

No vax: paura e delirio

“La paura è umana, ma combattetela con il coraggio”
Paolo Borsellino

Nella lunga e dolorosa battaglia contro il COVID-19 è subentrato da alcuni mesi un elemento decisivo. Sono infatti disponibili alcuni vaccini che, se somministrati a una determinata ma comunque ampia percentuale della popolazione dovrebbero portare a raggiungere la famosa immunità di gregge, quel fenomeno per cui un virus, trovando pochissime persone potenzialmente infettabili, rallenta la sua diffusione fino a divenire marginale o addirittura a scomparire. Sembrerebbe quindi trattarsi di una situazione molto positiva nella quale le uniche variabili in gioco siano di tipo logistico, legate quindi alla quantità di vaccini disponibili e all'organizzazione dei centri per la vaccinazione. Eppure le cose non stanno esattamente così. Si è presentato un problema del quale a quanto pare non si è tenuto debitamente conto, forse nella certezza

che data la grande emergenza e la gravità delle conseguenze possibili in caso di infezione, la risposta all'arrivo dei vaccini sarebbe stata ovunque entusiastica. Per tante persone, in effetti, la disponibilità del vaccino è stata una notizia meravigliosa e il momento della prenotazione e della successiva inoculazione hanno rappresentato momenti in qualche modo liberatori. Ma non per tutti è stato così. Ci sono infatti persone che non hanno alcuna intenzione di vaccinarsi o per lo meno sono molto dubbiose sull'argomento. Tra queste persone vi sono i no vax duri e puri, seppure in una percentuale minoritaria, e una maggiore fetta di popolazione che è molto preoccupata dal vaccino ed esita a farselo somministrare. Sono state effettuate varie ricerche su questa popolazione e ipotizzate alcune sottocategorie. Tra queste, il Centro di Ricerca EngageMinds HUB dell'Università Cattolica ha proposto alcuni profili psicologici di esitanza: “da coloro che sono poco ingaggiati nella prevenzione e fatalisti, a coloro che sono scettici e sfiduciati verso il sistema sanitario e i suoi operatori; a coloro che in preda di spunti più paranoici temono che dietro al processo di sviluppo scientifico (veloce) di questi vaccini ci siano conflitti di interesse; a coloro che sono più egoisti e individualisti nell'approccio alla salute e non ritengono di ricevere dal vaccino un vantaggio sufficiente a superarne il rischio”¹.

In queste sottocategorie, si riscontrano le maggiori difficoltà nell'approccio con chi si sente minacciato da complotti e limitazioni coatte della propria libertà. C'è chi parla e scrive di dittatura sanitaria e vive le misure di prevenzione come una presa in giro o ancor peggio come una manipolazione ai fini politici, mentre la possibilità di vaccinarsi diviene una concreta minaccia alla propria salute voluta da poteri che hanno scopi nefasti e poco chiari nei confronti degli ignari cittadini. In questa sottocategoria di popolazione viene a re-

alizzarsi un tipo di comunicazione autoreferenziale nella quale si parla solo con chi ha la stessa opinione e si realizza quel fenomeno noto in psicologia sociale come “Group Think”, per il quale, nel caso specifico, la percezione di una minaccia esterna induce i membri del gruppo a sacrificare ogni capacità di analisi dei dati di realtà, in vista del mantenimento dell’ipotesi di base, l’unica capace di tenere unito il gruppo, indispensabile risorsa difensiva contro la minaccia di cui sopra. Si tratta di una situazione molto complessa da scalfire perché ogni messa in discussione dall’esterno dell’idea di base viene vista come un attacco al gruppo e non fa altro che dimostrare le cattive intenzioni dell’attaccante. Tali difficoltà rendono arduo elaborare strategie di comunicazione utili, strategie che rappresenterebbero forse anche uno sforzo non conveniente in un’analisi costi-benefici, data, per fortuna, l’esiguità percentuale di questo gruppo.

L’altra parte della popolazione potrebbe essere invece compresa in un sottogruppo che unisce coloro che hanno poco a cuore l’interesse generale e valutano il proprio coefficiente di rischio come poco elevato e altri che invece hanno paura del COVID-19 ma ne hanno ancor più del vaccino.

