



Bando Per la cultura – Fondazione Cariplo

Progetto: LINGUAGGI DIVERSI PER VIVERE LA STORIA

RELAZIONE RELATIVA AI QUESTIONARI SULL'EMERGENZA COVID-19 PROPOSTI ALLA CITTADINANZA

Analisi effettuata da:

Dott. Domenico BARRILÀ

Psicoterapeuta e Analista adleriano
Studio Via Torino, 10 - 20062 Cassano d'Adda
Domicilio Fiscale Via Europa, 269/A - 20062 Cassano d'Adda
CF: BRRDNC52L22F158B PI. 08303120151
Albo Psicologi Lombardia 2499

Dott. Luciano BARRILÀ

Psicologo
Studio Via Torino, 10 - 20062 Cassano d'Adda
Domicilio Fiscale Via Milano, 28/C - 20062 Cassano d'Adda
CF: BRRLCN84A23L400E PI. 08696480964
Albo Psicologi Lombardia 19737

Statistiche sul campione esaminato:

Totali: 46

<12 anni: 0 F: 0 M: 0

13 - 20 anni: 5. F: 2. M: 3

21 - 60 anni: 29 F: 21 M: 8

>60 anni: 12 F: 8 M: 4

Occorre premettere che i questionari analizzati sono stati sottoposti alla popolazione verso la fine della primavera del 2020, sul finire della prima ondata della pandemia da Covid-19; si tratta di un aspetto che deve essere considerato con particolare attenzione, poiché noi ne siamo entrati in possesso nel mese di ottobre 2021. Dunque, la somministrazione coincide che le fasi iniziali del fenomeno pandemico e la misura delle reazioni sconta il gravame dell'assoluta novità nonché delle incognite, gravame determinato sia dalla drasticità oggettiva della minaccia sanitaria, sia dall'incontro con un'esperienza che non permette tranquillizzanti paragoni con fatti pregressi. I questionari sono stati consegnati ai cittadini quando questi dividevano vissuti di incertezza, disorientamento, paura. La loro valutazione, invece, avviene circa diciotto mesi dopo, quando è trascorsa da qualche tempo la terza ondata e la fase più drastica della pandemia sembra essere alle spalle, grazie alle sapienti misure di contenimento adottate, sia sanitarie che comportamentali.

Dunque, i valutatori agiscono in un contesto emotivamente lontano dalle fasi più difficili della pandemia, circostanza della quale tengono conto, onde evitare la proiezione a ritroso di stati d'animo certo meno impegnativi di quelli di allora.

La valutazione che segue utilizza come criterio per raggruppare i questionari le fasce d'età scelte da chi ha costruito l'indagine.

Nel gruppo fino a 12 anni, non ci risposte al questionario.

In quello dai 13 - 20 anni, le risposte riguardano un totale di 5 persone, tre ragazzi e due ragazze.

Si riscontra un grande equilibrio caratterizzato da normali stati d'animo negativi per le privazioni, soprattutto relazionali, legate al lockdown e derivanti dalle misure restrittive adottate. Un risultato esemplare, se si considera, come dicevamo, la pesantezza dei tempi a cui risalgono le risposte.

Con gradazioni diverse, tutti i ragazzi intervistati riconoscevano la legittimità e necessità di adottare misure e comportamenti a tutela della salute pubblica, palesando un senso di responsabilità e di consapevolezza che merita di essere sottolineato.

Nelle risposte di questi giovani si nota grande plasticità nonché un maturo spirito di adattamento ad una situazione stressante, inattesa, sconosciuta, sebbene non abbiano mancato di denunciare i riflessi patiti personalmente, come stati di ansia e depressione, soprattutto conseguenti alla necessità, pure ritenuta necessaria in vista di un fine di interesse collettivo, di sospendere gli incontri in presenza in ambito amicale e scolastico.

Segnalano in particolare di aver sentito la mancanza di amici e compagni di classe e il desiderio di tornare a scuola in presenza, appena possibile.

Emerge dalle risposte la forte consapevolezza che le relazioni mediate dalla tecnologia, per quanto utili nella fase pandemica, rappresentino comunque una versione mutilata rispetto a quelle in presenza. Un passaggio, questo, di notevole interesse pedagogico e culturale, che va in controtendenza rispetto ad una vulgata che vorrebbe le relazioni digitali prevalenti nelle preferenze dei ragazzi. La pandemia, come una inattesa cartina di tornasole, sancisce, sebbene sotto la pressione di una situazione di deprivazione, il primato della realtà tridimensionale su quella virtuale.

