

**Q**uali sono le conseguenze della pandemia sulla psiche? Come si può affrontare nel miglior modo possibile questo difficile momento? In tutti i paesi del mondo, le conoscenze dell'influsso di questo evento sulla salute mentale sono ancora limitate e non tutti conoscono il grande contributo che la psicologia può dare. La domanda di interventi psicoterapeutici è aumentata e s'incrementerà notevolmente nei prossimi mesi e anni. È necessario dare risposte concrete a queste richieste e per farlo, l'Istituto di Gestalt Hcc Italy, con sedi a Siracusa, Palermo e Milano, ha organizzato un seminario online "Nuove sfide cliniche: dialogo tra diversi approcci psicoterapeutici" della durata di due giorni, durante il quale sono intervenuti psicoterapeuti di diversi approcci. L'istituto fondato nel 1979 ha collaborato con alcuni dei fondatori della psicoterapia della Gestalt. Ad aprire i lavori è stata la direttrice dell'Istituto, la dottoressa Margherita Spagnuolo Lobb, psicologa, psicoterapeuta, ricercatrice e didatta internazionale spiegando che la condizione generata dalla pandemia ha minato le importantissime certezze che sono alla base dell'individuo: "L'aria che respiriamo può essere piena di virus. Ciò rende non sicura la nostra fisiologia del respiro. Questa condizione si è inserita in una situazione sociale già precedentemente compromessa, creando un forte grado di desensibilizzazione, soprattutto nei giovani, con una conseguente difficoltà, di vivere le relazioni, a sentire le proprie emozioni. Di qui i casi in aumento di depressione, violenza, dissociazione, disturbi da dipendenze da alcol, droghe, gioco d'azzardo, web, alimentari, relazionali". "La pandemia ha scatenato la paura dell'impotenza", ha aggiunto Albino Maluso, psicologo psicoterapeuta della Gestalt, docente dell'Istituto di Gestalt HCC Italy, "Rievocando le più profonde angosce dell'uomo di fronte all'ignoto ed alla morte. Il covid 19



Dott.ssa Margherita Spagnuolo Lobb

## L'impatto della pandemia Covid 19 sulla salute mentale

### Dialogo sulle sfide attuali della psicoterapia

è una minaccia che non siamo in grado di controllare. Eppure questo fenomeno così drammatico, potrebbe rappresentare anche un'occasione di crescita". E di possibilità di profondi cambiamenti, ha parlato anche Pietro A. Cavaleri, didatta dello stesso Istituto: "È il crollo dell'idea di un mondo sicuro, la fine del mito della scienza di cui già Michel Foucault aveva parlato. Ma dove c'è una disgregazione, esiste anche la necessità di creare una nuova dimensione". "Se questa sarà positiva o negativa dipende soltanto da noi", ha affermato la psicoterapeuta psicoanalitica Annibale Bertola che ricordando lo slogan, "Andrà tutto bene", molto diffuso nel corso del primo periodo della pandemia, ha aggiunto: "La possibilità di concretizzare queste parole, dipende soltanto nelle nostre scelte". E la dottoressa Fabiola Maggio, psicologa e psicoterapeuta della Gestalt, didatta dell'Istituto di Gestalt Hcc Italy, ha precisato che potrebbe essere utile nel direzionarci verso nuove dimensioni, di

venire profondamente consapevoli dell'importanza che il corpo, ed il corpo in contatto riveste". "E sì, perché siamo animali sociali e la pandemia almeno ce ne ha fatto avere la certezza". Ha aggiunto Maria Mione, psicologa, psicoterapeuta della Gestalt, didatta dell'Istituto Hcc Italy. "La dimostrazione è nel massimo utilizzo che abbiamo fatto dei mezzi della rete, che non sostituiscono l'incontro in presenza, ma almeno ci hanno tenuti vicini". Se la distanza fisica è stata colmata dall'uso degli ausili tecnologici, non è accaduto lo stesso per la distanza psichica, ha spiegato Daniele La Barbera, titolare della Cattedra di Psichiatria della Scuola di Medicina dell'Università di Palermo: "In psicoterapia anche variazioni minime dei gesti, della mimica, trasferiscono messaggi importanti da parte del paziente e del terapeuta. È pur vero però, che la distanza non sempre scompare automaticamente quando si è in presenza. Si può essere abbracciati, ma avere una lontananza psichica enor-

