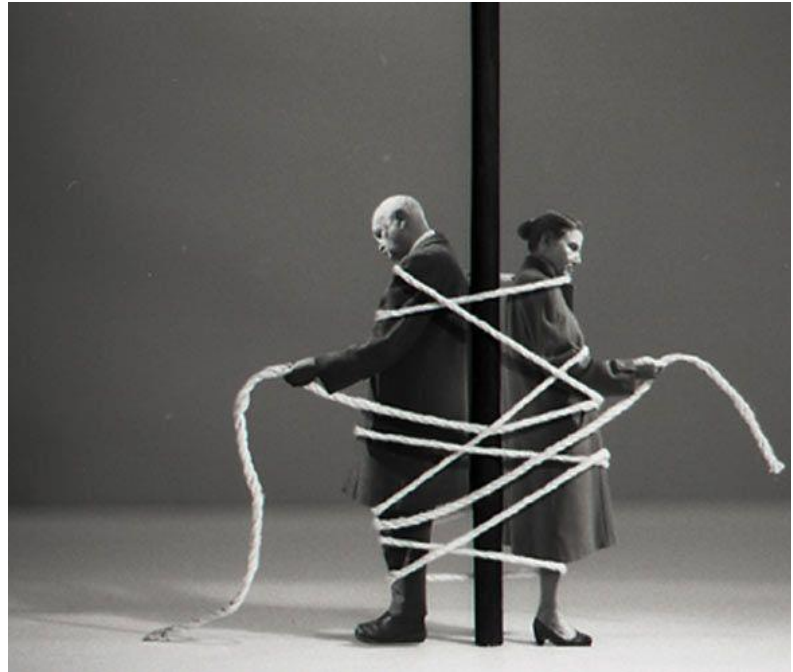


## Disconnessione



Gilbert Garcin

In questo ultimo periodo con lo smart working e la DAD i ritmi della quotidianità hanno subito una metamorfosi e le ore di permanenza in rete "a disposizione" di informazioni celeri che raggiungono tutti in qualsiasi momento della giornata si sono dilatate.

Uno studio di Randstad Workmonitor ha dimostrato infatti che in Italia il 71% di chi ha un orario lavorativo, risponde alle mail, telefonate e messaggi di lavoro anche al di fuori dell'orario. Si parla sempre di più del **diritto alla disconnessione**, cioè il diritto di chi lavora ad essere irreperibile, diritto disciplinato anche da una legge, la 81 del 2017, che regola il lavoro agile e le sue tutele.

Pensando al nostro lavoro di cura potremmo invece declinare questo diritto più come un dovere: evitare di stare troppo connessi al computer a favore di un maggior contatto con la donna quando si presenta in pronto soccorso, o in accettazione per travaglio, quando viene ad un controllo in gravidanza o per altre necessità. Non c'è niente di più sconcertante ed estraniante che vedere il professionista con lo sguardo sempre rivolto al monitor del computer e non verso di te. Forse è utile un semplice, piccolo passo:

*"...mi scuso per dover scrivere al computer mentre lei mi parla e io le parlo, ma è necessario per registrare i suoi dati e...."*



