

LA SCUOLA AL TEMPO DELLA PANDEMIA

Dott.ssa Francesca Giammanco. 23 Novembre 2022

Le riflessioni possibili sull'impatto che la pandemia e la gestione della stessa hanno avuto sulla salute mentale dei bambini e dei ragazzi, degli adulti e degli anziani sono molteplici.

Anche il mondo della scuola ne è stato investito e per certi versi stravolto.

Considerazioni, le mie, che non hanno la pretesa di essere esaustive ma che intendono porsi come spunto di riflessione comune, il desiderio sarebbe quello di sollevare interrogativi e di avviare un possibile dibattito che ci permetta, insieme, di avviare nuove piste di riflessione e di intervento.

Proviamo a prenderne in considerazione alcuni punti.

Partiamo dal precisare qualcosa sui bambini.

L'USO DELLA MASCHERINA.

Un documento redatto nel 2020 dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS 2020), suggeriva una guida alle autorità dei contesti istituzionali e pubblici relativamente all'utilizzazione delle mascherine per i bambini nel contesto della pandemia COVID-19. Il documento ne scoraggiava l'uso per i bambini fino ai cinque anni di età e rispetto ai bambini di età più avanzata consigliava di valutare attentamente i vantaggi di indossarle rispetto ai potenziali danni che le stesse avrebbero potuto causare relativamente alle interazioni sociali, alla sfera psichica, all'apprendimento e alla dimensione comunicativa.

Malgrado ciò i bambini italiani hanno indossato le mascherine a scuola sia quando erano seduti a distanza di sicurezza presso i loro banchi sia all'aperto durante la ricreazione sino al termine delle attività didattiche nel giugno del 2022.

Sono state condotte diverse ricerche sui danni fisici derivanti dalle stesse, in questa sede rispetto ai danni fisici non mi pronuncio, lascio questa incombenza ai miei colleghi medici che con maggiore competenza della mia sapranno dirvi.

Qui vorrei sottolineare i danni alla comunicazione, alla socializzazione e all'apprendimento che dal loro uso derivano.

La psicologia evolutiva con le sue ricerche ci insegna che gli esseri umani sono biologicamente predisposti al riconoscimento dei volti e sin dai primi mesi di vita mostrano preferenze nel guardare volti umani anziché oggetti, già a sette mesi sono capaci di riconoscere la rabbia e la paura sui volti.

Il volto è lo strumento più potente nella comunicazione umana, osservandolo possiamo trarre inferenze in relazione a diverse categorie relative a identità, sesso, stato di salute, stato emozionale. (sono studi che provengono dalle neuroscienze con ERP, potenziale evento correlato, immagini da risonanza magnetica funzionale MRI, spettroscopia a infrarossi NIRS)

Gli studi recenti condotti tra il 2021 e il 2022 hanno evidenziato:

cambiamenti qualitativi e quantitativi nell'elaborazione dei volti mascherati da parte dei bambini in età scolare

e questi cambiamenti hanno effetto sulla capacità di riconoscere le emozioni, sulle interazioni sociali, sulla capacità di regolare la relazione con i pari e con gli educatori e in generale sull'apprendimento.

Prima di proseguire nella nostra analisi, però, è bene precisare che cosa sono le emozioni e quale ruolo svolgono. Le definizioni sono numerose e il dibattito è piuttosto variegato ma è possibile giungere a una definizione che vede concorde la comunità degli studiosi. Allo stesso tempo è necessaria una precisazione di tipo terminologico poiché spesso, anche nel linguaggio degli psicologi, e non solo nel senso comune, vediamo utilizzati come interscambiabili i termini emozione, sentimento e affetto.

L'EMOZIONE è la componente biologica innata dell'affetto e include:

- i comportamenti motori;
- le espressioni facciali;
- la postura corporea;
- il tono della voce;
- l'attivazione del sistema nervoso autonomo e neuroendocrino.

