

Anno 8, numero 24
febbraio 2012
Registrazione del Tribunale di
Vicenza n° 1114 del 02.09.2005
Redazione: Via De Mori, 17
36100 Vicenza
tel. 338.3396987
fax 0444.505717

PdE

Rivista di psicologia applicata all'emergenza, alla sicurezza e all'ambiente

Sommario:

EDITORIALE

Editoriale

pag. 1

Gentili lettori,

che si costruiscano pure strade, ferrovie o altre infrastrutture, sono importanti per lo sviluppo del Paese, ma basta che non siano realizzate vicino a casa mia, "not in my back yard". Siamo di fronte a una sindrome, indicata anche con il simpatico acronimo di NIMBY, che sta assumendo dimensioni significative e che talvolta tende a sfociare in varianti estreme come la sindrome BANANA (Build Absolutely Nothing Anywhere Near Anyone).

Per non avere una
BANANA nel nostro futuro

pag. 2

La storia racconta

pag. 4

Il rischio psicosociale
per eccellenza in Italia

pag. 5

"Stay alive": quando i
giovani parlano ai giovani
sui rischi alcol-correlati

pag. 9

Il benessere negli anziani:
si deve parlarne?

pag. 11

La modernizzazione dell'Italia dovrà passare anche attraverso questi fenomeni. Cosa si può fare quindi? Sia Nimby che Banana nascono dal senso di incertezza nel quale si trovano a vivere le persone, o i gruppi di cittadini, che si sentono lasciati soli di fronte a una decisione percepita come potenzialmente rischiosa, e che deve poter essere affrontata ed elaborata attraverso un processo di comunicazione partecipativa.

Un processo che sappia riappropriarsi del senso delle "comunità", che comporta la condivisione di norme di comportamento, significati e valori, come per esempio la sostenibilità, non a caso questione centrale nella discussione pubblica. Del resto «una cultura per uno sviluppo sostenibile è quella che promuove la prevenzione, la messa in sicurezza, la salvaguardia dello spazio vitale e dell'Ambiente, più generale» scrive Immacolata Costanzo nel suo articolo.

«La cultura per uno sviluppo sostenibile è quella della corresponsabilità, delle scelte e dei codici per culture di scambio possibile. E se non ce la si fa da soli, è quella stessa cultura che ti permette di chiedere aiuto quando ancora si è in tempo. Il problema semmai è saper riconoscere chi è pronto a rispondere, competente ad analizzare, valutare, intervenire».

Un'altra questione al centro dell'interesse e che riguarda da vicino il futuro del Paese è il concetto di benessere, in particolare per quanto riguarda gli anziani. Il tema è presentato da Lucia De Antoni ricordando che il 2012 è stato proclamato "Anno europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni". L'articolo fa da apripista a una serie di approfondimenti che affronteranno il tema benessere nei suoi molteplici aspetti.

Buona lettura

Antonio Zuliani

PdE

Direttore responsabile

Mauro Zamberlan

Direttore scientifico

Antonio Zuliani

Coordinatore editoriale

Lucia De Antoni

Redazione:

Simone Barni, Immacolata

Costanzo, Donatella

D'Antoni, Daniele Gasparini,

Alessia Leonardi, Elisiana

Paradisi, Dominella

Quagliata, Gianluigi Roscini.

Spedite n° 2.900 copie

In queste ultime settimane il tema della comunicazione in stato di emergenza ha evidenziato tutta la sua importanza nel nostro paese. StudioZuliani avvia, con questo numero di PdE, una serie di riflessioni su un tema decisivo che per la gestione del futuro dell'Italia e della vita di molte imprese. Saper gestire una comunicazione qualora subentri uno stato di crisi appare, infatti, strategico e deve essere preparata e pianificata in largo anticipo. (A.Z.)

PER NON AVERE UNA BANANA NEL NOSTRO FUTURO

DI ANTONIO ZULIANI

Attivare dei corretti processi di comunicazione partecipata ha funzione non solo di permettere di giungere a delle soluzioni condivise tra aziende, enti pubblici e cittadini, ma anche di alleviare le preoccupazioni e le ansie di questi ultimi che nascono quando temono che qualcuno prenda decisioni sulle "loro teste".

Uno dei temi legati al rilancio dello sviluppo economico del nostro paese si lega alle decisioni che andranno prese per la realizzazione di infrastrutture ritenute indispensabili (trasporti, produzione energetica, smaltimento dei rifiuti, ecc.) e per quanto riguarda gli assetti urbani delle nostre città.