Alcuni degli intervistati riferivano di aver perso l'abitudine di stare con gli altri ma che l'uscita dal lockdown, dopo la fine della prima ondata, aveva consentito una rapida ripresa in questo senso.

La speranza riportata al tempo era quella di poter tornare presto a una normalità relazionale, unita comunque a una forte consapevolezza del fatto che il processo avrebbe richiesto tempo e prudenza.

Malgrado l'esiguità del campione, si registra una significativa concordanza nei principi di fondo, ossia l'attenzione per l'interesse comune, che prevale su quello individuale.

I ragazzi e le ragazze raccontano anche di aver dovuto rinunciare a una serie di abitudini, tra cui le attività sportive cui si dedicavano, e di aver approfittato dello stato di chiusura forzata per coltivare hobby di vario tipo e dare più attenzione alla manutenzione della casa e alla collaborazione familiare. In questo senso l'iniziale momento di stress è poi evoluto in una nuova normalità "casalinga" che ha a suo modo portato, per alcuni, un senso di rilassatezza. Dunque, atteggiamenti tutt'altro che rassegnati e passivi, di fronte ad un imprevisto che in termini di stress deve avere avuto per molti lo stesso peso di un conflitto.

Il gruppo 21-60 anni, oltre a risultare molto più numeroso del precedente, essendo composto da 29 persone, di cui 21 donne e 8 uomini, è anche quello in cui emerge il maggior numero di questioni.

Innanzitutto, il tema della preoccupazione sanitaria, per sé stessi e per i familiari (i genitori per i figli, i figli per i genitori e i nonni).

L'arrivo della pandemia è stato motivo per molti di questi intervistati di ansia, sensazione di isolamento e solitudine, senso di precarietà e noia. Per alcuni la quarantena è intervenuta in un periodo difficile, acutizzando situazioni di malessere preesistenti.

Una parte parla di un generico "attutirsi" delle emozioni.

Dal punto di vista delle attività concrete, molti riportano (naturalmente) una drastica violazione della routine quotidiana, stravolta dal lockdown, con ripercussioni significative sulle abitudini scolastiche, lavorative, relazionali, di svago e connesse all'attività fisica. Attività quotidiane e sportive risultano anche come elementi di cui si dichiara di sentire molto la mancanza.

Alcune persone riportano di avere dormito di più alla mattina e ritardato l'orario del sonno, in una routine che ha modificato molto i ritmi della giornata.

Molti raccontano di avere sfruttato il tempo per fare ciò che di solito non riuscivano a fare, ossia dedicare più attenzione ai propri interessi più vari, una persona ci fa sapere di avere imparato a mantenere l'auto con i tutorial su YouTube.

Affiora la riscoperta delle piccole cose, dei gesti minori, dimenticati e forse desueti, ma ingredienti ora visti come estremamente significativi per apparecchiare migliori equilibri interiori.

La passeggiata negli spazi condominiali, l'esplorazione del quartiere e dei negozi di vicinato, la vita nel piccolo paese. Qualcun altro non vede l'ora di tornare a Milano ma in generale le persone mostrano di apprezzare questa dimensione meno ampia, più riconoscibile, decisamente meno insidiata dai ritmi febbrili cui si è abituati.

La fase di lockdown, in alcuni casi, pare avere interferito con i necessari equilibri familiari, alimentando tensioni che, per fortuna, si sono poi disciolte a mano a mano che il tempo passava e i nuovi stimoli venivano in qualche modo "sterilizzati" e incorporati nella normalità quotidiana.

Per qualcun altro, invece, si è trattato di un'occasione che ha consentito di stringere rapporti familiari che si erano allentati e, in generale, di trascorrere più tempo in compagnia dei parenti.

Qualcuno riporta anche di aver trasformato rapporti strettamente lavorativi in situazioni di maggior condivisione personale.

Sembra che il rallentamento dei ritmi di vita e dei processi lavorativi e sociali abbia introdotto elementi qualitativi che non venivano ritenuti, erroneamente, più necessari. Dunque, possiamo parlare di maggiore vigilanza sugli aspetti qualitativi delle interazioni.

Deve essere letta come un aspetto altamente positivo la circostanza che la maggior parte degli intervistati dichiara di avere vissuto un forte senso di mancanza delle relazioni esistenti e della possibilità di crearne di nuove, perché ci pare un sano richiamo all'esistenza di una vocazione naturale degli esseri umani, ossia l'esaltazione della loro natura profondamente sociale, una natura che non tollera interferenze e quando le incontra può generare stati di sofferenza, anche importanti.