Il SENTIMENTO invece è inteso come la componente psicologica, consapevole e soggettiva dell'emozione che racchiude i pensieri, le fantasie e le immagini associati all'emozione

L'AFFETTO è il concetto inclusivo dei fenomeni psicobiologici, che contempla sia l'emozione che il sentimento;

Mentre l'emozione è mediata dai sistemi sottocorticali e limbici,

Il sentimento è mediato dalla neocorteccia. (Palvarini 2019)

Detto in altri termini:

Le emozioni continuamente ci informano di come stiamo nel mondo adesso, ma fanno anche di più sono una spinta a cambiare il rapporto dell'Organismo con l'Ambiente (O/A), della persona in relazione con gli altri soggetti del suo mondo. La stessa radice semantica ci avverte: l'e-mozione è un ex-movere (un muovere "da") e dunque un muovere verso, cioè esprime una intenzionalità. L'emozione spinge verso un'azione in vista di uno scopo ben preciso o verso l'espressività di uno stato d'animo (sono felice e danzo) Un presente in movimento.

L'intenzionalità dell'emozione tende verso due obiettivi: o a farci sentire a nostro agio nelle situazioni o a raggiungere una situazione di pienezza.

Oltre alla spinta verso l'agire le emozioni hanno una tonalità che può essere piacevole o spiacevole. Per es. l'entusiasmo ha una connotazione attiva e piacevole; la rabbia una connotazione attiva ma spiacevole. La tristezza passiva e spiacevole... e così via.

E ancora più dettagliatamente le emozioni sono espressioni di un vissuto inter corporeo, cioè esperienze che coinvolgono il mio e il tuo corpo, che nascono nel contesto di una relazione.

Che cosa è accaduto durante la pandemia dal punto di vista emozionale?

Il nostro stile relazionale, che implica tutto un ventaglio comportamentale ed emozionale, sulla base di un dettato emergenziale (la malattia pandemica) ha dovuto contrarsi. Emozione dominante nello sfondo dei nostri giorni è diventata la paura, più precisamente la paura della morte.

Che cosa ne abbiamo fatto?

Abbiamo cercato di contenerla in modo tale da non farcene travolgere. Nella maggior parte dei casi non è stata esplicitata, né portata all'espressione.

Abbiamo vissuto una sorta di riduzione all'essenziale della percezione delle emozioni e della loro espressione, per cui le emozioni più espresse erano quelle che garantivano la sopravvivenza, relative dunque al nutrirsi, al proteggersi, al sopravvivere.

Anche il piacere è stato blindato e limitato all'essenziale perché poteva distrarre dal pericolo comune e rendere meno attenti alle necessità del gruppo.

Tutto questo, di per sé già complicato per gli adulti, lo abbiamo imposto, (avevamo altra scelta?) ai bambini e agli adolescenti.

Gli adulti possiedono la capacità intellettuale, psichica, cognitiva, astrattiva per comprendere cosa sta accadendo ma un bimbo che si apre all'esperienza della socialità e il cui modo di conoscere il mondo è quello che passa prevalentemente attraverso le emozioni e il corpo capite bene quanto possa sentirsi smarrito.

E cosa è accaduto ai nostri bambini?

Tutti quei riti che ne garantivano la serenità sono saltati.

Ricordiamo insieme: Già dall'ingresso a scuola dovevano essere "mollati" alle maestre senza tener conto del tempo necessario del distacco dalla figura genitoriale, in un mondo di volti occultati, senza potersi avvicinare ai compagni o essere avvicinati.

I bimbi quando sono piccoli si confondono, la maestra diventa come la mamma in classe. Provate a immedesimarvi: aver paura ed essere allontanati, sentirsi tristi e non riconoscere un ambiente familiare, situazioni paradossali e drammatiche. Ma come si saranno sentiti questi bambini catapultati in un luogo così asettico e respingente?

LE RICERCHE

Gli studi di Gori Schiatti e Amadeo (2021) per es. hanno messo in evidenza che i bambini dai 3 ai 5 anni faticano a riconoscere le emozioni celate dalle mascherine, riescono 4 volte su 10 e le difficoltà aumentano nel caso di disabilità. Lo stesso studio condotto con bambini più grandi (6-8 anni) e con adulti evidenzia difficoltà nel riconoscere l'identità e nell'interpretare le emozioni espresse con il volto coperto perché la mascherina riduce la quantità di informazioni che raggiungono le aree cerebrali specializzate nell'elaborazione del viso. (Prete et al. 2022)

Altri studi, condotti su bambini più grandi tra i 7 e i 13 anni, hanno evidenziato anche che certe emozioni più sottili o ambigue, paura o sorpresa, venivano erroneamente scambiate; mentre per espressioni quali il disgusto o la gioia era necessario focalizzare l'attenzione su zone della bocca per riconoscerle con successo, cosa questa resa improbabile dall'uso della mascherina.