I processi decisionali alla base di queste iniziative incidono sulla collettività e su interessi spesso molto contrastanti che vanno da quelli di ordine generale legati alle esigenze nazionali fino a quelli locali e/o individuali di coloro che si trovano a fare i conti con l'impatto ambientale di tali scelte. Da questo punto di vista una difficoltà che spesso si incontra è l'opposizione che oramai nasce attorno ad ogni scelta di questo genere e che è riassunta nella famosa sindrome NIMBY (Not In My Back Yard), che a volte arriva ad assumere varianti estreme con le sindrome BANANA (Build Absolutely Nothing Anywhere Near Anyone).

Si tratta ovviamente di problemi che tutte le società democratiche devono affrontare, ma che nel nostro paese assumono dimensioni molto significative, in parte perché mancano delle linee di indirizzo generali che stabiliscono le metodologie per la partecipazione decisionale, in parte perché manca l'attenzione comunicativa di attivare

un processo che porti al consenso più che allo scontro.

In Italia sembra prevalere la strategia DAD (Decidi Annuncia Difendi) che privilegia l'aspetto tecnico progettuale e vede il cittadino come un soggetto da convincere della bontà della scelta fatta. La strategia DAD oggi, nonostante abbia mostrato tutti i suoi limiti in termini di conflittualità sociale e di sostanziale impedimento alla realizzazione dei lavori programmati, rimane la più perseguita dalle pubbliche amministrazioni. Il limite dei processi comunicativi che questa strategia prevede sono legati alla sostanziale negazione dell'interazione reciproca tra istituzioni e cittadini, ma anche tra azienda e cittadini.

Sia il fenomeno NYMBY che il BANANA nascono dal senso di incertezza nel quale si trovano a vivere le persone, o i gruppi di cittadini, che si sentono lasciati soli a fronte di una decisione che li riguarda e che viene percepita come potenzialmente pericolosa. La percezione della presenza di un rischio, infatti, non si può combattere solamente con un processo informativo che parta dall'idea che chi propone le decisioni sia nel giusto e chi le deve in qualche modo subire, nella misura in cui si oppone ad esse, lo faccia perché persona "ignorante" (che non sa, ad esempio, quanti sono i benefici della scelta

prodotta), o sprovveduta o in malafede. Ogni persona ha diritto ai suoi dubbi, alle sue perplessità e persino alle sue paure: negare questa realtà o ridurla a mero e fastidioso ostacolo per la realizzazione di un qualsiasi progetto rischia di creare delle fratture tra aziende, istituzione pubblica e cittadini le cui conseguenze sono sotto gli occhi di tutti.

Quando non si colgono i segnali di disagio che provengono dai cittadini e non si dialoga con e su di essi, si rischia di favorire l'accentuarsi della sensazione di pericolo e in queste circostanze, non deve stupire se a fronte a un potenziale pericolo può sviluppare un meccanismo di autodifesa dall'angoscia che utilizza qualsiasi mezzo per tenerla sotto controllo. Se tale bisogno non è soddisfatto dagli esperti, la popolazione costruirà una sua "visione" del problema e delle sue strategie per affrontarlo, che risulteranno poi molto difficili da modificare.

In questo senso qualsiasi spiegazione, a volte anche fantasiosa, che sia utile a restituire un qualche significato al mondo che si sente messo in pericolo o, quanto meno, sottosopra diventa una fondamentale "ancora di salvezza" a fronte di situazioni che si immaginano come imminenti o collegate al pericolo percepito.

Queste spiegazioni apportano un enorme beneficio immediato alle persone perché esercitano una cospicua funzione di protezione, anche se non accrescono la possibilità delle stesse di elaborare una effettiva conoscenza rispetto a quello che si sta per affrontare, proprio perché si sceglie la strada della negazione della possibilità che l'evento accada.

Questa lettura non deve indurre i gestori delle decisioni a pensare che la spiegazione psicologica giustifichi l'assenza di partecipazione con soggetti che così sarebbero catalogati come psicologicamente fragili, bensì come ulteriore spinta alla responsabilità di non spingere le persone verso meccanismi di difesa arcaici e deliranti nella necessità di far fronte al montare della loro angoscia.

Visto da questo punto di vista il fenomeno del NIMBY rafforza la necessità di un processo di comunicazione partecipativa che permetta alle persone che si sentono coinvolti in una trasformazione vissuta come minacciosa di poterla affrontare ed elaborare. Anche dal punto di vista psicologico le modalità evidenziate sopra di procedere con la strategia DAD (decisione seguita dalla difesa delle decisioni prese) sembra favorire lo scatenarsi di questi processi, mentre l'entrare in un meccanismo di comunicazione partecipativa, per quanto difficile e complesso, sembra poter attenuare queste necessità difensive. Certamente può diminuire la possibilità che le persone siano spinte alla utilizzazione massiva delle difese attraverso il fenomeno chiamato BANANA, che rappresenta, a ben vedere, una radicalizzazione del fenomeno psicologico sopra descritto.

