

Coronavirus. Quando la psicosi sfocia in razzismo. Come affrontare la paura senza mettere da parte l'umanità

Febbraio 2020 - Giorni intensi per l'Italia, in particolare per il zelante Nord e per la sua capitale, da sempre fucina di idee e progetti, città internazionale proiettata verso il futuro, dove si respira l'aria di capitale europea. Un'aria che sembra si trovi a pagare pegno, ora più contaminata del solito, perché oltre a polveri sottili e via dicendo, è popolata di coronavirus.

Il celebre COVID19 si è insediato nella provincia di Milano riducendola in ginocchio. Gli intraprendenti e inarrestabili milanesi sono stati resi inermi dal terrore più o meno lecito del contagio, i supermercati vengono presi d'assalto così come gli ospedali, e tutto si è fermato. Le scuole, i musei, i cinema, la vita è sospesa, messa in pausa fino a nuovo ordine. Ma non finisce qui. In questi giorni si sono verificati episodi di violenza ingiustificata a sfondo razziale, che vedono come soggetto passivo dell'aggressione persone dai tratti somatici orientali-non necessariamente cinesi-aggrestiti fisicamente in luoghi pubblici solo per la presunta appartenenza a un gruppo etnico considerato un untore.

Abbiamo affrontato il tema con la dottoressa Rossella Valdrè di guidapsicologi.it, per capire cosa succede a livello individuale e collettivo sulla psiche, perché i sentimenti di odio hanno la meglio sullo spirito di solidarietà e unione, se esistono soggetti maggiormente predisposti a sviluppare un certo tipo di comportamento, cosa c'è dietro agli atteggiamenti razzisti e alla dinamica del capro espiatorio, e qualche consiglio per arginare le emozioni e far sì che non si convertano in psicosi.

Coronavirus: in che modo questo genere di situazioni influiscono psicologicamente?

Sono situazioni di grande impatto sulla psiche individuale, ma soprattutto collettiva. Cosa avviene? un evento nuovo, misterioso (anche se la scienza ce lo sta spiegando, ma resta ugualmente misterioso), incurabile, provenuto da luoghi lontani non si sa come, si diffonde rapidamente tra noi nonostante provenga da luoghi così geograficamente distanti, e sembra incontenibile. Anche se siamo nel 2020, i meccanismi psicologici profondi che si mettono in moto sono gli stessi di tutte le epidemie, dalla peste del '600 in poi: scatta un grande senso di paura, angoscia, vulnerabilità, precarietà, assenza di controllo e smarrimento.

Nelle ultime settimane abbiamo letto di almeno tre casi di psicosi da coronavirus trasformarsi in episodi di razzismo. Come mai si sviluppa così tanto odio in una situazione in cui bisognerebbe rimanere compatti?

Collegandomi a quanto detto sopra, di fronte a questa grande e "impredibile" paura, la psiche umana ricorre a meccanismi di difesa che noi psicoanalisti chiamiamo primitivi, cioè la mente è come se regredisce a funzionamenti primordiali, semplici, antichi. I principali sono la proiezione e lo spostamento, inconsci: cosa accade? Tutta la paura e l'angoscia vengono proiettati, cioè messi, messi addosso, a qualcuno che viene individuato come colpevole, e su di lui o su questo gruppo umano si sposta la paura. Così il nemico erano dapprima i cinesi, ora gli italiani che gli altri stati non vogliono, domani potrebbe essere un altro popolo che si infetta: è il meccanismo del capro espiatorio. Il razzismo si basa esattamente sullo stesso meccanismo psichico: identificazione di una popolazione presa a oggetto di capro espiatorio, su cui collocare, letteralmente mettere dentro, tutta la paura e l'angoscia che noi non riusciamo più a contenere. Non è importante l'oggetto, come si

vede, che può cambiare, ma la spinta che la paura crea che è fortissima, cieca, e libera momentaneamente l'individuo collocando "il male," "la colpa" altrove. Razzismo, omofobie, persecuzioni si basano tutte su questi arcaici meccanismi di difesa: alleggerirsi della paura collocandola in un supposto colpevole.

Ci sono profili che hanno maggiori probabilità di sviluppare comportamenti razziali?

Le personalità più fragili e inclini ai sentimenti paranoici, le personalità fobiche, persone, cioè, che già normalmente sono sempre sul crinale, sul confine di sviluppare meccanismi di proiezione e spostamento perché fanno già parte della loro organizzazione di personalità. Ma talvolta sentimenti del genere possono, se stimolati dal gruppo sociale, sorgere anche in persone che normalmente non ne sono coinvolte. Non aspettiamoci sempre, dunque, in questi casi, bontà e collaborazione. Bisogna costruirle.

Un consiglio invece su come controllare le emozioni in questi casi in modo che non diventino psicosi.

Credo che non solo l'individuo, ma le istituzioni siano responsabili di far sì che i sentimenti regressivi umani che abbiamo visto sopra, non prendano la mano, non abbiano la meglio, ma siano ragionevolmente contenuti. Deve prevalere la ragione e la razionalità, da cui poi può nascere la solidarietà. Le istituzioni sono come padri di famiglia, diciamo, che in questi casi senza tergiversare prendono in mano le situazioni e le governano senza incertezze, creano regole, leggi, confini tra ciò che si può e non si può fare; la gente non va lasciata sola.

Dobbiamo, ognuno di noi, imparare a vivere con la nostra umana precarietà, l'estrema vulnerabilità che ci rende davvero, come diceva il poeta, soli sul cuore della terra trafitti da un raggio di sole. Nei limiti del possibile, è bene non sconvolgere la propria vita e mantenere gli impegni presi, continuare le proprie cose, questo dà un senso di continuità del vivere di cui abbiamo bisogno; purtroppo questo non è possibile per i cittadini dei comuni colpiti, la cui libertà si è vista grandemente ridotta, e soprattutto i più giovani certamente ne soffrono.

Consiglierei quindi di continuare per quanto possibile le proprie attività, tenersi informati a livello internazionale per avere un ampio panorama e non sentirsi le uniche vittime colpite, e fare assolutamente appello alla ragione, alla pazienza e alla solidarietà.