In parte, tale esigenza di comunicare con i propri simili è stata mantenuta in vita dall'utilizzo delle tecnologie, che nell'emergenza sono riusciti a ritagliarsi un importante ruolo sussidiario, ma è letteralmente esplosa la consapevolezza che le

relazioni in presenza mantengono comunque una dimensione più profonda, più naturale, emerge da diverse risposte. Interessante, poi, come alcuni abbiano, a seguito del lockdown, rivisto diverse opinioni sulle relazioni mediate sottolineando come sia importante conoscere le persone dal vivo e non solo in chat, quanto conti il contatto fisico, quanto il lavoro da remoto presenti limiti che prima non si vedevano, soprattutto per chi inizia una nuova attività e deve inserirsi in un gruppo già costituito, quindi non può contare sull'insostituibile contributo facilitante che può offrire l'incontro tridimensionale al processo di conoscenze e nella costruzione di interazioni fondate sull'empatia.

Emerge per qualcuno la sensazione di avere guadagnato del tempo, cosa che ha paradossalmente trasformato l'ansia iniziale in uno stato di relax. Un rovesciamento di segno molto significativo, un limite trasformato in una risorsa.

In questo pare esserci un ritrovata consapevolezza dell'eccesso di frenesia a carico della quotidianità, affiancata alla speranza che le persone capiscano che questo deve cambiare e che il dopo non potrà essere uguale al prima. Un ritorno alle origini, ossia alla metrica pre-Covid-19, non pare un orizzonte auspicabile.

Qualcuno specifica ulteriormente questa speranza, auspicando che l'esperienza fatta porti a rivedere l'organizzazione di molti settori (vengono citati sanità, lavoro e scuola). Oltre alle preoccupazioni sanitarie per sé e per i parenti, cui abbiamo già accennato, qualcuno ha riportato preoccupazioni per il rientro al lavoro, qualcuno teme in maniera più ampia per le ripercussioni economiche e sociali della pandemia, ancora tutte da comprendere.

Rispetto alle misure restrittive delle libertà personali che hanno accompagnato il lockdown, si può dire che la quasi totalità degli intervistati le abbia comprese e condivise. Qualcuno avrebbe preferito misure più calibrate sulle realtà territoriali e meno generiche, a qualcuno non sono proprio piaciute, ma si tratta di pochissime persone. Proposte acute, persino predittive di orientamenti governativi successivi.

C'è qualche diffusa diffidenza nel ri-avvicinarsi alle persone, qualche preoccupazione per il ritorno alla normalità, qualcun'altra per la paura che il comportamento irresponsabile di qualcuno possa far tornare indietro tutti.

Il gruppo sopra i 60 anni è composto da 12 persone, 8 donne e 4 uomini.

Le persone interessate riferiscono di aver vissuto situazioni iniziali di ansia e incredulità, qualcuno di apprensione per un nemico che non si conosceva e che ancora si fatica a conoscere.

In alcuni casi questi stati d'animo sono stati accompagnati da un senso di solitudine anche se la questione più riportata riguarda la forte mancanza dei cari e degli amici che non si sono più potuti frequentare, delle attività quotidiane che sono state quasi completamente annullate insieme all'attività fisica (camminate, piscina...). Qualcuno riporta anche evoluzioni positive, sotto forma di una maggiore compassione per chi è in difficoltà e, in generale, di una maggiore empatia nei confronti degli altri.

Particolarmente apprezzato è stato l'uso delle tecnologie per tenere i contatti e svolgere attività come visite virtuali ai musei, videochiamate con i parenti e gli amici, situazioni che sono comunque riuscite a compensare in piccola parte le tante rinunce che le persone hanno affrontato nella quotidianità, che è stata naturalmente molto impattata.

Rispetto alle attività concrete, molti riportano la scoperta (o la ri-scoperta) di tante cose da fare a casa per occupare il tempo: qualcuno si è dedicato all'orto, qualcuno ha

imparato a fare il pane e ha cucinato di più, qualcuno ha riorganizzato la casa, qualcuno si è dedicato a hobby come la pittura, l'enigmistica...

Come nel gruppo precedente, anche in questo caso qualcuno riporta una ritrovata attenzione per le piccole cose.

Il sostegno nei confronti delle misure di sicurezza adottate è sostanzialmente unanime, una sola persona riporta un giudizio negativo a riguardo.

Gli intervistati esprimono la speranza che la pandemia aiuti a rivedere alcuni stili di vita poco funzionali, ma questa speranza si accompagna al timore che in realtà finisca per peggiorarli.

C'è inoltre il timore che la situazione si prolunghi per tantissimo tempo, unita ad un po' di preoccupazione per la ripresa delle relazioni in presenza.

Cassano d'Adda, 11 novembre 2021

Dott. Domenico Barrilà

Dott. Luciano Barrilà

