



edit

Questo numero di *Link* è dedicato alla pandemia dovuta al Covid 19 che ha provocato, fino ad oggi, più di 1.100.000 morti nel mondo. Le conseguenze delle malattie infettive e contagiose comportano anche gravi ripercussioni economiche, disoccupazione, suicidi e, aspetto di solito trascurato, stato di disorientamento emotivo con cui convivere in attesa di un vaccino o di una cura.

A oggi sono morte in Italia circa 37.000 persone tra cui più di 250 sanitari. Il virus si è diffuso a due velocità: la prima ondata ha investito soprattutto le regioni industrializzate del Nord e ora una seconda ondata si sta diffondendo in tutta Italia.

Dobbiamo attenderci un elevato numero di insorgenze di ansia e di depressione, nonché un aumento di suicidi e di tentati suicidi, indicatori del fatto che ci sarà da affrontare un altro grande problema: l'adattamento a una realtà completamente nuova e diversa.

Gli Italiani in generale hanno risposto in maniera responsabile, seguendo le direttive delle autorità nazionali e regionali nella prima chiusura secondo lo slogan "Io resto a casa".

Oggi, in piena ripresa pandemica in tutto il Paese, si sono rese necessarie ulteriori misure di contenimento.

L'angoscia per la situazione di incertezza e per il futuro si è propagata a vari livelli in tutti i settori della popolazione. La traumatizzazione psicologica si è evidenziata *in primis* nelle persone direttamente colpite e tra i loro familiari: la loro vita, le loro abitudini e le loro aspettative sono state stravolte alimentando paura di morire, solitudine, senso di colpa per non avere preso precauzioni, angoscia per i propri cari e angoscia di sentirsi abbandonati dal sistema di cura. Molte persone stanno soffrendo profondamente per l'isolamento imposto dal rischio contagio, per la mancanza di contatti sociali reali, per l'impedimento del movimento fisico e per l'impossibilità di godere di spazi all'aria aperta, per la perdita di abitudini quotidiane quali la vita di quartiere, per convivenze difficili in spazi chiusi (coppie in crisi e famiglie con bambini); il disagio per i disabili e i malati cronici e oncologici che non hanno accesso o hanno accesso difficoltoso alle cure consuete è reale, così come la difficoltà o l'impossibilità di accedere alle cure ospedaliere in caso di nuove patologie. L'ansia per l'inevitabile crisi economica e sociale già in atto e futura colpisce fortemente lavoratori e imprenditori: già oggi migliaia di persone che hanno lavorato in nero, ad esempio migranti del Sud Italia e non solo, o lavoratori precari senza contratto, non hanno e probabilmente non avranno alcun sussidio di protezione; questo comporterà inevitabilmente una ripercussione sulla salute mentale e disorientamento di un grandissimo numero di soggetti, maggiormente tra le fasce deboli in una fase nella quale gli individui tendono a perdere le poche certezze materiali e psicologiche faticosamente acquisite, alimentando in loro la comparsa di ansia e depressione, inibendo la fase fondamentale di ripresa alla vita normale.

Purtroppo in questi anni sono diminuiti i finanziamenti ai servizi territoriali e ospedalieri, con una perdita di 62.000 posti letto. L'esplosione dell'epidemia ha trovato impreparati sia i medici di base sia gli ospedali. Ancora oggi i posti letto di cure intensive, pur aumentati di numero, non sono sufficienti e molti contagiati meno gravi devono curarsi a casa; molti medici di Medicina Generale non visitano più i malati se non da remoto. L'attività ordinaria ospedaliera e tutti gli interventi chirurgici e le visite ambulatoriali sono sospesi e rinviati. I pazienti dei servizi di salute mentale, ad oggi, sono tra coloro che ricevono pochissima assistenza e spesso non possono recarsi negli ambulatori e le visite avvengono raramente in presenza.

