

## Via la mascherina, l'Europa si spoglia: ecco dove l'obbligo è già caduto

[Arianna Cioffi](mailto:a.cioffi@agenziadire.com) a.cioffi@agenziadire.com

- 17 Giugno 2021

Mentre in Italia si discute se abolire l'uso all'aperto dal 15 luglio, c'è chi ha già detto addio alla mascherina per strada e anche al chiuso. Ma gli psicologi avvertono: "Il ritorno alla normalità non sarà facile per tutti"

ROMA – Mentre in Italia si discute dell'eliminazione dell'uso della mascherina all'aperto, diversi Paesi hanno già introdotto questa misura: dalla **Polonia**, dove l'obbligo è decaduto già un mese fa, alla **Francia**, dove l'obbligo decade da oggi, passando per **Grecia, Belgio e Germania**. In molti di questi Paesi, tuttavia, è necessario indossare la mascherina in strade o luoghi molto affollati. Guardando oltre i confini europei, **in Israele l'obbligo di indossare la mascherina è decaduto anche nei luoghi chiusi** e oltreoceano, a New York dove è stata raggiunta l'immunità di gregge e i cittadini vaccinati possono girare senza mascherina.

### LA PSICOLOGA QUAQUERO: "CI SIAMO ABITUATI A ESPRIMERCI CON GLI OCCHI"

Per quanto riguarda la decadenza dell'obbligo delle mascherine all'aperto in Italia, probabile dal 15 luglio, **Angela Quaquero**, presidente dell'Ordine degli psicologi della Sardegna, si aspetta "un'accoglienza molto buona in generale, poi ovviamente ci saranno delle eccezioni". E proprio iniziare a non portarle nei luoghi aperti "penso possa tranquillizzare tutti", aggiunge. "In questo anno e mezzo – ricorda quindi la psicologa – **ci siamo abituati a esprimerci con gli occhi** e a decodificare le espressioni degli occhi degli altri. Ma certamente poter vedere tutto il viso e le sue espressioni, il sorriso delle persone, dà completezza al **linguaggio non verbale che è il linguaggio dell'affettività**, quello che ci è mancato più di tutto. Questo significa che – ammonisce però la presidente degli psicologi sardi – dovremo essere molto responsabili e utilizzare con attenzione questo grande regalo che in questo anno e mezzo abbiamo capito che non è affatto scontato. Questa normalità è un bene da tenere molto stretto".

### "NON TUTTI ACCOGLIERANNO BENE L'ELIMINAZIONE DELL'OBBLIGO DELLA MASCHERINA"

L'accoglienza di questo primo, ritrovato spazio di normalità, non sarà tuttavia uguale ed entusiasta per tutti. "Non tutti e non subito potranno accogliere positivamente questo cambiamento – chiarisce la psicoterapeuta – perché **ci sono persone che hanno maturato timori, paure e addirittura fobie in questo lungo periodo di emergenza** e mi aspetto che queste persone non toglieranno la mascherina e saranno molto preoccupate. Il disagio in questo senso c'è, è molto diffuso e lo vedremo nel medio e nel lungo periodo. Le persone che hanno sviluppato questi sentimenti avranno bisogno di più tempo e più interventi di sostegno. Ma – conclude la presidente degli psicologi sardi – confido che **il ritorno a una gestualità più normale, rilassata e affettiva crei un ambiente favorevole per tutti**".

## LA PSICOLOGA GULINO: “RITORNO ALLA NORMALITÀ NON SARÀ IMMEDIATO, NON SIAMO ROBOT”

“Sicuramente il provvedimento di togliere le mascherine vuol dire che la campagna vaccinale, che lo scorso anno nessuno di noi avrebbe mai immaginato potesse essere così veloce, sta funzionando. C’è un calo dei contagi e questo mette più comodi i nostri politici, che gestiscono le nostre vite con ordinanze, decreti e dpcm, a riaprirci alla normalità. Ma **la riapertura deve essere graduale, perché siamo esseri umani, non robot, non macchine che hanno il tasto off/on**, per cui premi il tasto su off e ti disattivi, mettendoti in una situazione di disfunzione, poi premi il tasto su on e immediatamente ti attivi”. **Maria Antonietta Gulino**, presidente dell’Ordine degli Psicologi della Toscana, non ha dubbi sulla capacità degli esseri umani di adattarsi e riadattarsi ma, al contempo, sottolinea la necessità di prendersi tutto il tempo necessario per mettere da parte le abitudini di questo ultimo anno e mezzo e tornare alla normalità del pre-pandemia. “Siamo esseri umani – ribadisce – che in questo anno e mezzo hanno dovuto stravolgere le loro abitudini di vita. Ogni cambiamento prima di essere accettato e assimilato ha bisogno di tempo e quando finalmente viene assimilato e inglobato nel proprio modo di vivere, ci vuole tempo per cambiarlo. **Ci siamo dovuti abituare alla sanificazione, alla distanza, alle mascherine**. Riabituarsi a un altro modo di vivere, seppure più agevole, perché dovremo ritornare poco per volta a una normalità, non sarà una cosa così immediata”.