Attivare un processo che porti al consenso dei cittadini per le opere che coinvolgono i loro interessi appare estremamente importante ed essa comprende tutto un insieme di attività comunicative spesso trascurate.

Uno degli aspetti centrali di questo processo comunicativo sta nell'identificazione e nel coinvolgimento degli stakeholders istituzionali, economici, territoriali e politici con i quali costruire questa interazione. Questo processo identificativo nel nostro paese è troppo spesso ostacolato dalla classe politica che, arrivando a difendere ad oltranza o la realizzazione del progetto o le posizioni NIMBY, pretende riassumere in sé la posizione di stakeholders, determinando l'esclusione di fatto dei veri depositari di tale posizione.

Attivare un processo di interazione decisionale comporta una serie di vantaggi tra i quali possiamo annoverare: l'incremento della credibilità, la legittimazione della decisione, lo sviluppo del senso di responsabilità sociale, l'incremento

dell'equità e l'allargamento della base decisionale.

Se ben guardiamo si tratta degli aspetti centrali che influiscono sulla percezione del rischio da parte dei cittadini. Quindi, porli da subito al centro di un progetto comunicativo appare non soltanto ragionevole, ma anche efficace per la riduzione dei tempi e dei costi della realizzazione dei progetti in atto.

Una delle conseguenze principali di questo atteggiamento è la modifica delle strategie finora utilizzate che tendono a partire da una decisione che poi necessariamente va difesa da tutte le obiezioni che le vengono poste per andare invece verso la strategia, che parte dal momento dell'informazione, propone soluzione, ascolta i pareri e i suggerimenti, li discute e alla fine arriva ad una decisione. L'adozione di questa strategia

richiede una cultura politica amministrativa del tutto nuova che appare ancora lontana dalle modalità di funzionamento della macchina pubblica.

Pur non essendo pensabile che nel nostro paese si faccia avanti una normativa o quanto meno delle linee di indirizzo che, come in Francia con il Debat Public (procedura di democrazia partecipativa, creata a partire dalla legge Barnier del 1995 per la protezione ambientale, che riguarda i grandi progetti d'infrastrutture realizzati nel paese) e in Inghilterra con il Code of Practice of Consultation (2008), regolamentino le metodologie di partecipazione dei cittadini, si può pensare che si possano avviare processi in tale direzione a carico di aziende o pubbliche amministrazioni illuminante.

LA STORIA RACCONTA

DI ANTONIO ZULIANI

Chi si occupa degli aspetti psicologici legati alla sicurezza e all'emergenza ha nella lettura dei fatti storici accaduti una vasta possibilità di apprendimento. Con questo numero si avvia una rubrica di analisi di avvenimenti accaduti la cui conoscenza può essere utile per gestire al meglio le situazioni presenti

A proposito di comunicazione in stato di crisi, appare evidente che il coinvolgimento di persone con funzione pubblica significativa è una strategia valida, perché possono trasmettere un importante senso di sicurezza. Pur tuttavia occorre ricordare che il ruolo pubblico non è di per sé sufficiente per validare una notizia o per determinare la reazione delle persone a fronte di un potenziale pericolo. Si tratta di una strategia vincente se la spiegazione assume una sua logica e se essa non viene smentita dai fatti. In questo caso il legame fiduciario che aveva all'inizio creato un effetto "rassicurante" si ritorce contro l'organizzazione con una perdita di credibilità da cui è difficile risalire.

Tre casi sono emblematici nella storia della comunicazione in stato di crisi.

Nel 1985 si rilevò che il bacino idrico che alimentava l'acquedotto di New York era stato inquinato da alcuni grammi di plutonio. Pur essendo la quantità dell'inquinante assolutamente irrilevante la preoccupazione era che si potesse scatenare una vasta preoccupazione che avrebbe spinto i newyorkesi a sentirsi minacciati da un pericolo imminente.



Edward Irvin Koch, amato sindaco della città, si prestò ad una "recita" assolutamente efficace. Al termine di un' intervista televisiva, che non verteva su questo tema, egli bevve una bicchier d'acqua attinto dal rubinetto. L'effetto rassicurante fu poi confermato alla popolazione da un'attenta comunicazione che li informò della portata dell'evento inquinante.

Il 6 maggio del 1990, dopo appena sei giorni da quando si era diffusa la notizia che un gatto era morto per una malattia

imputabile alla BSE, il Ministro dell'agricoltura inglese, John Gummer escogitò una strategia per tranquillizzare i cittadini.



