

“COMPRENDERE IL NOSTRO TEMPO: DALLA PSICOSI ALLA CONSAPEVOLEZZA”

*“E' tutt'altro che facile dire se la natura si sia dimostrata per l'uomo
una madre generosa o una spietata matrigna”*

Plinio il Vecchio

Nel nostro tempo, quello dei social media e della comunicazione di massa, il significato metaforico della parola “virale”, “che si diffonde rapidamente e conquista grande popolarità”, sembrava essersi spogliato di tutti gli elementi propri della sua etimologia linguistica che ne giustificava l'utilizzo in ambito scientifico e medico.

Nella rete i motori di ricerca scrivendo la parola “virale” ti indirizzano verso contenuti mediatici popolari, cercati e desiderati, dove milioni di visualizzazioni in tempi brevissimi creano un'ambita popolarità.

Ho trovato in questi giorni una vecchia vignetta intitolata “Influenza” che appunto sottolineava come anche nel lessico comune italiano l'accezione di virale ormai prevalente non era quella medica ma quella social.



Oggi, ai tempi del “coronavirus”, il termine “virale” si riappropria del suo significato originario: infezione, malattia, contagio, rapida diffusione, mutazione, caratteristiche da evitare e che hanno un'accezione negativa. Oggi, questa vignetta non lascia spazio neanche a un sorriso amaro e quello che stiamo vivendo ci mette in profonda “connessione” con il nostro limite, con la nostra fragilità.

In queste settimane in Italia stiamo assistendo e vivendo il problema concreto di un virus arrivato da lontano ma che è entrato nel nostro Paese e che sembra diffondersi senza possibilità di un controllo soggettivo. Siamo e ci sentiamo in balia degli eventi e delle notizie, ufficiali e non, della fuga di notizie che contribuiscono a diffondere insicurezza e confusione, notizie che i media trasmettono senza sosta e che alimentano emozioni differenti dentro ognuno di noi.

Il “coronavirus” diventa problema soggettivo in relazione al vissuto psicologico, alle emozioni e alle paure che il tema suscita nelle diverse persone. La “percezione del rischio”, infatti, può essere distorta e amplificata sino a generare condizioni di panico e di suggestione del tutto ingiustificate che portano a comportamenti istintivi aumentando il rischio reale. Oppure, al contrario, generano atteggiamenti di incoscienza, negazionismo, dove si esorcizza la paura contravvenendo al rispetto delle regole in un momento in cui la prima regola dovrebbe essere rispettarle.

L'isteria sociale a cui stiamo assistendo, il terrore per qualcosa d'ignoto, volatile e invisibile, la mancanza di informazioni chiare e univoche, l'interesse subdolo dei fabbricatori di notizie a tenere alta la tensione emotiva e con questa l'attenzione spasmodica a ogni dettagliato aggiornamento; la psicosi di rimanere isolati, senza cibo e i supermercati presi d'assalto, la fuga incosciente dalle zone a rischio per sfuggire alla quarantena. Questo lo scenario che ha rievocato sentimenti ancestrali profondamente appartenenti alla natura umana. Freud stesso diceva che “è raro trovare un ambito in cui il nostro modo di pensare e di sentire sia cambiato così poco dai tempi primordiali... come nella relazione con la morte”.

Ciò che il “coronavirus” ha messo prepotentemente in evidenza è la paura della fine, la causa primaria dell'angoscia, messa in moto dalla pulsione di morte che minaccia l'organismo fin dalla nascita. Seguendo il pensiero di Le Bon, il padre della psicologia della folla, gli esseri umani sviluppano nella collettività comportamenti che non svilupperebbero mai individualmente, le masse vanno guidate con lo studio di ciò che le impressiona e le seduce, e cosa può impressionare più della paura di morire? Rifacendosi al pensiero di Le Bon, Freud definisce la massa come un'entità provvisoria costituita da elementi eterogenei saldati insieme per un istante, anonima e irresponsabile, attraverso cui l'individuo acquisisce un senso di potenza invincibile che gli consente di agire istinti altrimenti frenati, sentendosi al tempo stesso protetto e “contagiato” da qualsiasi emozione circoli all'interno della massa. La psicosi da coronavirus è un chiaro esempio dell'azione dei fenomeni collettivi sul comportamento individuale e di come l'emotività ancestrale del singolo può divenire un fenomeno pandemico, e viceversa. Oggi tutto ciò è amplificato dai “social”, consegnati ad ogni individuo e impiegati soprattutto per scaricare emozioni di cui il soggetto ha perso il controllo, anche quando presume di comunicare qualcosa di obiettivo.