Nel grande sforzo che il Sistema Sanitario Nazionale sta facendo per l'emergenza, rimane insoluta la criticità dell'assistenza psicologica: i servizi psicologici del Sistema Sanitario Nazionale, impegnati prevalentemente nella erogazione ordinaria di prestazioni, non sono in grado di fronteggiare il nuovo e crescente disagio psicologico del gran numero di persone ospedalizzate da Covid o in quarantena, dei familiari dei malati e dei deceduti e del personale sanitario. A fronte di questa situazione non si rilevano segnali di incremento del numero di psicologi dedicati a questa emergenza da parte del Ministero e delle Regioni. Tuttavia per sopperire a questa carenza abbiamo assistito a una importante offerta delle Società Scientifiche di Psicologia e degli Ordini degli psicologi che si sono attivati per aumentare l'offerta di prestazione specialistica alla popolazione.

In questo numero viene descritto come gli psicologi dei servizi pubblici e privati, attraverso riflessioni, ricerche e esperienze sul campo, hanno impegnato la loro professionalità in questa difficile fase del nostro Paese.

Nella sezione *Focus* troviamo due articoli. Il primo "Perché la speranza è una strategia al tempo del Covid-19" affronta il tema della speranza dal punto di osservazione dello psicologo italo-americano Anthony Scioli. L'autore, da tempo studioso dell'argomento, sostiene che riuscire a vivere con un sentimento di speranza può equivalere a possedere un secondo sistema immunitario, cioè un sistema psicologico interno e naturale di emozione protettiva personale (EPP). L'idea guida per i nostri comportamenti, utile ad affrontare questo difficile momento, è racchiusa nella frase di Albert Schweitzer «Spesso, anche la nostra luce si spegne, e viene riaccesa... da qualche esperienza che viviamo attraverso un altro essere umano... che ha acceso le fiamme dentro di noi».

Il secondo articolo della sezione è di Daniela De Berardinis e Paola Dondi: "La psicologia ospedaliera ieri, oggi, domani". In esso si percorre il lungo periodo di costruzione dei servizi di Psicologia Ospedaliera, a partire dal nuovo approccio di cura interdisciplinare che risulta essere trasversale ai diversi quadri di malattia (interazione persistente in tutte le fasi della vita dell'unità mente-corpo) ed è rivolto a ristabilire il migliore livello di funzionamento psico-fisico del paziente ospedalizzato.

Nella sezione *Una Storia* Giovanni Cavadi ci racconta l'incredibile intuizione di Stanley Milgram (1933-1984) che si rese conto che le ragioni dei crimini nazisti (che risiedevano non soltanto nella cattiveria o nella mostruosità di alcuni carnefici, ma nell'assenza di pensiero in uomini con comportamenti del tutto normali, addirittura banali) se inserite in una macchina infernale quale l'organizzazione totalitaria e terroristica, rendevano gli individui capaci delle più disumane atrocità.

La sezione *Strumenti* ospita un articolo di Catello Parmentola ed Elena Leardini sulle «Prestazioni psicologiche a distanza». Tema attualissimo in tempi di Covid19, in cui i professionisti psicologi sono costretti ad operare con nuove modalità, non in presenza, per ridurre i rischi di contagio. Questo articolo vuole sollecitare un approccio alle prestazioni psicologiche a distanza, laico e aperto, ma al contempo vuole avvertire del rischio intrinseco di eventuali improvvisazioni, anche quando dettate da situazioni di emergenza: si tratta quindi di valutare ogni volta rischi e benefici della nuova modalità.

In *Esperienze* pubblichiamo il contributo di Cinzia Cristina Sacchelli e Gloria Resconi "Dall'emergenza pandemica alla costruzione di un sistema di supporto psicologico per le vittime da Covid-19". Il lavoro illustra la modalità con la quale il Servizio di Psicologia dell'EPE ASST di Crema, riorganizzando l'attività degli psicologi trasversalmente alle singole U.O., ha operato nel periodo pandemico in una delle zone più flagellate dal virus.

Segue l'articolo "Diventare genitori nel tempo sospeso del coronavirus", in cui Elisa Giannaccari affronta la complessità di diventare genitori in questo periodo di emergenza Covid19. Infatti i DPCM che si sono succeduti sulle norme di prevenzione della pandemia hanno avuto un notevole impatto sulla vita delle gestanti e delle partorienti, ma in generale della coppia genitoriale, influenzando significativamente non

solo il loro stato emotivo complessivo ma anche le condizioni di vita che potevano fungere da fattori di protezione alle psicopatologie del post-parto.

