

Editoriale

La pandemia: “catastrofe vitale”

Il numero 88 della Rivista esce alla fine di un anno terribilmente complicato che ci ha visto immersi nella pandemia globale, un’esperienza giunta in tempi rapidi, non immaginabile nelle conseguenze che avrebbe prodotto. L’organizzazione dell’intera umanità è stata destrutturata da un virus, particella invisibile, che ha avuto il potere di chiudere in casa miliardi di persone, sospendere le attività che si svolgevano nelle fabbriche, negli uffici, nelle scuole, nei luoghi di ritrovo.

Ha mandato al collasso i sistemi sanitari, seminato il panico in persone e famiglie, alterato gli scambi fisici tra le persone, materializzato lo spettro dell’untore, che non avremmo mai immaginato potesse riprendere ad agitarsi nelle case e negli spazi dedicati alla socialità. Ha sconvolto gli equilibri economici e la vita di innumerevoli uomini e donne, spesso i più deboli della scala sociale, che per la perdita del lavoro rischiano di diventare ancora più poveri... e ci ha consegnato un futuro incerto, che non permette di spingere lo sguardo oltre un orizzonte temporale molto limitato.

L’esperienza della pandemia ha depositato nell’animo di tutti gli individui che abitano la terra, qualsiasi sia la loro etnia, il loro status sociale, culturale o religioso, ferite dolorose o tracce di sofferenza. Per tutti, il mondo è cambiato, l’oggi è molto diverso da ieri. Ricordiamo un passato del prima del virus e siamo oggi in un’altra dimensione, dentro il contagio del virus.

L’illusoria sicurezza dell’integrità fisica è in ombra, è compromessa la libertà di movimento e di scelta, è in scacco la possibilità di progettare il futuro, di organizzare con fiducia le tappe dei personali percorsi di vita. Con deboli afflitti di speranza le persone si chiedono se l’esperienza che stiamo vivendo sia pensabile come una pausa e se, al futuro spegnersi della patogenicità del virus, le nostre vite ritorneranno sui precedenti binari. O se dovremo imparare a convivere stabilmente con quanto si è modificato e accettare l’irreversibilità di spiacevoli cambiamenti. E, ancora, se l’invisibile virus, che alcune narrazioni ci dicono capace di inquietanti mutazioni, continuerà a circolare tra noi.

Interrogativi certo legittimi che si agitano nella mente di tutti, delle persone comuni, dei pazienti, degli stessi analisti e psicoterapeuti adleriani. Perché tutti siamo dentro la crisi, in costante oscillazione tra il vivere e il sopravvivere. La pandemia ha sospeso molte parti della vita e ha arricchito l'immaginario collettivo di molteplici forme del limite: le quarantene che confinano in casa, le chiusure che rendono inaccessibili i luoghi, i divieti che ostacolano i movimenti, le invisibili barriere che materializzano confini geografici. Restringere per contenere il virus come unica medicina, amara da prendere, ma inevitabile. Comprensibile quindi l'attendere tempi migliori e cercare risposte, anche quelle che si sa non essere poi tanto affidabili.

Importante diventa il conoscere per potersi orientare nell'incertezza: sono così accettabili i bollettini quotidiani, quelli che aggiornano sull'evoluzione della situazione dei contagi e modulano l'organizzazione degli scenari delle future possibilità.

Il virus colpisce la dimensione materiale della vita; agisce tutte le declinazioni del limite, fino a quello estremo della morte. Ma non imprigiona la nostra anima, la nostra mente, la nostra volontà. Ricordo l'assioma adleriano che stabilisce che la vita è movimento. Oggi la vita che abbiamo è questa, dentro i limiti imposti, rigidi o elastici che siano, e nessuno può prevedere se dureranno ancora per molto o per poco tempo. È in questa vita che va cercato il movimento. Può essere difficile, è qualcosa che richiede sforzo, impegna a mobilitare il Sé creativo. Sicuramente è meno impegnativo aderire alla finzione dell'attesa che le cose nel mondo cambino, forse con il vaccino... o con l'immunità di gregge...e restare dipendenti dall'attesa.