Ho conoscenza diretta di persone che fanno parte di entrambe le categorie, i cui attributi peraltro sembrano spesso mescolarsi, e ho notato che nel primo caso sia presente la tendenza a sottostimare i rischi, in maniera anche del tutto priva di logica, trovando rassicurazione in una sorta di personale onnipotenza. Si tratta dello stesso meccanismo che permette a milioni di persone di continuare a essere fumatori, sia pure essendo noti da decenni i seri rischi che derivano da tale abitudine. Spinti dalla dipendenza dalla nicotina, i fumatori si trovano in uno stato di spiacevole dissonanza cognitiva, ossia compiono ogni giorno azioni che sanno essere molto nocive per la loro salute. Non rimane allora, trovando molto difficile cambiare il comportamento proprio a causa degli effetti additivi della sostanza, che cambiare il senso e il peso delle informazioni in proprio possesso, vivendo infine come se a loro non potesse capire alcunché. Allo stesso modo, per evitare sia l’angoscia derivante dalla paura dell’infezione e dalle incertezze rispetto a vaccini di nuova creazione, sia il peso e le limitazioni date dalle misure di prevenzione, è possibile trovare una via di uscita dicendosi che il COVID non è poi questo granché, che muoiono solo le persone anziane e con altre patologie, e così via. Per queste persone, forse, solo l’esperienza diretta, come l’essere colpiti dal COVID personalmente o nei propri cari potrebbe aiutare ad aprire gli occhi. Si potrebbe pensare anche ad un utile tour in un reparto COVID ospedaliero, sempre che fosse materialmente possibile, ma non sono sicuro che potrebbe bastare.

Coloro che invece esitano sul vaccino perché nutrono grandi dubbi sul processo di creazione e spe-

rimentazione del vaccino stesso, e temono effetti collaterali nefasti a breve e a lungo termine, rappresentano la percentuale più elevata e verso i quali è più facilmente possibile nutrire della sincera comprensione. Chiunque si sia vaccinato, anche chi vi scrive, ha sicuramente provato dubbi e incertezze al momento di ricevere le faticose iniezioni. Per quanto si possa aver ricevuto informazioni rassicuranti sulla sperimentazione dei vaccini, è chiaro che qualche dubbio possa sempre restare, non fosse altro che per i tempi ristretti che non hanno permesso di valutare cosa potrà accadere nel medio-lungo termine.

La questione non deve essere posta nei termini dell’assenza di rischio, credo, perché così si ingenera solo la sensazione di venire manipolati con informazioni non veritiere, dato che come detto lo scarso tempo a disposizione non ha permesso di avere tutte queste certezze. Per non parlare poi dei casi di cronaca, come quelli relativi ai gravi e molto, forse troppo pubblicizzati effetti collaterali verificatisi in alcuni casi a seguito della somministrazione del vaccino Astra Zeneca, che hanno diffuso ancora di più lo scetticismo e la paura. Credo invece che si debba passare il messaggio del rischio minimo ma reale che comunque le circostanze rendono necessario e logico correre. Mi viene in mente di pensare a una situazione di bombardamento aereo su una grande città. Se la salvezza in un caso simile fosse rappresentata solo dalla fuga nelle campagne e fosse disponibile uno scooter per attuare velocemente la fuga, chiunque monterebbe in sella al due ruote con grande fretta, e se si accorgesse di avere dimenticato il casco in casa di certo non tornerebbe indietro per prenderlo. Scapperebbe di corsa, correndo il rischio di circolare senza casco e magari di morire se dovesse cadere e battere la testa, ben certo che in quel momento il rischio più grande è quello di venire disintegrato da una bomba.

Allo stesso modo, oggi il rischio relativo al vaccino è in una qualche misura presente, ma non è minimamente paragonabile a quello di ammalarsi in prima persona e di mettere a rischio di conseguenza i propri cari. Dobbiamo provare a spiegare che il bombardamento è ancora in atto, seppure quasi invisibile, e che ogni giorno, anche se sembriamo averci fatto l’abitudine, ne derivano un cospicuo numero di decessi. Forse, quindi, in questo caso è meglio correre ai ripari, dato che è possibile: casco o non casco conta veramente poco.

**Psicologo-psicoterapeuta*

1 - https://www.huffingtonpost.it/entry/per-i-no-vax-ci-vorrebbe-uniniezione-di-psicologia-di-g-graffigna_it_5fd31cc9c5b652dce587982d