Durante il salone nautico di Soffolt si fece ritrarre mentre mangia un ambungher assieme alla figlioletta Cordelia e, all'esitazione della figlia, prese un grande boccone del panino ed esclamò "assolutamente delizioso".

Il fatto che solo due anni dopo il problema della BSE dovette essere riconosciuto come esistente dallo stesso Governo (per dimenticare i 32 morti della sua forma umana, la CJD), rese poco credibili le campagne messe in atto per informare la popolazione

Lo stesso Tony Blair scontò questo atteggiamento di sfiducia quando, anni dopo dovette affrontare il tema degli alimenti geneticamente modificati.

2011. Yasuhiro Sonoda, segretario parlamentare per Cabinet Office del Giappone, nel tentativo di dimostrare che



l'acqua della centrale nucleare di Fukushima, colpita dallo tsunami, non era più contaminata, si fece ritrarre mentre, con mano tremante, beveva un bicchiere d'acqua. Il suo atteggiamento e l'assoluta improbabilità della notizia che stava dando gli scatenarono l'accusa di aver voluto fare il "Gunner".

IL "RISCHIO" PSICOSOCIALE PER ECCELLENZA IN ITALIA

DI IMMACOLATA COSTANZO

Un angolo di riflessione ulteriore, per un pensiero psicologico "a distanza", ma capace di essere vicino al nostro sentire quotidiano.

Con questo articolo, nello specifico, si parte dalla cronaca dei fatti più importanti con i quali è iniziato questo 2012, e anticipa il nostro necessario interesse per uno sguardo più attento alla salvaguardia del legame profondo tra l'uomo e il suo spazio-vitale, uomo-Ambiente.

Il 2012 inizia così, con scontri tra culture di mare e di terra. Circolano le stesse news con la stessa forza su internet, in Tv, sui giornali. Foto di uomini in divisa bianca con navi in

mare o di uomini a terra con in mano bandiere, identiche a se stesse. Ancora bandiere al Sud al posto di forti bisogni inespresi o inascoltati. Bisogni o domande

inascoltate che se non riconosciuti da "Altri", da altre parti, rischiano di associarsi o confondersi, più o meno consapevolmente, con quella *cultura* in cui il confronto e lo scambio con "l'Altro" non esiste! E non esiste per sua stessa definizione e natura.

Bisogni, domande destinate a non aver risposte ancora, perché oggi è un intero Paese o "sistema" ad essere in Emergenza, come l'Italia. E si sa, quando si è in emergenza si può solo procedere per priorità!

Quali sono allora le priorità da definire, non solo in tempo di crisi e di emergenza?

Di quali bisogni/nuove domande siamo in grado di farci carico con costanza, nel tempo?

Di quale cultura italiana o parte di essa, vogliamo farci portavoce? Quale Paese riusciamo ad "immaginare" ancora per noi?

Perché niente di quello che non riusciamo prima ad immaginare sarà mai possibile realizzare.

Ad incidenti gravi, come quello di una nave da crociera, seguono parole più forti di vita e di morte, lacrime sparse. Sentimenti di paura, di rabbia misti a salvezza. Parole confuse che narrano angoscia, perché ci si sente soli, si è lasciati soli. Nel momento più sbagliato. In quello stesso istante in cui un capitano di una nave sa perfettamente che non può scendere per primo. Eppure lo fa, ma non è il solo. Poi lo scontro che confonde: il capitano di terra che urla e richiama il "comune codice di comportamento". Un "codice d'onore", nella sua accezione positiva e antica: valido perché efficace; efficace perché salva vite umane. Un codice che conferisce precisi ruoli e un potere decisionale ad alcuni e non ad altri, prima, durante e dopo la navigazione. Ruolo snaturato, codice confuso, potere strumentalizzato di un capitano o di chi è sopra di lui, quando lo si utilizza per spingersi più in là, oltre la rotta, per il tradizionale "inchino". Un "inchino" alla stregua di un saluto reverenziale, che rischia di apparire simile al "baciamento" tra uomini di terra. Gesti, comunicazioni in cui l'interlocutore non c'è. E non perché è buio, ma perché lo facciamo "fuori" noi, molto prima. Inchini,

baciamani, che richiamano relazioni e rappresentazioni sociali di poteri forti e onnipotenti. Decisioni calate dall'alto, per obiettivi celati, che mettono a rischio vite umane.