È cosa certa che questa pandemia, prima o poi finirà, come sono finite tutte quelle che l'umanità ha sopportato prima di noi. Ma una proattività creativa è doveroso pensarla, idealmente per tutti, concretamente per gli analisti e gli psicoterapeuti adleriani. Quindi più che cercare le risposte dobbiamo pensare a proficue domande. Chiediamoci che cosa possiamo imparare da ciò che sta succedendo. Quali opportunità apre questa crisi. Come identificare gli spazi di crescita umana, psicologica, spirituale. Come rendere questo momento un'occasione di arricchimento e non permettere che ci trasformi in esseri più miseri. Come sviluppare il sentimento sociale che, prima di essere concretamente esercitato, ha bisogno di spazio nella mente e nel cuore. Questa pandemia è certamente un'esperienza disastrosa, ma è anche un'occasione per ripensare al senso di molte parti della nostra vita.

L'esperienza insegna che tutte le crisi, tutte le catastrofi che sconvolgono l'ordine su cui si regge la realtà, hanno in sé nuclei di vitalità, certo invisibili a chi si registra sulla passività. Dal disordine possono emergere elementi nuovi, dimensioni fino ad ora nascoste, possibili aperture a prospettive diverse, migliorative di precedenti assetti. Tutto ciò è possibile se si coglie l'opportunità e si desidera volgere lo sguardo alla ricerca, esprimere impegno in direzioni inesplorate e percorrere con coraggio strade alternative, trovando ispirazione in affidabili linee guida.

È interessante notare quanto gli assunti teorici della Psicologia Individuale, siano utili linee guida per decodificare le complessità del momento. Un solo, ma fondamentale esempio: la pandemia ha dato centralità al sentimento sociale. Il concetto è stato accolto da molte parti, continuamente ribadito, trasformato in mantra per superare le difficoltà. Tutte le sue declinazioni sono state accolte: senza la cooperazione tra le nazioni, la solidarietà fra i popoli, l'altruismo tra le persone, la disponibilità alla rinuncia, il virus non si sconfigge.

Analisti e psicoterapeuti adleriani hanno codici di lettura per dare senso a ciò che accade, interpretare i fenomeni che emergono per comprendere la realtà, progettare ricerche e condurre esperienze. Ma il loro campo di azione è quello del servizio all'individuo, oggi duramente provato dalle difficoltà; è l'ambito della cura, della presa in carico del disagio.

Assumere l'onere della cura può essere credibile se l'assetto mentale ed emotivo del curante è attivato da un Sé creativo che affronta in modo proattivo le difficoltà attuali. Può essere utile pensare che in questo periodo gli strumenti abituali del lavoro siano, per gli analisti e gli psicoterapeuti, occasione di pensare al proprio Sé con sedute di analisi personale, sessioni di supervisione, sedute di didattica, strumenti essenziali per il rafforzamento di chi può e desidera farsi carico di uomini sofferenti.

Mentre scriviamo questo editoriale, siamo ai momenti conclusivi del lavoro della Redazione della Rivista che ha progettato e curato la raccolta dei lavori sul tema della pandemia da Covid-19, è in atto la seconda ondata della pandemia e sono già state attivate tutte le limitazioni per prevenire una terza ondata.

Il presente fascicolo rappresenta un segno di vitalità della nostra Società che può offrire contributi che testimoniano le capacità di osservazione e di servizio, il desiderio di ricerca, il coraggio di sperimentare strade nuove per acquisire conoscenze su questioni aperte dalle difficoltà del momento. Quanto qui proposto si pone in continuità con i lavori del numero precedente, uscito dopo l'esperienza del primo lockdown.

Il lettore troverà, variamente declinati, gli aspetti critici che la pandemia ha sollevato. Gli articoli parlano della fondamentale fragilità dell'uomo, dell'esperienza della morte che si è drammaticamente palesata, dei limiti del sapere scientifico e delle croniche incapacità di previsione.

