

Parlando con il Covid

di Massimo Recalcati

in "la Repubblica" del 15 maggio 2020

Mentre nuvole scure si addensano al nostro orizzonte legate alle profonde perturbazioni economiche e sociali della pandemia, la mappa della sofferenza psichica generata dal Covid 19 appare frastagliata e per certi versi sorprendente. Il primo paradosso che registro nel mio lavoro clinico è che non aumentano solo i sintomi (angoscia, fobie, ritiro sociale, insonnia, depressione, difficoltà sessuali), ma anche strane forme di benessere.

Per provare a comprendere quello che sta accadendo conviene tenere presente una osservazione clinica di Freud: l'apparizione di un tumore può guarire il soggetto da una grave psicosi. È qualcosa che stiamo sperimentando: l'irruzione di un reale orribile — quello del tumore o del Covid 19 e delle sue conseguenze non solo sanitarie ma anche economiche e sociali — si rivelano assai più violente del delirio. Se lo psicotico vive separato dalla realtà, il trauma del tumore o del virus lo riporta bruscamente ad una realtà che non può più essere aggirata, liberandolo paradossalmente dalle sue angosce più deliranti. In parole più semplici la realtà si sarebbe fatta più delirante dello stesso delirio!

Non deve allora stupire se quadri soggettivi gravemente compromessi mostrano segni di miglioramento in una condizione come quella che stiamo vivendo. Lo stesso accade, almeno nella mia esperienza, con quei giovani pazienti che da anni vivevano volontariamente tagliati fuori dal mondo, reclusi nella loro camera, separati da ogni forma di relazione sociale che, con le nuove condizioni di vita dettate dalle misure del distanziamento sociale, manifestano invece un inatteso ritorno alla socializzazione, al dialogo coi loro genitori, alla riapertura della loro vita. Leggo in questo cambiamento di posizione un insegnamento: tornano alle relazioni proprio quando le relazioni vengono interdette, ma, soprattutto, quando esse appaiono spogliate di ogni contenuto performativo.

A rovescio, per tutti coloro che in modi diversi vivevano l'obbligo dell'essere in relazione come una fonte di disagio permanente, il Covid 19 ha consentito di rifugiarsi nelle proprie dimore. In questi casi la quarantena non è stata un incubo, ma un sogno che si realizza: vivere solitari senza dover più sopportare il peso psichico della relazione, trasformando la propria casa in una tana.

Non è allora così infrequente — ed è questo un nuovo sintomo provocato dall'epidemia — verificare la difficoltà diffusa a ritornare all'aperto, ad abbandonare il chiuso.

Nulla come il confinamento ha realizzato il miraggio della decontaminazione e della sicurezza assoluta.

Il distanziamento sociale non si manifesta solo come un'esigenza sanitaria, ma anche come un fantasma arcaico dell'essere umano: evitare lo sconosciuto, l'aperto, l'ignoto. Non c'è dubbio che per diversi soggetti il confinamento si sia rivelato una soluzione radicale del problema della relazione. Una nuova pulsione claustrofilica si è sviluppata accanto all'angoscia claustrofobica che ha spinto invece molti a desiderare di ritornare il prima possibile all'aperto.

Poi ci sono ovviamente i chiari aggravamenti che sono di gran lunga più numerosi: angoscia di impoverimento legata alla precarizzazione della vita, angoscia depressiva accompagnata a fenomeni di insonnia, crisi di panico, impotenza sessuale, somatizzazioni varie. Si tratta di una particolare configurazione depressiva che anziché patire il peso del passato — il depresso vive sempre all'ombra di ciò che sente di aver perduto nel proprio passato —, mostra quanto il sentimento della perdita investa il nostro futuro realizzandosi nella fantasia apocalittica di non ritrovare più il mondo come lo conoscevamo prima.

Anche per coloro il cui narcisismo necessitava dello specchio degli altri per rendere la propria vita vivibile, il confinamento ha avuto un effetto depressivo segnando il ripiegamento mesto della loro immagine appassita perché privata del nutrimento necessario dello sguardo degli altri. In questi casi il ricorso al cibo, all'alcool, o a qualunque altra sostanza, unito ad una irritabilità di fondo, si è

incentivato. In particolare, il cibo appare come lo strumento più facilmente a portata di mano per compensare un difetto di gratificazioni sociali.

La quarantena ha messo alla prova le nostre risorse emotive più profonde. Ha imposto una benefica disintossicazione psichica dalla nostra iperattività e dalle nostre dipendenze quotidiane più inessenziali costringendoci ad una sorta di introversione obbligatoria.

Per questa ragione la frustrazione legata alla privazione della libertà ha colpito soprattutto i giovani e i bambini e, in seconda battuta, quegli adulti più simili ai giovani e ai bambini, ovvero più incapaci di coltivare interessi profondi senza ricorrere alla convivialità dell'incontro o alla socializzazione. Sarà molto probabile con la progressiva riapertura attendersi un incremento considerevole delle fobie sociali. Un paziente gravemente ossessivo mi ha confidato uscendo di casa per la prima volta dopo una lunga quarantena di aver visto con sorpresa che il mondo assomigliava al suo sintomo: angoscia di contaminazione, ritualizzazione, lavaggi ripetuti delle mani, ossessione per lo sporco, distanziamento ed evitamento del contatto con i propri simili. «Mi sembrava di essere a casa», ha concluso non senza una certa soddisfazione.