I risultati delle ricerche suggeriscono che l'uso della mascherina a scuola impedisce il riconoscimento della gioia. La diminuita percezione della gioia implica che:

- la si produca sempre meno e diminuisca la disposizione ad esprimerla durante il corso dell'anno;
- non si verifica la possibilità di contagio di questa emozione positiva e produttiva del benessere;
- venga inibita la comunicazione sana tra coetanei e lo sviluppo di pratiche sociali di cooperazione;
- limiti l'apprendimento che dalla comunicazione delle emozioni positive trae motivazione;

L'uso delle mascherine pregiudica la comprensione delle emozioni la cui percezione erranea può influenzare il comportamento, la percezione, il giudizio, la memoria,

l'apprendimento il comportamento prosociale con inevitabili ripercussioni sull'empatia. (Russo S., Cialdi E., Farris L., 2022)

Ma i limiti all'apprendimento non derivano soltanto dall'uso della mascherina, anche dall'aver inibito il linguaggio del corpo a causa del distanziamento fisico e del diniego di toccarsi e di abbracciarsi. I bimbi hanno un pensiero concreto non ancora intuitivo, apprendono dall'esperienza corporea, immediata e quell'esperienza veicolava il contenuto che l'altro è pericoloso, mi può contagiare, forse non si è igienizzato bene

E tutte queste difficoltà hanno influito sulla motivazione allo studio, i genitori e gli insegnanti, ma soprattutto i ricercatori hanno potuto constatare in questi anni la difficoltà di concentrazione, l'affaticamento per carenza di ossigeno

In tal modo la scuola di per sé comunità aggregante, dove vivere con serenità le relazioni con i pari e con gli adulti è divenuto luogo ansiogeno non più luogo di accoglienza e di inclusione ma un luogo "ospedalizzato" e stressante (misurazione della temperatura, igiene delle mani, aula Covid).

Certamente le tensioni dei bimbi non derivano soltanto dal disagio vissuto a scuola (mascherine, Dad, isolamento) ma anche emozioni quali ansia, depressione, frustrazione, rabbia possono avere influito sulla loro resa.

Genitori malati, parenti deceduti, familiari allontanati... ci chiediamo quanto e in che modo le esperienze traumatiche dei genitori e dei propri insegnanti li hanno investiti.

Quanto spazio è stato dato loro a scuola per l'elaborazione di tali traumi?

Anche noi adulti abbiamo avuto paura, ma una paura adulta non contenuta diviene per il bambino, che non ha ancora strumenti adeguati per sostenerla da solo, diventa terrore.

Siamo stati capaci di contenere tutto questo?

Cosa è rimasto di questa angoscia?

Sono interrogativi che rimangono aperti.

Molti bambini hanno sviluppato diversi disturbi psicosomatici. Dal mal di pancia classico (Le emozioni sono avvertite nei corpi, a volte il corpo dice ciò che le parole non riescono), ai mal di testa, a certe forme di fobie sociali e compulsioni di tipo igienico.

Se ricordiamo il dettato delle Indicazioni Nazionali:

Lo studente è posto al centro dell'azione educativa in tutti i suoi aspetti: cognitivi, affettivi, relazionale, corporei, estetici, etici, spirituali e religiosi. In questa prospettiva i docenti dovranno pensare e realizzare i loro progetti educativi e didattici non per individui astratti, ma per persone che vivono qui e ora, che sollevano precise domande esistenziali, che vanno alla ricerca di orizzonti di significato.

Ci rendiamo conto di quanto tutto questo è stato pressoché impossibile.

Il tempo che abbiamo davanti ci dirà più esplicitamente il bisogno dei nostri figli, certamente abbiamo il compito di dare parola a ciò che non ha trovato dicibilità, ai mostri non guardati, sia dentro di noi che nei piccoli di cui siamo responsabili.

Per diventare più piccole o per andare via le paure devono essere raccontate, dette e consegnate a un grembo capace di accoglierle.

Questo per darvi solo alcune suggestioni, ripeto non esaustive, relative ai bambini.