Nella sezione *Ricerche* sono ospitati tre contributi. Il primo, "Impatto psicologico del Covid-19 su lavoratori del settore sanitario e della scuola: uno studio italiano" di Eleonora Gentile, Salvatore Gentile, Giovanni Palmieri, Maria Carmela Stigliano, Giuseppe Laguardia e Marina de Tommaso esplora le conseguenze comportamentali e gli effetti psicologici della pandemia di SARS-CoV-2 sugli operatori sanitari e sugli insegnanti.

Nel secondo articolo di questa sezione Santo Di Nuovo e Carolina Patti scrivono sugli "Effetti psicologici dei social network durante l'isolamento sociale". Questa ricerca indaga l'influenza di variabili demografiche, di variabili di personalità e di disagio psicologico analizzando un campione composto da 400 persone di età compresa tra i 12 e gli 80 anni, 228 donne e 172 uomini, tutti utenti di social networks.

Il terzo contributo è una ricerca nella "zona rossa" del Lodigiano mirata sull'impatto psicologico del Covid 19 su un gruppo di adolescenti. Gli autori, Chiara Maiorani, Marco Pagani, Isabel Fernandez, Daniela Verdi, hanno testato 148 studenti con il questionario Psycho-covid 19 (www.psycho-covid19.it) e con il questionario Termometro delle emozioni applicato alla DAD (didattica a distanza).

In *Storie cliniche* Eleonora Riva presenta "Riflessioni su un percorso di psicoterapia ai tempi del Covid-19". La riflessione dell'autrice è relativa al setting con il quale in questo periodo una psicoterapeuta si è trovata più volte a fare i conti, non tanto per il setting entro il quale si svolge la terapia, ma per le norme di condivisione e di compliance che regolano il rapporto terapeutico.

Nella sezione *Società* il lavoro "Femminicidio, violenza domestica e violenza di genere: tre emergenze sociali" di Fulvio Frati ci descrive il peggioramento di una situazione notoriamente difficile per le donne.

In *Riflessioni* ospitiamo un contributo del medico igienista Antonino Gianì dal titolo "Il minimalismo nella pratica medica e nel linguaggio musicale: l'assenza di evidenze note e l'essenza delle sette note. Una riflessione su Covid e "less is more". A una cultura della medicina a tendenza massimizzante che ben risponde a logiche e profitti del mercato sanitario, si contrappone uno sforzo, una visione che possiamo ricondurre alla medicina minimizzante o minimalista coerente, tra l'altro, con il concetto di qualità : fare le cose giuste ed appropriate al soggetto giusto ed appropriato , al momento giusto e farle bene sin dall'inizio. L'essenzialità e il minimalismo, ad es. nella musica ci hanno offerto eccelse interpretazioni: da Bach alla musica moderna quale nuova chiave di interpretazione della realtà.

Sempre in questa sezione Isabel Fernandez, con "Fotografia di un paese coinvolto nella lotta contro il coronavirus", descrive il contributo offerto dai membri dell'Associazione EMDR, Società Scientifica di Psicologia, alle richieste di supporto psicologico, seguendo linee guida operative sugli aspetti cognitivi, emotivi ed affettivi rivolto ai pazienti e ai loro familiari.

In *Emozioni* Maria Concetta Gandolfo con "Eroi e non. Come la filosofia può spiegarci da dove nasce il senso del dovere", ci ricorda che tutti abbiamo vissuto la pandemia con grandi sofferenze ma che questa situazione ci ha spinto a riflettere su alcuni valori che forse avevamo dimenticato, travolti dal ritmo frenetico della vita odierna, improntata al consumismo ed al culto del profitto.

Per *Link Art* Rosa De Rosa ci fa conoscere la sensibilità della pittrice e scrittrice Emily Carr, che agli albori del secolo scorso iniziò ad interessarsi della vita e della cultura delle popolazioni indigene della costa occidentale dell'Isola di Vancouver: la scoperta del bosco, della foresta, ambienti primordiali segnati entrambi dai Pali totemici magici e misteriosi dei Nativi, hanno rappresentato i soggetti ideali della sua pittura "psicologica".

VITO TUMMINO