Potranno essere letti resoconti di esperienze di psicoterapia online condotte con bambini e adulti, di somministrazione di un test per valutare gli effetti dei confinamenti sui bambini e riflessioni che, affrontando percorsi nuovi, ne studiano le potenzialità e i limiti. Non mancano riflessioni su questioni di psicopatologia e rimandi storici che possono diventare chiavi di volta che permettono di comprendere diversi aspetti del tempo presente.

Il *primo articolo* propone un inedito di Alfred Adler pubblicato nel 1923, tradotto e commentato da Egidio Marasco. Il titolo, *“I pericoli della quarantena”*, fa pensare a riflessioni direttamente correlabili alla nostra esperienza. In realtà Adler ne parla indirettamente, a iniziare dal richiamo alle inevitabili difficoltà della vita. Scrive che “nonostante tutti gli aiuti che possono derivare dagli enormi progressi della civiltà, questi non sono in grado di garantire agli uomini un’esistenza senza preoccupazioni. Le prove che la natura ci costringe a sostenere sono dure e inesorabili” (p. 1).

Adler indica nel reciproco aiuto e nella cooperazione i mezzi che permettono all’uomo di superare l’insicurezza e l’inferiorità nello sperimentare il sentimento di appartenenza al mondo, nonostante tutte le avversità. Nell’articolo i rischi psicologici che nascono dalla pandemia sono indicati negli atteggiamenti ego-centrati e nel disinteresse verso gli altri, potenzialmente dannosi sia per i singoli che per la collettività.

Il commento di Egidio Marasco offre un sintetico sguardo sulle condizioni sociali al termine della I Guerra Mondiale, quando Adler operava come medico nel corso delle epidemie che devastarono l’Europa. Viene poi proposta una lettura degli atteggiamenti antitetici al sentimento comunitario con un’analisi critica dello spirito del capitalismo. Si legge: “Ci troviamo (oggi) in una situazione di *“feudalità del profitto”*.

Questa smania di supremazia è opera della cultura e della società che fanno credere che siano veramente e solamente potere e possesso a far sì che l’uomo si realizzi nel suo moto ascensionale dal minus al plus” (p. 4). L’esigenza di una decisa affermazione del sentimento sociale è anche discussa in relazione agli atteggiamenti che possono portare a vivere costruttivamente le attuali misure contenitive.

Il *secondo articolo*, *“Vita e morte nell’era del Covid-19: un’esperienza adleriana”* a firma di Andrea Bovero, porta nel cuore delle complessità che si sono verificate nelle fasi iniziali della pandemia. Lo scenario entro cui si collocano le riflessioni proposte è il reparto multi-specialistico per pazienti Covid in isolamento e ricoverati in condizioni di particolare gravità nel periodo di massima tensione del Sistema Sanitario.

L’articolo offre un’attenta rappresentazione delle complessità affrontate dai pazienti, dai familiari, dall’équipe dei curanti e descrive i bisogni di sostegno psicologico di tutti gli attori coinvolti nel processo di cura. Con precise descrizioni, Bovero illustra quanto le linee interpretative adleriane siano state funzionali alla comprensione delle complessità della situazione e come l’impianto bio-psico-sociale del metodo terapeutico si sia rivelato molto efficace nei colloqui con pazienti e familiari.

Di grande interesse sono le riflessioni sulla “particolare attenzione che deve essere posta all’angoscia della morte” (p. 2) e alla descrizione, particolarmente attenta e carica di compassione, dei vissuti dei malati vicini al termine della loro vita. La necessità di una relazione emotivamente autentica da parte di chi offre la cura, porta l’autore a dire

che “il medico o lo psicoterapeuta che non si sia messo in discussione sulla propria morte difficilmente riuscirà ad aiutare un paziente grave” (p. 5).

La presentazione di un caso clinico di un paziente seguito durante il ricovero illustra le modalità utilizzate per l’intervento terapeutico e consente di presentare una sintesi dei “principali obiettivi degli interventi psicologici per la gestione delle conseguenze psicologiche e comportamentali” di pazienti guariti dal Covid (p. 7).