ADOLESCENTI

Se guardiamo agli adolescenti le misure restrittive utili al contenimento della diffusione del COVID-19 hanno creato delle condizioni di sviluppo fuori dalla norma e assai impreviste.

L'A. è quel tempo d'oro che è determinato da un potente slancio vitale, tutti siamo stati giovani e molti di noi sicuramente ricordano l'energia di quel periodo.

Nuove capacità fisiche, mentali, psichiche e sociali permettono di affrontare sfide di apprendimento e compiti evolutivi sempre più complessi.

E tutte le nuove energie sono vissute sempre molto intensamente, spesso più al livello del sentire che dell'apprendimento cosciente. Parlano, agiscono, discutono, ragionano, si muovono, possono eccedere in stravaganze, lasciarsi prendere da furori incontrollati o indulgere nella più tenera dolcezza (Nanni 2004).

Gioie e dolori tanto li esaltano quanto li provano.

Chi di noi è genitore sa quanto può essere snervante gestirli e accoglierli a casa, gli insegnanti sanno quanto può essere complicato catturarne attenzione e interesse: "Prof ma che senso hanno certe materie a scuola, dovrebbero abolirle!!!"

Stanno tra il GIA' e il NON ANCORA, non più bambini, non ancora adulti, bisognosi di sperimentarsi e di conoscersi attraverso l'esperienza come l'aria che respirano.

Le regole sociali che è stato chiesto loro di seguire sono del tutto in contrasto con le spinte naturali di questa fase del ciclo di vita in cui la persona è fortemente coinvolta

nell'esplorazione nei confronti dell'esterno, nella ricerca di autonomia e di nuove esperienze, nella costruzione di relazioni significative al di fuori della propria famiglia di origine, nell'attribuzione di importanza a valori quali l'apertura al cambiamento, nell'esplorazione di progetti per il futuro e non da ultimo nella costruzione di una rinnovata consapevolezza della propria identità corporea.(Scabini e Iafrate, 2019).

I più giovani hanno risentito notevolmente del cambiamento delle proprie abitudini e routine, privati dei loro spazi educativi e scolastici, così come di quelli ricreativi e sportivi. Il disorientamento, e la fatica, che ciò ha prodotto nelle e nei ragazzi è stato spesso sottovalutato, talvolta non riconosciuto per nulla.

Ma la chiusura delle scuole ha confinato i giovani nelle loro case con le loro famiglie e li ha isolati dal gruppo dei pari e degli amici, frustrandone il fisiologico bisogno di distacco dai genitori, fonte di cambiamento e di crescita durante questo momento del loro ciclo vitale.

Così per sopperire all'esigenza di contatto con i pari i nostri ragazzi hanno incrementato di parecchie ore al giorno (e di notte) il tempo trascorso su internet. Se da un lato questo gli ha consentito di conservare ed esprimere il loro bisogno di appartenenza, dall'altro si sono assoggettati ai rischi dell'uso prolungato di tali dispositivi. Dal punto di vista fisiologico questo ha prodotto un aumento di alcuni disturbi: alterazioni del ritmo-sonno veglia, disturbi cardio-vascolari, sintomi d'ansia, disturbi dell'alimentazione, disturbi depressivi, disturbi psicosomatici. Dal punto di vista strettamente legato all'uso di questi strumenti, spesso senza alcuna supervisione o limitazione, ciò può averli condotti (per caso o intenzionalmente) ad imbattersi in contenuti non adeguati alla loro età (video eccessivamente violenti, contenuti pornografici) oppure a correre rischi che attentano alla loro sicurezza, quali l'adescamento online da parte di adulti malintenzionati, o ancora ad essere vittime di cyberbullismo.

L'uso della rete prolungato non solo crea dipendenza ma, paradossalmente, isola sempre di più, perché allontana dalle relazioni reali, dal piacere di un incontro che placa e consola, da quella dimensione inter corporea che ci caratterizza dal momento che non siamo monadi ma esseri incarnati che necessitano di un Tu, di un altro, di altri che riempiano di presenza i nostri giorni e che rendano il nostro mondo ricco di contatti nutrienti, di esperienze che consentano la crescita.

Ma soprattutto alla lunga l'isolamento ha determinato la perdita di senso rispetto al gusto della vita, dei desideri, delle prospettive future. Ricorderete il continuo rimandare di certi decreti che allungavano il tempo della "detenzione casalinga" e di un domani se non lontano sempre indefinito.

