

ELABORATO DI UNA CATASTROFE

(minoranza di una frazione di Aq, campione di 120 persone circa dai 16 mesi ai 89 *anni*)

DOTT.SSA CHIARA FERELLA- laureata in Psicologia, Tirocinante, Iscritta con riserva al I Anno di Specializzazione in Psicoterapia di indirizzo antropologico Psicoanalitico (IPAAE)- Pescara.
In Collaborazione con la **Sezione SIMP di Pescara** (Coordinatore: Dott. F. Agresta)

"L'AQUILA 6 APRILE 2009 ORE 3:32"

Ciò che ha sempre distinto l'uomo dall'animale è l'uso della parola: ma non c'è parola che possa racchiudere il significato di ciò che si è provato la sera del 6 aprile, in quell'istante in cui tutto è finito e che possa descrivere appieno ciò che è rimasto in fondo ai nostri cuori.

Un grande boato, una forza di movimento che va al di là dell'immaginazione e poi solo buio, grida e rumori di tutto ciò che sta crollando.

Siamo stati gli spettatori del film della nostra vita, incapaci di tenere un sano contatto con la realtà, perché tutto intorno sembrava surreale, solo frutto di una perversione e distorsione della nostra mente...Ma, purtroppo è la dura realtà!

Smarrimento, confusione, forti giramenti di testa, sono le primissime sensazioni provate; si piange, ci si abbraccia tutti e si corre verso le grida di chi è ancora prigioniero delle macerie.

Si scava con le mani per salvare più vite possibili proprio nel momento in cui speranza e solidarietà sembrano essere l'unica morale di ognuno.

Molti hanno salvato la propria vita proprio grazie alla paura provata nella scossa delle ore 23.00 andando a dormire in macchina.

Già dopo la prima mezz'ora si va in giro per capire meglio cosa sia accaduto ed il panorama rinvia la mia mente ad alcune immagini di pellicole di guerra ma, questa, è solo la spettrale realtà.

Le persone più anziane sono rimaste immobili e senza parole con il terrore disegnato in volto. Hanno vissuto l'orrore della Grande Guerra, la paura dei bombardamenti, delle razzie, delle deportazioni.

Ma questa volta nei loro occhi traspare un dolore ben diverso: è questa per loro la vera catastrofe, la più drammatica.

I bambini più piccoli, cercano solo del cibo e quelli più grandicelli piangono e ripetono sempre la stessa parola: **terremoto!**

Per tutti lo sguardo è perso nel vuoto. In molti la paura ha provocato frequenti scarichi di diarrea senza tener conto della gran quantità di lacrime versate!

Durante la prima settimana i nostri corpi continuavano a tremare, nervi e muscoli si contraevano involontariamente, scaricando intensamente come un cavo dell'alta tensione.

Se guono incessanti altre scosse: l'adrenalina va in circolo velocemente, il cuore pompa all'impazzata mentre i nostri sguardi sono sempre rivolti verso ciò che rimane delle nostre case.

Abbiamo già messo a dura prova i nostri nervi ed un senso di esasperazione si impadronisce di noi: non ci rimangono più le forze per sopportare e reagire a questa continua catastrofe.

Ad ogni rumore tutti fanno un balzo, abbiamo paura di tutto.

I nostri sensi sono distorti ed esasperati: sembra come se li avessimo amplificati.

La cognizione spazio-tempo è distorta a tal punto di sembrare di non riuscire più a camminare in modo corretto e soprattutto sentire sotto i nostri piedi l'instabilità del terreno.

Ci si commuove nel vedere così tanta solidarietà, gli aiuti arrivano da ogni parte d'Italia e ci si aggrappa a quelli che finora sono stati estranei per noi pur avendo condiviso lo stesso edificio.

Ci si affeziona a tutti e tutti ai nostri occhi diventano più buoni e più affidabili.