## “MASCHERINA COME UNA BARRIERA, HA CREATO DIFFIDENZA NEI CONFRONTI DEGLI ALTRI”

Dal prossimo 15 luglio, probabilmente, anche in Italia sarà possibile togliere la mascherina all’aperto. “Il punto – spiega la psicologa – non è la mascherina in sé, ma cosa rappresenta: **la mascherina è una barriera tra me e l’altro** e questa barriera, usata per tanti mesi, ha innescato una **diffidenza**, un allontanamento relazionale che avrà bisogno di tempo per essere accorciato. Ci vorrà un po’ di tempo per riconquistare la fiducia negli incontri perché **ciascuno di noi è stato un potenziale veicolo di contagio**“. Così le persone si divideranno in due grandi gruppi: “Possiamo prevedere che ci saranno persone felicissime di togliere le mascherine, perché vuol dire tornare a esporre il proprio volto, a esprimere le proprie emozioni mettendoci tutta la faccia. Per di più siamo in un periodo dell’anno in cui non è così comodo indossare la mascherina, in spiaggia o nelle ore più calde della giornata. Togliera, in questo momento dell’anno, è un ritorno alla normalità. Ma – prosegue la psicoterapeuta – **ci saranno altri che impauriti dal virus e dalla possibilità del contagio, preoccupati dal numero dei morti e dalle ricadute psicologiche di questa pandemia, continueranno a tenerla**. A queste persone – suggerisce Gulino – consiglio di fare un passo alla volta, tenendo presente che non siamo macchine in grado di attivarci e disattivarci in modo meccanico. Un po’ per volta – assicura la presidente degli Psicologi della Toscana – ciascuno tornerà a riappropriarsi delle proprie abitudini di vita di prima della pandemia”. In ogni caso, tiene a ricordare l’esperta, “dovremo continuare a indossare la mascherina al chiuso e portarla sempre con noi. Quindi **anche l’abbandono di questo dispositivo di protezione sarà graduale**. Scommetto sempre sulla plasticità dell’essere umano ma – ribadisce in conclusione – quello che conta è non avere furia di trasformarci, la trasformazione arriverà ma dobbiamo darci il tempo. Un tempo che non è universale, ma è variabile per ciascuno di noi”.

## LO PSICOLOGO RAIMONDI: “NON È UN LIBERI TUTTI, SERVE EDUCARE I CITTADINI”

Togliere l’obbligo delle mascherine, anche solo all’aperto, “potrebbe **interrompere un percorso di consapevolezza civica nei cittadini**, soprattutto se non viene accompagnato da un percorso educativo che renda consapevoli del fatto che le condizioni di rischio e di attenzione non sono

del tutto annullate, che non è un liberi tutti”. Richiama alla responsabilità e al senso civico **Gabriele Raimondi**, presidente dell’Ordine degli psicologi dell’Emilia Romagna, commentando la possibilità, a partire dal 15 luglio prossimo, di non indossare più la mascherina all’aperto. “È un lavoro di responsabilizzazione che i cittadini devono e possono fare – sottolinea lo psicologo – senza delegare totalmente il controllo della sicurezza sanitaria alle autorità. In questo modo, ad esempio, **ciascuno valuterà se ogni situazione sia tale da poter effettivamente non indossare la mascherina o meno**. L’elemento psicologico di attenzione è quanto noi saremo riusciti a introiettare questo senso di protezione, per noi e per gli altri, conciliandolo con la fatica del portare la mascherina”.

### “L’ESTATE SCORSA SERVA DA ESEMPIO”

Guardando alla stagione estiva e all’affollamento delle spiagge, ad esempio quelle della riviera romagnola, Raimondi non si dice preoccupato ma, chiarisce, “è un tema che richiede attenzione perché il rischio di comportamenti inadeguati, anche comprensibili per il desiderio di socializzazione, esiste. La speranza – sottolinea il presidente degli psicologi dell’Emilia-Romagna – è che **l’esperienza dell’estate scorsa**, quando una iniziale maggiore libertà ha portato a un forte peggioramento della situazione nei mesi successivi, abbia insegnato a **gestire con maggior responsabilità il grado di libertà che abbiamo**, che va tutelato. Se come comunità avremo imparato a proteggere non solo noi stessi ma anche gli altri – conclude – allora da questa esperienza tanto brutta avremo tratto anche qualcosa di buono”.

Link all'articolo: <https://www.dire.it/17-06-2021/645545-via-mascherina-europa-si-spoglia-ecco-dove-obbligo-caduto/>