Sentite alcuni commenti che ho raccolto tra i ragazzi:

- Avevo paura di ammalarmi e di perdere i miei cari o gli amici!
- Non riuscivo più a stare attento;
- Avevo paura di mostrarmi agli altri;
- Era terribile non potere abbracciare i miei cari;
- Con la mascherina non riuscivo a comunicare, mi sembrava di parlare con dei muri;
- È stato pesante, i prof. ci hanno caricato di compiti più di prima perché eravamo a casa;
- Passavo il tempo a mangiare, non riuscivo a prendermi cura di me;
- Ero sempre in ansia e mi mancava il contatto fisico;
- Dopo il lockdown non riuscivo ad avvicinarmi agli altri, una parte di me lo desiderava, l'altra ne aveva paura;
- Le violenze domestiche si sono fatte più frequenti;
- E' stato triste poter festeggiare il compleanno con gli amici;
- Nessuno ascoltava la nostra voce;
- Dopo l'isolamento ho creduto che non sarei stato più capace di relazionarmi agli altri.

In sintesi:

gli adolescenti sono stati schiacciati in giorni che si ripetevano sempre uguali, senza il conforto dei pari, gli è stata negata la possibilità di un "tempo vissuto". Il Kairos degli antichi greci, il momento giusto, un tempo fecondo, buono per vivere ed imparare attraverso l'esperienza (modalità tipica dell'apprendimento a questa età) ed ha fissato i nostri giovani in un tempo cronologico vuoto di storia. La noia è una emozione che li schiaccia e che contrasta con quell'energia e con quelle potenzialità che hanno necessità fisiologica di esprimere.

Quando la noia toglie il colore ai giorni.... Cresce il non senso e col non senso la tristezza può diventare angoscia o depressione, o peggio ancora indifferenza. E' qui che si insinuano le condotte autolesive (modi distorti del "sentire il proprio corpo" o tentativi di raggiungere gli adulti di riferimento) o il pericolo del suicidio e purtroppo il numero dei suicidi è cresciuto in questi anni.

Queste condotte urlano dei vuoti relazionali, in questo periodo, che i sociologici definiscono, post-moderno, i nostri legami si sono fatti sempre più fragili, a volte inconsistenti, liquidi li definisce Bauman; la famiglia fortemente in crisi non sempre riesce a essere luogo di sostegno adeguato.

E i ragazzi chiedono aiuto, a loro basta parlare, sentirsi accolti, compresi ma soprattutto hanno bisogno di sentirsi dire che possono farcela! Sono emancipati, chiedono spesso se a scuola c'è uno psicologo a cui rivolgersi! Molte famiglie non hanno la possibilità

economica di sostenerli. Però la famiglia ha potenzialità immense, può essere rifugio, conforto, luogo di crescita e di confronto.

Vi starete chiedendo quali soluzioni possiamo trovare...la soluzione è semplice e complicatissima allo stesso tempo Giulia 16 anni me ne ha suggerito una potente. Ve la leggo così come Giulia l'ha realizzata. Ho piacere di condividerla con voi.

La pandemia, la quarantena, il lungo periodo di tempo aggrappati a quella piccola speranza che poi sembrava non arrivare mai, suscita emozioni negative, abbiamo sentito tanto parlare di cose tristi: morti, mascherine, contagi e chi più ne ha più ne metta! Ma sembra che il mondo si sia scordato quanto il pianeta respirava ed io mi sentivo come tale, poche erano le cose che mi spaventavano, ad esempio che i miei nonni o mia sorella che è un soggetto molto fragile si ammalassero.

Per il resto penso sia stato uno dei miei periodi preferiti: vivere con i miei genitori!

Può sembrare scontato ma in realtà non lo avevo mai fatto così tanto. Ho visto lati dolci di mio padre che non pensavo avesse; ho visto mia madre prendersi cura della casa; mia sorella dipingersi da sola le pareti della sua stanza e mio fratello, in quel periodo, forse un po' piccolo per capire, ho visto che aveva capito più di noi!

Dunque non aspettiamo una pandemia mortale per capire il senso della vita. D'altronde non colpevolizzo nessuno, è proprio vero che capisci il senso delle cose quando stai per perderle! Ma la vita non è una "cosa" e sono certa di aver capito cosa significa VIVERE e da adesso vivrò per davvero. (Giulia C.)