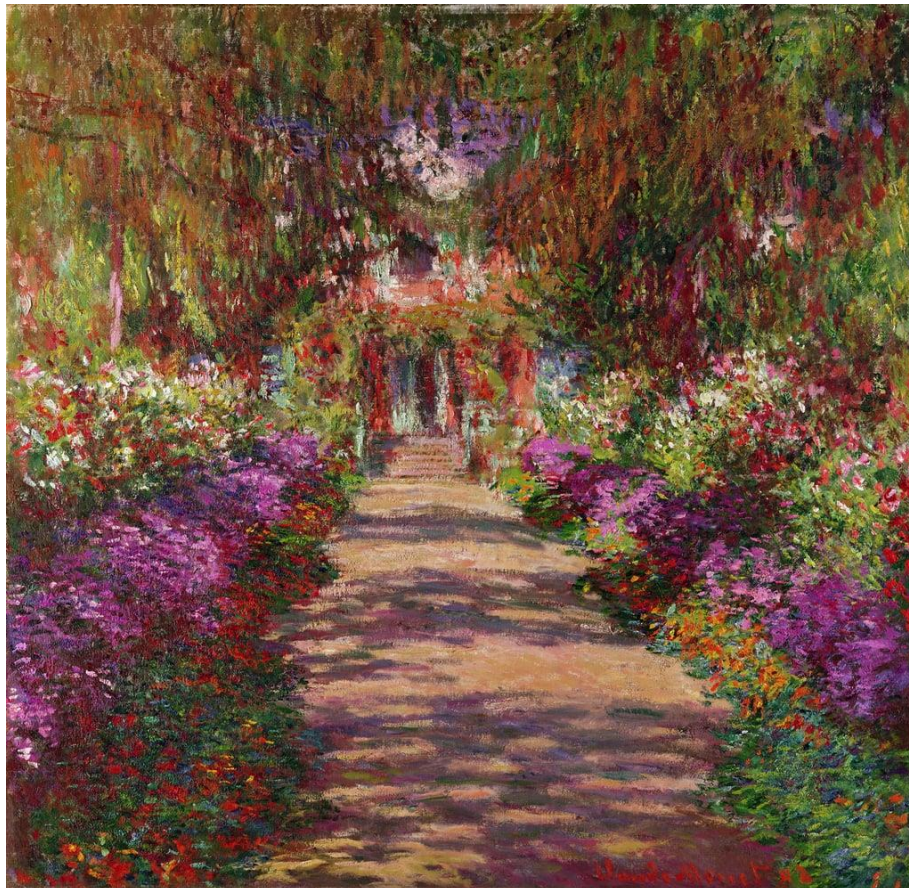
...in fondo si tratta solo di

*Bonnes Manière*



La disconnessione può essere un diritto, un dovere, ma anche una pratica utile quando ci troviamo troppo implicate in un'assistenza ad alta intensità emotiva negativa, vuoi per le caratteristiche della relazione con la donna, vuoi per un quadro clinico impegnativo. Disconnettersi, allontanarsi dalla scena chiedendo una sostituzione momentanea o definitiva a una collega può modificare sostanzialmente la scena e anche gli esiti, sicuramente ci aiuta a rimettere a fuoco il presente e forse sentirci più leggere.

Allargando il concetto di disconnessione all'ambiente, gli ecopsicologi contestano il costrutto "Mente qui dentro" "Natura là fuori"; è sempre più dimostrato come la disconnessione dalla natura produca una varietà di sintomi psicologici - ansia, frustrazione, depressione - mentre la riconnessione con la natura - animali, passeggiate, verde dentro e fuori casa - riduce quei sintomi e aumenta gioia, benessere, autostima e connessione sociale.



Un sentiero nel giardino di Monet, Giverny, Claude Monet

Il bisogno di connessione sociale, con noi stessi, la ricerca costante del sentire che siamo ciò che sentiamo, a braccetto con la nostra fragilità, sono anche i presupposti che in fondo guidano i nostri incontri di accompagnamento alla nascita; sappiamo che l'essere in gruppo rimodula le paure, l'essere accompagnate a sentire il corpo nelle sue connessioni favorisce la conoscenza delle sue potenzialità.

Anche i curanti hanno bisogno di cure, seppure i nostri gruppi di lavoro non sempre assolvano questi compiti, è nella continua ricerca dell'umano al di là dei ruoli che rende possibile la resistenza nei percorsi faticosi, sostenerci per sostenere, non abbandonando i sogni ....disconnettendoci talvolta dalla realtà.

Poiché l'estate arriva fra 1 settimana, ci prepariamo alla programmata disconnessione dalla newsletter di IRIS condividendo un sogno prima di finire il 20 giugno cucendo le parole con cui abbiamo giocato.



*Ho fatto un sogno un sogno all'incontrario  
ho fatto un sogno un sogno poco serio*

*Ho sognato che a un certo punto i medici invece di imparare tempi standardizzati  
e mettere l'ossitocina un travaglio sì e uno sì  
si mettevano a ballare il ballo della nutazione e contronutazione con tamis finale*

*e dopo l'assistenza ad un parto tutti i partecipanti si davano le mani  
e facevano 5 minuti di Apgar per guardarsi negli occhi e respirare insieme*

*e sulle cartelle cliniche c'erano le storie anche in versione Haiku*

*e le ostetriche regalavano le forbici dell'episiotomia ai reparti in cui le donne a  
membrane rotte invece... di essere indotte aspettavano passando il tempo  
ritagliando pezzi di carta colorata per fare giganteschi mosaici per colorare le  
pareti verdine, grigine, gialline*

*e medici, ostetriche, neonatologi, anestesisti, madri, padri, si ascoltavano  
senza pregiudizi e conflittualità*

*e gli specializzandi prima della check list sulle emergenze  
imparavano poesie di Amore*

*perché la Nascita è un atto di Amore*

Liberamente tratto e ispirato ad un monologo di Paul Red (NdR Paolo Rossi) da A & M

*A&M*

**per comunicazioni, commenti, potete scrivere a [irisassociazione1@gmail.com](mailto:irisassociazione1@gmail.com)**