Come fare a superare quella che Jung chiamava “infezione psichica” che sta contagiando tutti? Come superare lo scatenarsi di una psiche primordiale nell'uomo comune di quello che si crede un mondo civilizzato? Come fare per trovare una guida nelle autorità e nei mezzi di comunicazione ufficiali?

Sebbene l'umanità da sempre ha dovuto far fronte a emergenze di ogni tipo e si è dovuta confrontare con le forze della natura, con la

distruttività umana, con l'inaffidabilità delle stesse tecnologie da essa create si trova oggi, per la prima volta, impreparata davanti ad una crisi globale dovuta non soltanto alla velocità con la quale il virus si sta diffondendo nell'ambiente fisico ma anche alla maggior rapidità con la quale viaggiano le notizie, vere, da verificare o volutamente false, nell'ambiente mediatico e i conseguenti vissuti emotivi e ansiogeni che queste istantaneamente veicolano.

Dal punto di vista umano ogni emergenza rappresenta un'intensa esperienza esistenziale, in cui la fragilità dell'uomo, delle sue opere e dei suoi saperi si confrontano a livello individuale e collettivo con forze obiettive e con fantasmi di morte, ingaggiando spesso impegnative battaglie per la sopravvivenza fisica ed emotiva.

Comprendere l'influenza delle emozioni e come agiscono nei contesti di emergenza è per noi fondamentale perché queste rappresentano il collegamento tra la dimensione organica, la realtà psichica e le dimensioni sociali che caratterizzano gli individui. Purtroppo, arrivare a tale grado di consapevolezza è un obiettivo evolutivo ancora lontano per la maggior parte della popolazione e le Istituzioni dovrebbero agire per fornire un'informazione contenitiva, citando Zoja, "corrispondente ad una psicoterapia di massa". Un'informazione volta a tranquillizzare, facendo sperimentare un sentimento di coesione, e lavorando al fine di promuovere la capacità di azione individuale.

Altro dramma del nostro tempo, come spiega Zoja, è "la difficoltà psicologica collettiva derivante dall'accorciarsi degli orizzonti temporali", la disabitudine a pensare con pazienza e attendere i giusti tempi affinché gli studiosi giungano a verità scientifiche e forniscano risposte concrete. Ancora una volta, i tempi con i quali queste risposte arriveranno non soddisfano la fame compulsiva e generalizzata di notizie; il risultato è uno stato di astinenza nel quale trovano spazio differenti interlocutori che privi di risposte e incalzati dalla frenesia delle domande rispondono in maniera elusiva e vaga contribuendo a nutrire il sentimento collettivo di panico. Il compito fondamentale a cui le Istituzioni, e soprattutto quelle formative, sono chiamate a rispondere è quello di fornire strumenti solidi per favorire lo sviluppo di un atteggiamento culturale di prevenzione dei meccanismi psichici sottostanti l'emergenza, non potremmo "sapere tutto", specialmente nell'immediato, ma potremmo imparare a "saper credere", "imparando ad imparare" e individuando, grazie alla guida di una comunità professionale, possibili percorsi formativi e metodologici utili per accompagnare singoli e comunità nei percorsi di crescita associati alla crisi. In questo modo qualsiasi tipologia di emergenza può essere un'opportunità per il sistema di attivare cambiamenti importanti, che possono mettere in azione un vero e proprio apprendimento complessivo. La crisi non è da vedersi solo come un turbamento dell'ordine costituito, cui va data una risposta mirata a recuperare gli equilibri pregressi, ma come un'opportunità evolutiva, attraverso cui cercare nuove forme di adattamento.

Annalaura Perfetto, Consultant ISMO, 7 aprile 2020