Non credo che sia necessario aggiungere altro alle parole di Giulia, credo che possano ispirarci profondamente. Sono n richiamo molto serio alla profondità della relazione.

ADULTI

Guardare agli adulti rende la nostra riflessione ancora più ardua perché la complessità è maggiore.

Gli adulti sono stati investiti da compiti nuovi e talvolta sconosciuti e da sollecitazioni emotive protrate nel tempo e fortemente ansiogene e rischiose per la salute psichica:

- Prima fra tutte la paura della morte;
- La paura di poter contagiare i propri cari;
- La gestione della solitudine e della fatica;
- La frustrazione di un domani che non arrivava mai e che i decreti continuavano a rimandare (se pensiamo che la persona umana è per sua essenza stessa progettualità in divenire ci rendiamo conto di quanto innaturale sia stato il nostro vivere in questi anni.);

- La “fame di contatto e di carezze”, ciò che di più specifico è nella natura umana doveva essere negato: l’inter-corporeità, *quell’esserci-con* che ci rende umani. Io ricordo che i primi tempi quando camminavo per strada con la mascherina notavo che persino il contatto oculare era evitato! Quasi che guardandosi il virus potesse volare!! Ci si sentiva soli e smarriti!
- Il bombardamento mediatico e i continui messaggi di morte reiterati più e più volte durante il giorno.

Eventi questi, me ne trascuro, certamente tanti altri, di portata traumatica.

Ma proviamo a fare un passo avanti.

Se guardiamo agli insegnanti non credo che nessuno possa negare lo slancio generoso con cui hanno risposto dopo il primo smarrimento.

Sono stati catapultati nella DaD senza una adeguata formazione, e come spesso accade, a spese loro e con un carico di lavoro eccedente le ore previste dal contratto di lavoro.

E quando le classi sono entrate metà in presenza e l’altra metà degli allievi rimaneva a casa si sono dovuti inventare per le stesse ore lezioni di tipo diverso – Uno sforzo intellettuale incredibile, una richiesta oserei affermare distopica. Come puoi coinvolgere ed insegnare agli uni o agli altri senza perderne una parte?

Senza contare di collegamenti a Internet a volte inesistenti e la carenza dei mezzi. Molti insegnanti hanno utilizzato le loro connessioni. Una follia! Sentirsi scissi e impotenti era la cosa più semplice che potevi provare.

Sforzi titanici.

Ma è bene precisare che gli insegnanti oltre a essere tali sono uomini e donne con una loro vita privata.

Muoviamoci dalle riflessioni più pratiche, ma non per questo meno determinanti, verso le conseguenze di tipo psicologico che certe prassi hanno causato.

Prima di tutto gli spazi:

non tutti possiedono case grandi con giardini o spazi esterni, alcune case non hanno nemmeno il balcone; Spesso in tri vani stavano nella stanzetta i due ragazzi (non tutti con un Pc a persona) in soggiorno o in cucina mamma e papà in smart working;

in alcuni contesti le donne si sono dovute sobbarcare i figli da seguire in DAD, il lavoro on line, la casa da gestire e quanto altro;

Nelle famiglie più equilibrate i compiti sono stati equamente distribuiti ma capiamo tutti benissimo che occuparsi anche solo contemporaneamente di lavoro e figli o di genitori anziani, che non ti era permesso nemmeno avvicinare, non è proprio semplice.

In questi casi, la fatica e le preoccupazioni prolungate, si possono trasformare in stress o in emozioni che non riusciamo a decodificare. Per alcuni non è facile abitare in sé certe tensioni o vissuti, altri non ne sono consapevoli. La rabbia, per esempio è una emozione più attivante della tristezza. Ma l'aggressività può diventare un problema nelle convivenze coatte, percepite come obbligatorie, in alcuni casi sono emersi conflitti magari sopiti o taciuti talvolta per proteggere i figli o per necessità di tipo economico;

e non è un caso che, durante questi 3 anni, siano aumentate le separazioni, o le violenze di genere o la violenza a cui i minori hanno dovuto assistere;

Purtroppo questi sono gli effetti collaterali delle misure restrittive nella popolazione. Chiudere repentinamente in casa le persone, si configura come un evento traumatico, soprattutto se a questo leghi la paura della morte. Isolarle le une dalle altre ha determinato conseguenze sul piano psichico e somatico. Dal punto di vista psicologico, molti osservatori clinici, hanno evidenziato sintomi che variano dall'umore depresso alla perdita di motivazione, all'affaticamento fisico e cognitivo a sentimenti di autosvalutazione. Vi citavo l'aumento della violenza domestica, ma molto di più è aumentata la sospettosità paranoide nei confronti degli altri come "portatori di malattie" e "untori".