Il *terzo contributo* affronta il tema delle psicoterapie dei bambini nei momenti del lockdown. Il titolo “*La stanza virtuale della terapia in età evolutiva*” è un lavoro presentato da Gian Sandro Lerda, Veronica Lo Sapio e Francesca Dogliani. Gli autori muovono dal constatare che l’esigenza di mantenere il rapporto con i piccoli pazienti attraverso il canale virtuale è stato fondamentale per il benessere dei bambini e che le psicoterapie infantili on line sono molto diffuse a livello internazionale come segnala la letteratura. Viene inoltre considerato il fatto che i soggetti più giovani, nativi digitali, sono facilitati negli scambi emotivi on line per l’abitudine all’utilizzo degli strumenti informatici. Si legge inoltre che “sempre più spesso nelle stanze di terapia dell’età evolutiva fa la sua comparsa il computer con una connessione ad internet e a tutto ciò che ne consegue” (p. 2).

Le interessanti linee guida per strutturare corrette sedute di psicoterapia con i bambini, coinvolgendo con istruzioni precise i genitori, sono presentate con chiarezza e introducono le esperienze cliniche compiute. Vengono discusse le caratteristiche del setting, la questione dei confini, della riservatezza, della presenza del genitore. È inoltre affrontato il problema dei contenuti, del materiale creativo da utilizzare, dei software idonei allo scambio. Di sicuro interesse l’estratto della comunicazione con un bambino di 8 anni avvenuta nel corso di una seduta.

L’ultima parte del lavoro presenta l’esperienza online dello psicodramma infantile con un gruppo di tre bambini. “Cosa accade quando non si è solo in due dietro agli schermi?” (p. 11). Vengono descritte le diverse fasi della seduta terapeutica e i processi psichici attivati durante l’incontro.

Interessanti le riflessioni conclusive che segnalano i limiti e le potenzialità della psicoterapia on line con i bambini.

Il *quarto articolo* ha per titolo “*Il virtuale che lega*”. Cesare Rinaldini affronta la questione dell’impatto del virtuale sui percorsi psicoterapeutici nel periodo del lockdown, in seguito all’impossibilità di proseguire gli incontri terapeutici in presenza. La necessità di mantenere il contatto con i pazienti ha segnato l’avvio di una nuova esperienza che ha aperto una serie di interrogativi sui significati e sull’efficacia delle terapie on-line.

L’iniziale rassegna delle principali posizioni segnalate in letteratura sull’utilizzo dei mezzi di comunicazione tecnologici nei colloqui terapeutici, ha offerto utili riferimenti per sviluppare riflessioni sui significati dell’esperienza virtuale iniziata per necessità.

Muovendo dalla pratica professionale, Rinaldini esplora diversi aspetti rilevati nei contatti on-line con i pazienti e formula l'ipotesi che il legame possa mantenersi vivo anche nelle esperienze virtuali.

Viene inizialmente problematizzata la stessa funzione terapeutica che, dato il periodo, può assumere solo funzioni di supporto perché i “curanti devono farsi carico del contenimento e della condivisione di turbamenti pesantissimi che sono veramente simmetrici a quelli dei pazienti e che sono reali” (p. 5). La discussione si orienta poi sulla natura della comunicazione in assenza dei corpi, sulla strutturazione del setting, sui diversi gradi di coinvolgimento emotivo dei pazienti, sulle caratteristiche della ripresa delle sedute in presenza e sulle prospettive di mantenere formule di incontri *blended*, con presenze alternate all'on-line, anche in relazione agli sviluppi della pandemia.

In conclusione il lavoro propone riflessioni sulla questione del distanziamento interpersonale imposta dalla pandemia e sulle modalità creative indicate dai dettati adleriani che spingono a identificare modalità creative per mantenere viva la dimensione cooperativa.

