

Monica Bononi è soccorritrice e psicologa dell'Unità di crisi

«Vedere la luce in fondo al tunnel è una necessità»

LEGNANO

(asr) «Vedere la luce in fondo al tunnel è una necessità»

in fondo al tunnel è una necessità. Soprattutto in frangenti come questo». Ne è convinta **Monica Bononi**, psicologa e volontaria della Croce rossa italiana che opera nell'Unità di crisi di Regione Lombardia come membro del Servizio psicosociale che offre supporto psicologico per i soccorritori della Cri.

«Non è facile ma è importante per tutti noi ricordare che gli sforzi che stiamo facendo, dei quali per ora percepiamo solo la fatica, porteranno un risultato» aggiunge la legnanese. Un po' come nella corsa, il suo sport preferito.

Trentasei anni, originaria di Parabiago ma residente nella città del Carroccio, Monica è entrata in Croce rossa («la mia seconda famiglia») nel 2005 e presta supporto psicosociale da dieci anni, dopo aver conseguito la laurea specialistica in psicologia clinica (più tardi si è specializzata anche in psicoterapia). Il suo compito è quello di aiutare i colleghi a preservare il proprio benessere psicologico, che a volte può risultare minato dagli scenari nei quali si trovano a operare. Tanto più in situazioni di emergenza quali disastri naturali o pandemie.

«Sono stata chiamata a prestare servizio nell'Unità di crisi, come membro del Servizio psicosociale, il giorno dopo l'annuncio del primo contagio

da Coronavirus in Italia» (l'ormai celebre paziente 1 di Codogno). All'inizio il compito di Monica era quello di aiutare i volontari e lo staff della Croce rossa a gestire un carico emotivo particolarmente gravoso, poi, su richiesta dei Vigili del fuoco di Bergamo e dell'Ordine degli psicologi della Lombardia, il Servizio psicosociale si è messo a dispo-

sizione anche della cittadinanza e di altri gruppi.

«Da due mesi abbiamo aperto una linea telefonica riservata al personale della Cri. I soccorritori sanno che ci possono contattare, ma non ci limitiamo a rispondere alle richieste di aiuto, bensì chiamiamo direttamente gli equipaggi coinvolti in servizi legati al Covid-19, per capire qual è l'impatto emotivo».

La paura è un tema molto forte su cui il team di supporto psicologico sta lavorando: è il minimo comune denominatore di quest'emergenza sanitaria. Paura di essere contagiati, di contagiare a propria volta, di finire in quarantena, della solitudine...

«In queste settimane i soccorritori stanno accusando il colpo del cambio di gestione del servizio imposto dalla pandemia. L'equipaggio è sempre formato da tre operatori, ma ora a entrare in casa per soccorrere persone con sintomi che potrebbero essere ricondotti a infezione da Covid-19 è soltanto uno: solo lui si barda con tuta e visiera, oltre a guanti e mascherina. Inevitabile sentirsi soli, inevitabile avere paura, inevitabile, dopo due mesi, avvertire un carico di fatica crescente. E parlo proprio di fatica fisica».

Il contraccolpo dovuto a una così lunga esposizione allo stress, alla tensione e alla sofferenza emotiva non si manifesta solo negli addetti ai lavori, ma anche nella gente comune: a essa si rivolge il filo diretto telefonico coordinato dall'Ordine degli psicologi della Lombardia e gestito dalle realtà di psicologia delle emergenze, tra le quali appunto il Servizio psicosociale della Croce rossa, che risponde tutti i giorni, dalle 9 alle 18, allo 02.82396234. Alla dome-

nica è proprio la Cri a gestire le chiamate: «Ci telefonano persone che cercano semplicemente un po' di conforto, che hanno bisogno di sentirsi dire che "andrà tutto bene"; ma anche chi già prima di questa situazione avvertiva stati di angoscia o viveva vere e proprie patologie; e ancora chi è stato colpito direttamente dal virus, per essersi ammalato personalmente o perché il contagio ha riguardato un familiare».

A loro, Monica e i suoi colleghi cercano di mostrare quella luce in fondo al tunnel cui tutti aneliamo.

«Ma attenzione, alimentare

la speranza non significa abbassare la guardia. Ci tengo a dirlo molto chiaramente. C'è chi aspetta con ansia il 4 maggio come se fosse un "liberi tutti". Non va dimenticato che si tratta invece di una ripartenza parziale e graduale e che, a fronte del progressivo allentarsi delle limitazioni delle libertà personali che hanno caratterizzato il lockdown, tutti noi saremo chiamati a una maggiore assunzione di responsabilità. Oltre che a rivedere il nostro concetto di normalità e quotidianità. È

una sfida particolarmente impegnativa perché in questo caso il nemico è invisibile e il rischio è di sottovalutarlo. Ho prestato servizio in Emilia dopo il terremoto: in quel tipo di emergenza la percezione del pericolo è immediata, la devastazione è sotto i tuoi occhi in ogni momento. In una pandemia è diverso: se non sei toccato da vicino dal contagio, per via della professione che svolgi o perché il virus ha infettato te o persone che ti sono vicine, rischi davvero che la minaccia, drammaticamente



reale ancorché incorporea, venga ignorata».

Finito il suo lavoro, Monica torna a casa e «stacca». «Riuscire a farlo è fondamentale - spiega - Vivo sola, ad aspettarmi c'è Netflix: preferirei andare a correre ma per il momento mi devo accontentare delle mie serie preferite. Confesso che sì, anch'io sto contando i giorni che ci separano dal 4 maggio, ma solo per poter fare finalmente una corsetta. E ovviamente per rivedere i miei genitori».

Serena Agostani



Monica Bononi, 36 anni, volontaria della Croce rossa italiana e psicologa del Servizio psicosociale della Cri