Questi sono elementi disgreganti della comunità ma noi siamo esseri viventi con una natura intrinsecamente relazionale, indispensabile per vivere in salute. E' nelle relazioni che tutto il nostro essere prende forma, nella relazione ci esprimiamo, e se qualcosa si ammala è nella relazione che il disturbo diverrà visibile.

Ma quello che, non solo a parer mio, costituisce ancora oggi un pericolo a livello psicologico con possibili ripercussioni molto gravi sui singoli è l'uso di una comunicazione contraddittoria, fondata sulla paura e sulla discriminazione.

La comunicazione ufficiale sui mezzi di maggiore diffusione (televisione, testate giornalistiche, radio e social network) ha condotto la popolazione a vivere uno stato di ansia generalizzata e terrore;

I bollettini giornalieri trasmessi, recanti i dati della mortalità non erano contestualizzati soprattutto riguardo al numero di contagi e morti attribuite al virus;

Medici e virologi hanno comunicato dati non sempre attendibili in maniera allarmante senza precisare il valore ipotetico delle loro affermazioni date le incertezze scientifiche in merito;

Il metodo di ricerca scientifico presentato ha trovato fondamento più nel pensiero mitologico di un vago scientismo che nel processo di verifica dei dati; La scienza può definirsi tale solo quando è alimentata dal dubbio e dalla verifica di molteplici ipotesi non è un dogma di fede.

E tra gli effetti più gravi di questa comunicazione l'uso dell'imposizione vaccinale e di un linguaggio fortemente discriminatorio ha determinato una spaccatura sociale che probabilmente necessita di tempi molto lunghi per essere sanata.

L'imposizione dell'obbligo vaccinale attraverso il ricatto che negava il diritto al lavoro dal punto di vista psicologico si presenta come un abuso rispetto alla sacralità del corpo. Io mi identifico con il mio corpo, se il corpo non è più mio, io chi sono?

Se io ho paura e posso aver paura di una sostanza i cui effetti a lungo termine non si conoscono (tanto era affermato nel bugiardino di questi farmaci genici la cui sperimentazione è ancora in corso) questo può avere una risonanza drammatica per il mio equilibrio.

E chi ha dovuto vaccinarsi perché ricattato dalla negazione del lavoro e sulla spinta dell'amore e della responsabilità oltre che della necessità della dignità del vivere quali vissuti emotivi ha sperimentato e sperimenta?

La scelta di un metodo di comunicazione basato sul DIVIDE ET IMPERA vi cito solo una delle frasi pronunciate: Chi non si vaccina uccide e muore! Ha amplificato non solo le paure del contagio come vi dicevo prima ma ha spaccato la popolazione, le famiglie, fomentando l'odio sociale.

I giornalisti non si sono fatti nessuno scrupolo di recuperare vecchi termini che certa stampa ha usato e usa per fini propagandistici. I termini complottista o terrapiattista sono vecchi del 1994 ma sono stati rispolverati ad uopo per questa occasione. (Fracassi 1994-2022).

Il linguaggio produce il pensiero e i pensieri ci orientano nelle scelte e nei comportamenti; se ogni giorno tante volte al giorno sono bombardato da informazioni veicolate con schemi che richiamano forme di condizionamento operante ed emotivo aumenta la possibilità della distorsione della realtà.

Spero di riuscire a porgervi l'ampiezza dei vissuti che chi da una parte chi dall'altra ha potuto sperimentare, Tutti siamo stati investiti dalla paura o dall'angoscia, dalla rabbia, dalla frustrazione, e dalla violenza di certi metodi la cui scelta, alla luce dei nuovi dati emersi ci interroga.

Sono ferite profonde:

i padri e le madri si sono fatti la guerra in tribunale per decidere sulla necessità vaccinale dei figli;

genitori e figli hanno smesso di frequentarsi;

amicizie storiche si sono spezzate;

i luoghi di lavoro sono diventati dei vespai.