Il *quinto contributo* è a firma di Sergio De Dionigi che presenta una panoramica delle emozioni suscitate dall'esperienza della pandemia. Il titolo “*Virus: da paura condominiale a disturbo personale*” esplicita l'intenzione di trattare la paura, emozione cardine elicitata nell'animo di tutti gli uomini dall'esperienza della pandemia. L'emozione della paura è punto di partenza per esaminare le caratteristiche che può assumere nei diversi quadri psicopatologici. Considerata la dimensione mondiale della pandemia, gli uomini che abitano l'unico pianeta sono messi al pari degli inquilini di un unico condominio.

La declinazione della paura nei disturbi personali è organizzata in vignette cliniche che, in modo sintetico, mostrano i pazienti spaventati dal Covid-19. Ciascuna vignetta è corredata da riferimenti storici, sociologici, clinici e psicodinamici.

La *prima vignetta* è occasione per parlare delle *fobie* che possono poggiare su aspetti diversi della pandemia, trasformati in oggetti fobici su cui vanno a strutturarsi le costruzioni finzionali.

La *seconda vignetta* propone una disamina dell'irrazionale *paura di essere sepolti vivi*, documentata con riferimenti storici e bibliografici del XIX secolo.

La *terza vignetta* affronta la *claustrofobia* e la possibile evoluzione in claustrofobia esistenziale, dimensione sollecitata dai recenti bombardamenti mediatici sulle vicende della pandemia.

La *quarta vignetta* tocca la forma dell'*ipocondria* declinata “nella patofobia il paziente teme di contrarre una malattia, nell'ipocondria teme di aver contratto una malattia e nel delirio somatico è convinto di avere una malattia” (p. 95).

Nella *quinta vignetta* è discussa la dinamica psicopatologica di un medico che, all'inizio della pandemia elabora, su una struttura ossessiva di base, problematiche finzionali cui contenuti si ispirano ai temi del periodo. Il materiale clinico è occasione di una interpretazione psicodinamica in chiave adleriana.

Il *sesto articolo*, a firma di Marco Marzolini, affronta le problematiche inerenti l'attuale pandemia secondo una prospettiva storica. Marzolini utilizza chiavi di lettura di stampo socio-economico, con l'intento di trattare le specificità di quanto l'umanità sta oggi vivendo alla luce dei dati che emergono dalle precedenti esperienze. Si tratta di un'accurata ricerca che ha per titolo: "*La pandemia secolare: ricorsi ed inediti storici di una crisi globale*".

Il lavoro prende avvio nella disamina delle complessità emerse in questo anno di pandemia, variamente interpretata nelle cause scatenanti e affrontata in tutti i paesi del mondo in modi che hanno segnalato l'impreparazione dei sistemi sanitari.

La prospettiva storica muove dalla constatazione che da millenni, le società subiscono l'assalto di epidemie e catastrofi, che si sono estese per il diffondersi dei contagi causati dagli spostamenti dei viaggiatori. Seguono attente osservazioni sull'epidemia del secolo scorso, l'influenza detta spagnola, che causò un numero impressionante di vittime. Sono ben documentate le condizioni socio-economiche, le questioni politiche del periodo post bellico e il fatto che l'interesse per la vita degli uomini non fosse, all'epoca, una priorità.

L'articolo esplora poi le possibili conseguenze dell'attuale pandemia su scala mondiale e le gravi conseguenze che non saranno solo di ordine sanitario, ma andranno a incidere sulle classi più deboli, abbassando ulteriormente il livello di povertà di milioni di uomini.

Le conclusioni che Marzolini propone sono in linea con gli assunti del benessere sociale propri del pensiero adleriano, confrontato alle matrici politiche del XIX secolo e contrapposto al liberismo attuale che persegue obiettivi e modalità di azione di segno contrario a quanto Adler sperava per una società più giusta.

Il *settimo contributo* a firma di Luca Bosco porta l'attenzione verso la testistica e ha per titolo "*Il Test del Villaggio ai tempi della pandemia: sindrome della capanna e trauma infantile*".

Il lavoro presenta il Test del Villaggio di Arthus, strumento che l'autore ha utilizzato per valutare l'effetto del lockdown in alcuni pazienti in età evolutiva presi in carico in periodi precedenti l'inizio della pandemia.