In tutto ciò si può riscontrare una sorta di regressione allo stadio infantile nella quale si necessita di una balia così forte da poter essere il punto di riferimento. Si ri-instaurano relazioni interrotte da tempo ed ognuno cerca di dare il meglio di se stesso.

Le risposte soggettive sono simili nonostante l'autenticità nel provare emozioni di ogni singolo individuo.

I sistemi di comando delle emozioni di base sono stati esasperati dalla condizione di rilevante significato biologico e psichico ed hanno assunto un valore aggiunto utile alla sopravvivenza.

La frustrazione che attiva il sistema di rabbia-collera, la sensazione di perdita, sconforto e morte che attiva il sistema di panico, il trauma subito che attiva quello di paura e la compensazione del vuoto interiore tramite enormi quantità cibo che attiva il sistema di ricerca.

Le reazioni psicosomatiche più comuni sono soprattutto cutanee come se il corpo avesse preso le sembianze della casa.

Dermatiti, secchezza del cuoio capelluto con presenza di forfora e lunghezze bruciate, labbra screpolate.

L'esteriorità del nostro essere rappresentata dalla fisicità si è sovrapposta e fusa con l'esteriorità del nostro habitat: deterioramento fisico, psichico, materiale.

L'identità di ogni singola persona è andata persa e sepolta sotto le macerie: nessuno sa più chi sia, cosa debba fare, dove andare.

Avendo smarrito anche la propria autenticità sembra che ognuno si fonda in un'unica entità che accomuna il destino di tutti.

L'equilibrio psichico e fisico interrotto dalla grande forza della natura mette in luce disagi ed inadeguatezze.

Le abitudini vengono stravolte, i ritmi circadiani sono alterati e nelle ore serali scende su di noi come un velo di angoscia che svanisce con i primi raggi del sole.

Ed è proprio durante la sera che la comunità si riunisce in una sorta di grande famiglia perché è con il buio che è finito tutto e si cerca di affrontarlo stando insieme e svegli il più possibile.

Si cerca di nominare il meno possibile il "mostro" con una suggestione ma si continua purtroppo a celarlo nei discorsi, nelle azioni.

I nostri meccanismi di difesa mettono in atto fortunatamente una serie di strategie che cercano di preservare ciò che è rimasto della nostra integrità.

Non si può credere che le nostre vite siano potute cambiare così drasticamente ed infatti si può riscontrare una sorta di negazione ad occhi aperti, perché si percepisce e si guarda l'accaduto ma, in realtà, non si vuole vedere ed accettare la realtà dei fatti. Lo straordinario meccanismo della *rimozione* inizia a dare i propri frutti dopo la prima settimana: non ci si ricorda più di tutti quei particolari raccontati mille volte, quei trenta secondi vissuti con la stessa intensità di una vita.

Naturalmente i sogni non vengono ricordati durante le prime due settimane per le prime due settimane in quanto la destrutturazione del nostro Super-Io evidenzia la perdita della nostra identità.

Seguono solo *sogni di distruzione, di macerie e di morte di parenti prossimi*.

Il ricordo del sogno è confuso ma intriso di angoscia e tristezza, a volte viene ricordato solo un singolo particolare che rimanda sempre allo stesso tema: la *morte*.

I disegni dei bimbi raffigurano case dai colori scuri ed il loro gioco preferito è ripercorrere il drammatico momento: si abbracciano ed iniziano ad urlare "*il terremoto, scappiamo!*".

Nella loro ingenuità e spensieratezza si legge il disagio di non avere un tetto, la normalità, il quotidiano.

In seguito, la sopportazione della convivenza inizia ad esser stretta per tutti ed iniziano i primi screzi, i malumori.

Ciò è dovuto da tutto il disagio e dall'apatia dei giorni ma anche e soprattutto dal fatto che il *mostro* non vuole lasciarci in pace.

Il territorio non può più esser marcato e l'istinto dell'uomo di essere il re dei suoi spazi intimi che non ci sono più, ne risente.

