
Covid-19 e salute mentale: La Barbera (Univ. Palermo), “bene tecnologia ma interazione ha bisogno di corpo e di sguardi”

“Per cautelarci nei confronti del virus e attuare al meglio le norme di sicurezza, i nostri comportamenti fisiologici si sono dovuti avvicinare a quelli psicopatologici”. La pandemia ha insomma “sdoganato” condotte ossessivo-fobiche come: lavarsi le mani ripetutamente e disinfettarle, attenzione estrema alla possibilità di entrare in contatto col virus, ipercontrollo, protezione dal contatto con gli altri. A rilevarlo è Daniele La Barbera, professore di psichiatria all’Università di Palermo, intervenendo al convegno “Chiesa italiana e la salute mentale 4. Pandemia Covid-19. Effetti sul benessere mentale e relazionale”. Sottolineando le “forti spinte emotive e irrazionali” attivate dalla pandemia, evento eccezionale e senza precedenti, lo psichiatra si è soffermato sul mutamento tecnologico nel metodo della psicoterapia causato dall’emergenza Covid. La psicoterapia a distanza, ha spiegato, utilissima durante il lockdown, va considerata “come una forma differente di interazione psicologica”. Tuttavia, il rapporto diretto e la corporeità sono necessari: “uno degli scopi della psicoterapia” è “creare uno spazio sicuro per la riflessione, senza interruzioni, per dare ad ogni momento il significato e il valore che gli sono propri”, ma in una relazione sono importanti “la potenza e l’intenzionalità degli sguardi” e il “vissuto del corpo, la sua attività fisica, i suoi ritmi, la sua respirazione”.

Giovanna Pasqualin Traversa