Sono inizialmente proposte informazioni esplicative sulla natura del test, sul materiale che lo compone, sulla tecnica di somministrazione, sui criteri interpretativi e dell'uso versatile che se ne può fare nella diagnostica, nelle psicoterapie e in incontri di formazione.

Viene presentato il Modello Evolutivo-Elementale utilizzato dall'autore, impostato sulle linee adleriane della formazione della personalità. Sono poi illustrate le configurazioni del test che segnalano i movimenti regressivi, i sentimenti di inferiorità, le spinte compensative e super-compensative, i processi di autonomizzazione, l'apertura del Sé al mondo, la dinamica del sentimento sociale.

Le configurazioni del Test del Villaggio che indicano la presenza di traumi, introducono il discorso sugli effetti che il lockdown ha prodotto nei bambini in terapia. Il confronto dei test eseguiti prima e dopo il confinamento ha permesso di evidenziare i movimenti regressivi, l'insorgere di dinamiche fobiche, la paura del mondo esterno e i blocchi evolutivi. Sembrano confermati i movimenti regressivi della "sindrome della capanna", terminologia che indica la paura del mondo e il bisogno di un luogo dove proteggersi in risposta alle ansie sviluppate dai bambini nel periodo dell'isolamento. I dati proposti sono indicativi delle tendenze e, dato l'esiguo numero di casi proposti, non sono generalizzabili sebbene aprano interessanti prospettive che meriterebbero ulteriori studi.

Gli ultimi contributi riaprono sezioni della Rivista che la Redazione ha in progetto di mantenere in tutti i prossimi numeri: il *Case Study*, materiale utile per confronti sull'esercizio della psicoterapia o analisi e le Recensioni di testi di interesse clinico e di recente pubblicazione.

Il *Case Study* è presentato da Chiara Mazzarino.

Il caso presenta la paziente Anna, Educatrice Professionale di 42 anni. La descrizione di elementi dello stile di vita e della costellazione familiare è seguita dall'inquadramento diagnostico e dall'impostazione del trattamento terapeutico. La parte relativa ai vissuti suscitati nella paziente dalla pandemia è ben articolata e introduce la descrizione del transfert che, per le positive caratteristiche assunte, ha dato alla paziente il rassicurante "stare con", di "vivere un'esperienza nuova e riparativa" e la possibilità di fronteggiare e rielaborare il senso delle proprie angosce fobiche.

Le due Recensioni dei testi sono a firma di Laura Righetti e Francesca Rossi.

Laura Righetti ha recensito il testo del filosofo sloveno Slavoj Žižek, *Virus, Catastrofe e solidarietà*, Ponte alle Grazie, 2020. Si tratta di un volume che considera le complicazioni della pandemia un duro colpo al sistema capitalistico, esclusivamente orientato alla logica della redditività di mercato e responsabile di avere ampliato il divario tra opulenza e povertà nel mondo. È discusso e argomentato l'indispensabile avvio di un processo di costruzione di una società alternativa, che realizzi, nella forma e nella sostanza, la solidarietà globale, l'autentica cooperazione e una più equa distribuzione della ricchezza.

Francesca Rossi ha recensito il libro per bambini di Fabio Sbattella, *“Nano Gianni e i granelli Rossi”*, Giunti, 2020. Un libro per bambini, una fiaba da raccontare per aiutare i piccoli a superare le paure del virus. Nano Gianni, “una creatura che, grazie al potere della fantasia, scioglie e depotenzia i pericoli del mondo” (p. 155) vive in un Paese lontano dove tutti sono preoccupati per la comparsa di piccoli granelli rossi che si insinuano nel corpo delle persone e le fanno tanto starnutire! Tutti i saggi non sanno che cosa fare, ma Nano Gianni, con astuzie e magie, riesce a bucarli tutti con uno spillo e liberare il Paese dalla paura! Il libro, arricchito da proposte di gioco è un utile strumento per aiutare i bambini a elaborare le angosce del virus e un prezioso aiuto per genitori, educatori e psicoterapeuti dell’età evolutiva.

Giansecondo Mazzoli