Ora la nostra normalità è dividere una tenda e consumare un pasto seduti in grandi tavolate.

L'iniziale incapacità di reagire di fronte alla catastrofe si è trasformato nei giorni seguenti in voglia di ricostruire i propri ideali, la propria vita!

Infatti, c'è chi si laurea, chi si sposa, chi mette al mondo un figlio, chi inizia una nuova storia d'amore... tutto all'insegna della rinascita e di una vita migliore

Una Pediatra di base: un ascolto olistico e psicosomatico

**Dott.ssa Forcucci Rossella, Pediatra
(Pescara)**

06 Aprile 2009 ore 3, 32: una data e un orario che non dimenticheremo facilmente, almeno noi Abruzzesi.

Pertanti secondi la terra ha tremato e ha ceduto, in pochi secondi la vita di tanti è cambiata.

Il cambiamento più eclatante è stato sotto gli occhi di tutti e le televisioni l'hanno mandato in onda per ore: case distrutte, voragini nella terra,

L'Aquila una gran bella città senza più i suoi connotati.

E per le persone?

Qualunque cosa si dica è inevitabilmente scontata, già sentita.

Allora attingo alla mia esperienza di Pediatra.

Lavoro sulla costa dove in tanti sono venuti sfollati, tante le storie di dolore, di paura, ma anche di salvezza, di speranza.

Il dolore degli adulti un po' l'abbiamo immaginato, o meglio lo abbiamo patito proiettando su di loro le nostre vite di madri, di padri, sorelle, fratelli...

C'è però un'epoca della vita, l'Infanzia, in cui gli avvenimenti drammatici sono vissuti e introiettati in maniera diversa.

Che bella l'Infanzia!

Tutto è sogno, aspettativa, desiderio di crescere, di entrare nel mondo dei grandi. Chi sa che dicono i grandi, quante cose importanti fanno.

E ora?

I Grandi piangono, si disperano, scappano dal terremoto ed io Bimbo a chi confiderò la mia paura, chi mi aiuterà, chi mi ridarà i sogni?

Per alcuni di loro è "franata" l'esistenza perdendo le persone più care: genitori, nonni, zii...; per altri, è andata distrutta la propria casa, non importa se grande o piccola, bella o brutta ma capace di contenere i sogni, i desideri, capace di alleggerire le malinconie, le tristezze.

Ora ai Bimbi rimane il *proprio piccolo corpo per comunicare le emozioni* e così il cuore si sfoga piangendo in un impeto d'immotivata paura; la pancia fa male; un febbrone li assale perché anche il sistema immunitario, per un attimo, ha ceduto.

La vita è cambiata, non sanno se tornerà a essere quella di prima, qualcosa ha tolto loro l'aria di sempre e ora non sanno respirare, fischi e gemiti invadono il torace in un ansimante broncospasmo.

Che bella l'Infanzia!

Corre in loro aiuto l'immediatezza dei nuovi rapporti, l'elasticità nell'accettare i cambiamenti, le fantasie di ritrovare i propri spazi.

L'adulto ha bisogno dell'emergenza emotiva per aprirsi all'altro, per portare fuori la propria anima.

Il bambino lo fa sempre, senza preconcetti, senza finalità se non quella di sentirsi unito a un altro nell'affrontare la vita.

E così dal pianto si passa al riso, al gioco, anche, paradossalmente, alla festa di ritrovarsi a mangiare insieme nei campeggi, negli alberghi.

Si va a dormire un po' più tardi, magari con i cugini o gli amici in un'unica stanza, con i letti a castello.

Per un po' non ci sono tante regole ma la voglia di stare insieme.

Sì, anche mamma e papà hanno riscoperto nonni o zii che non si frequentavano tanto.

Improvvisamente ci si accorge che la propria famiglia è grande, che bello stare tutti insieme!

Ai bambini basta poco per tornare a sorridere, a respirare; basta guardare i grandi che ora sembrano volersi più bene, che ora finalmente sembrano grandi!