostiense, striscioni e bandiere appesi fuori dalla finestra

ed entrare in una organizzazione psichica tarata sulla diffidenza che è decisamente poco connaturata al nostro modo di vivere, visto che siamo animali sociali. Certamente la commissione di Conte presieduta da Colao, studierà delle soluzioni nei posti di lavoro che ridurranno le occasioni di questo stress, ma di fatto saremo tutti costretti a entrare - per quanto transitoriamente - in un modo di gestire lo spazio interpersonale, che potrebbe essere molto faticoso, e che potrebbe incrociarsi in modo ancora una volta complicato con eventuali problematiche pregresse specie per alcune diagnosi.

C'è infine un'ulteriore questione che purtroppo bisogna prendere in considerazione dal punto di vista psichiatrico e psicologico, e riguarderà la tenuta economica del paese.

Più l'emergenza Covid durerà, più è probabile che dovremmo confrontarci con una crisi economica in cui diverse attività commerciali potrebbero non riavviarsi, delle fabbriche potrebbero dover chiudere, degli imprenditori dover dichiarare fallimento. Molto dipenderà da quanto a lungo durerà il lockdown e quando graduale sarà la riapertura, così come dirimenti potrebbero essere gli interventi sta-



tali di sostegno alle imprese. La crisi economica del 2008 però ci ha già fatto vedere la drammatica incisività del lastrico sulle persone - che allora comportò un'ondata di suicidi. Anche trovarsi con molti debiti senza avere una soluzione, o pensare di non avere più il modo per sfamare la propria famiglia, può rappresentare un'occasione in cui precedenti organizzazioni depressive, o psicopatologie comunque fino a quel momento gestibili potrebbero prendere il sopravvento: per quanto infatti l'improvviso crollo economico sarebbe dovuto più che mai in questo caso a fattori che davvero prescindono dalle responsabilità del soggetto, in quei gravi frangenti è difficile non percepire un forte senso di inadeguatezza, di tradimento del proprio ruolo e della propria identità, che poi si declina a seconda della storia personale del soggetto o delle sue aree più vulnerabili.

Sarebbe dunque opportuno pensare tempestivamente a una serie di interventi amministrativi che rinforzino i dipartimenti di salute mentale, e immettano sul territorio a servizio pubblico, un numero importante di psicologi, psicoterapeuti e psichiatri - con assunzioni e concorsi. Così come ci siamo trovati da una parte ad apprezzare il sistema sanitario nazio-

Nella zona di piazza Re di Roma due ragazze osservano il tramonto. Sullo sfondo, a destra, la Basilica di San Giovanni

nale a fronte di una pandemia che ha coinvolto tutti, da un'altra a constatare il problema di una sanità distrutta da continui tagli alle regioni, riduzioni del personale, riduzioni dei fondi per la ricerca, riduzione della spesa pubblica, così dobbiamo considerare che allo stato attuale dell'arte la situazione dei centri di salute mentale è in generale in peggiorando, in alcune regioni più che in altre. Si fanno pochi concorsi per psicologi, in alcune regioni oramai i centri e i consultori si reggono per lo più su volontari e tirocinanti, e spesso la richiesta di trattamento è subordinata a lunghe liste di attesa. Se un domani si vorrà, a fase due inoltrata, avviare un qualsiasi progetto sul territorio destinato a fronteggiare un'emergenza psicologica e psichiatrica della cittadinanza, bisognerà avere soggetti competenti, che propongano e attuino misure di intervento, aprire degli sportelli a cui gli utenti possano rivolgersi, attivare dei percorsi di cura senza che - come spesso accade oggi, si debba attendere mesi.

D'altra parte è stato detto che questa era un'occasione per ripensare diversi aspetti della macchina pubblica. Forse è il caso di inserire in questa riformulazione anche la salute psicologica dei cittadini. ■