me, se l'abbraccio non è pieno di calore e autenticità". "Ma il nostro compito è riuscire ad essere flessibili, alle condizioni e al contesto in cui ci troviamo a vivere, sia come persone, sia come psicologi e psicoterapeuti", ha affermato il prof. Franco Di Maria, professore di "Teoria e tecniche della dinamica di gruppo" presso l'ateneo palermitano. E il covid è anche e soprattutto morte. E per superarne la paura, suggerisce Pierluigi Lattuada, medico e psicoterapeuta, transpersonale: "Non bisogna condurre una vita nella quale la morte è stigmatizzata, in cui se ne ha paura, considerandola un male, la fine. Così è certo che quando arriva è molto più difficile affrontarla. Il mio è un invito ad uno sguardo più ampio, ad osservare l'evidenza che la vita è nascita, esistenza e morte, che il nostro passaggio sulla terra sin dall'origine, è destinato a finire". Può essere di aiuto però, un sostegno adeguato ai cari nel momento della morte e questo viene negato al tempo della pande-

mia. Ne ha parlato Rossana Militello, psicologa e psicoterapeuta della Gestalt, docente presso l'Istituto di Gestalt Hcc Italy, "Si è vissuta una condizione eccezionale in cui non è stato possibile salutare le persone care. E cosa succede nell'esperienza di chi vive il lutto mancato, quando il sé rimane ingabbiato in una sorta di aura sospesa, che non concede di tornare indietro, ma non lascia neanche andare avanti? Il processo del lutto invece, è un flusso che ci porta oltre". Al termine del convegno i relatori hanno salutato i numerosissimi partecipanti, con calore e gioia nonostante le distanze. "Il nostro compito è quello di aiutare, e quando lo facciamo ci sentiamo bene", ha concluso Margherita Spagnuolo Lobb. Altri relatori sono stati: Teresa Borino: psicologa, psicoterapeuta, specializzata in medicina psicosomatica e in riabilitazione equestre. Didatta presso la scuola di specializzazione in psicoterapia della Gestalt Hcc Italy. Michele Cannavò: psichiatra, psicoterapeu-

ta. Segretario della EAGT. Didatta presso la scuola di specializzazione in psicoterapia della Gestalt Hcc Italy. Giuseppe Cannella: psichiatra e psicoterapeuta. Lavora in Sicilia con M.E.D.U. (Medici per i Diritti Umani) in progetti rivolti ai migranti, sostenuti dall'O.N.U. Didatta presso la scuola di specializzazione in psicoterapia della Gestalt Hcc Italy. Barbara Crescimanno: psicologa, psicoterapeuta. Supervisore del Centro Clinico e di ricerca in Psicoterapia di Palermo. Didatta presso la scuola di specializzazione in psicoterapia della Gestalt di Hcc Italy. Gina Merlo: psicoterapeuta della Gestalt. Ha operato nelle aree di orientamento scolastico-professionale, prevenzione, consulenze peritali, riabilitazione neuromotoria, tossicodipendenze. Didatta presso la scuola di specializzazione in psicoterapia della Gestalt di Hcc Italy. Giuseppe Sampognaro: lavora come psicologo presso l'Unità di neuropsichiatria infantile dell'ASP di Siracusa. Didatta presso la scuola di specializzazione in psicoterapia della Gestalt di Hcc Italy. Fabio Di Pietra: responsabile del servizio psichiatrico diagnostico e cura presso l'ospedale di Canicattì. Carla Fani: medico, neurologo, psicologa, psicoterapeuta della psicosintesi. Susanna Federici Nebbiosi: psicoanalista relazionale. Luigi Janiri: professore di psichiatria presso la facoltà di medicina dell'università Cattolica e presso il corso di laurea in Psicologia Clinica della LUMSA. Franco La Rosa: medico umanista. Primo emerito di Psichiatria, Socio Analista CIPA (Istituto per l'Italia Meridionale). Matteo Lancini: psicologo e psicoterapeuta. Docente presso il dipartimento di psicologia dell'università Milano-Bicocca. Maria Luisa Manca: psicoterapeuta, analista bioenergetica. Susanna Marotta: psicologa, psicoterapeuta della Gestalt. Esperta in psicologia giuridica e forense.