Quali possono essere le soluzioni possibili a tanta disgregazione?

Questa volta non è la bellezza che può salvare il mondo ma il recupero di ciò che maggiormente caratterizza la nostra umanità: l'incontro con l'altro.

Solo attraverso un ascolto attento, empatico delle ragioni dell'altro e delle sue paure può essere pensabile un recupero della normalità. Io non vedo altre strade ma mi auguro che il nostro incontro oggi ci consenta di pensare insieme percorsi possibili.

Siamo qui per questo per rinforzare ciò che di più splendido la comunità scolastica possiede: la promozione del pensiero e ancora di più la sollecitazione dello studio e attraverso di esso la produzione di un pensiero critico che ci consenta di dialogare seppure nella diversità.

Bibliografia

A.A. V.V. *Ciclo di vita e dinamiche educative nella società postmoderna*, a cura di M. G. Romano, Franco Angeli, Milano

Bauman Z. (2011), *Modernità Liquida*. Latenza, Bari.

Bernays E. L., (1928) *Propaganda, come manipolare l'opinione pubblica*, Shake Edizioni.

Borgna E. (2014). *La fragilità che è in noi*. Giulio Einaudi Editore, Torino.

Crepet P. (2011). *Le dimensioni del vuoto. I giovani e il suicidio*. Universale Economica Feltrinelli, Milano.

Crepet, P. (2013). *Solitudini. Memorie di assenze*. Universale Economica Feltrinelli, Milano.

Fabbrini, A., Melucci, A. (2011). *L'età dell'oro. Adolescenti tra sogno ed esperienza*. Universale Economica Feltrinelli, Milano.

Fracassi C., Fracassi F., *Sotto la notizia niente*, Edizioni II 2022.

<https://www.salute.gov.it/portale/saluteBambinoAdolescente/dettaglioContenutiSaluteBambinoAdolescente.jsp?id=4469&area=saluteBambino&menu=scuola>

Palvarini P., *Le emozioni che rendono forti*. Il lavoro con le emozioni in psicoterapia, Roma, Alpes, 2019.

Perls F., Hefferline R., Goodman P., *Teoria e pratica della terapia della Gestalt*, Roma, Astrolabio, 1997 (or. Ed. 1994)

Pietropoli Charmet, G. (2000). *I nuovi adolescenti*. Raffaello Cortina Editore, Milano.

Pompili, M., Il suicidio e la sua comprensione. In Tatarelli, R., Pompili M. (2009). *La prevenzione del suicidio in adolescenza*. Alpes Italia, Roma.

Russo S., Cialdi E., Farris L., *Emozioni mascherate*, 2022 <http://www.contiamoci.eu/>

Salonia G. (2008). *La Psicoterapia della Gestalt e il lavoro sul corpo. Per una rilettura del fitness*, in S. Vero *Il corpo disabitato. Semiologia, fenomenologia, psicopatologia del fitness*, Franco Angeli, Milano.

Salonia G. (2011). *Sulla felicità e dintorni tra corpo, parola e tempo*, Il Pozzo di Giacobbe, Trapani.

Salonia G. (2013). *Teoria del sé e società liquida. Riscrivere la Funzione Personalità in Gestalt Therapy*, in GTK Rivista di Psicoterapia 3.

Salonia G. *L'Anxiety come interruzione nella Gestalt Therapy*, in G.Salonia, V. Conte, P. Argentino, *Devo sapere subito se sono vivo. Saggi di Psicopatologia Gestaltica*, Trapani, Il pozzo di Giacobbe, 2013, pp.33-53.

Salonia G. (2017). *Famiglia e postmodernità: Modelli Relazionali di Base in Danza delle sedie e danza dei pronomi. Terapia Gestaltica Familiare*. Il Pozzo di Giacobbe, Trapani.

Salonia G. (2019) “*What is an emotion*”? Sicularum Gymnasium LXXII, 2019

Salonia G. *Corpo-parola-corpo*. L'itinerario terapeutico della Gestalt Therapy. Antonio Sichera intervista Giovanni Salonia, “GTK Rivista di psicoterapia”,8, 2020.

Dott.ssa Francesca Giammanco, *psicologa, psicoterapeuta*.

francescagiammanco@libero.it