L'impatto con uno scoglio è il limite, confine preesistente, capace per questo di svegliarci da un profondo sonno. Quel sonno che non ci rende critici rispetto ad una "certa modernità" onnipotente, che si illude nel definire le proprie navi "inaffondabili" e illude noi quando ci convince di sognarle. Ogni impatto con la realtà esterna, ci costringe a fare i conti su legami profondi trascurati e ignorati: uomo - ambiente; sostenibilità dello sviluppo socio-economico e sistema "chiuso" (risorse materiali limitate).

Cosa c'è allora in ballo oggi? Cos'è che dobbiamo veramente mettere in *sicurezza*? C'è lei, la CULTURA ITALIANA, quella politica, perché sociale e della collettività; ed è sociale e della collettività perché è politica, cioè capace di potere decisionale, di azioni responsabili e corresponsabili per collettività multiple.

La cosa però si complica. Poiché il rischio reale è la spaccatura invece che l'integrazione dei pezzi. Il rischio è vedere solo una parte e mai l'intero, e non capirci più nulla.

Un solo capitano scendere, uno solo fare l'eroe, e non l'intera storia o nave arenare. Gente di mare e gente di terra contrapporsi. Più popoli che soffrono o decidono per altri e mai uno soltanto.

Il rischio reale è pensare che la *cultura mafiosa* stia sempre da qualche altra parte, al Sud e mai attorno a noi, mai dentro di noi. La *cultura dell'affare e dei codici d'onore fini a se stessi* (mors tua vita mea), è quella che sosterrà sempre che "io non potrò mai giudicare il tuo operato solo perché non ero con te su quella nave". "Chi è in mare naviga, chi è in terra giudica" recita un detto famoso tra la gente di mare.

La cultura dell'affare fine a se stesso, è quella cultura infine che lascia ai posteri ciò che rimane: il "resto". E il resto è oramai davvero poco. Soprattutto in termini di risorse utilizzabili e ancora a disposizione.

La cultura mafiosa avanza sulla terraferma. Avanza ogni qualvolta crediamo che le alternative non esistano; quando non usiamo il nostro potere, la scelta. Quando rinunciamo a contrattare il rispetto delle "regole" che ci mettono in sicurezza, che ci salvano la vita. Si ciba infine dell'illusione diffusa che tutto ciò non ci riguardi da vicino. Di contro, una cultura per uno sviluppo sostenibile è quella che promuove la prevenzione, la messa in sicurezza, la salvaguardia dello spazio vitale e dell'Ambiente, più generale. È una cultura pulita, perché ecologica, sostenibile e non "mafiosa"; poiché, ahimè, esiste già quella ecologica, ma mafiosa, lungo tutto il territorio italiano.

La cultura per uno sviluppo sostenibile è quella della corresponsabilità, delle scelte e dei codici per culture di scambio possibile. E se non ce la si fa da soli, è quella stessa cultura che ti permette di chiedere aiuto quando ancora si è in tempo. Il problema semmai è saper riconoscere chi è pronto a rispondere, competente ad analizzare, valutare, intervenire.

Diversamente non può che esserci il CAOS: e se in alcune circostanze il caos può essere seme di cambiamento, di svolta, di vita; in altri momenti può significare solo morte. Danni irreparabili. Profondamente dolorosi.

*Immacolata Costanzo è psicologa
psicoterapeuta e terapeuta di gruppo*

“STAY ALIVE”: QUANDO I GIOVANI PARLANO AI GIOVANI SUI RISCHI ALCOL-CORRELATI

DI DONATELLA D'ANTONI, SILVIA GIROLAMO, MARCO RANIERI,
FRANCESCO ARMELLINO, VALERIA EDISON PETROSILLO.

Il progetto si inserisce all'interno del programma europeo Giuventù in Azione, che promuove l'educazione non formale, la mobilità giovanile internazionale e le iniziative dei giovani tra i 13 e i 30 anni. "Stay Alive" è stato progettato e realizzato a Padova dal gruppo informale "inaspettatamente", composto di 8 giovani laureati in Psicologia. Obiettivi del progetto sono stati la promozione di stili di consumo alcolico più responsabili tra i giovani e l'aumento della consapevolezza dei rischi alcol-correlati. "Stay Alive", nel corso delle uscite all'esterno dei locali della città, ha coinvolto 954 giovani. La metodologia adottata è quella della Peer Education. Tra i risultati emersi evidenziamo un cambiamento verso comportamenti più corretti in ambito di sicurezza stradale, l'aumento di un protagonismo attivo nelle questioni riguardanti la propria salute e il reclutamento di nuovi peer, divenuti parte attiva del progetto.

Premesse

In Europa, come in Italia, il consumo di bevande alcoliche risulta particolarmente diffuso, con conseguente aumento delle problematiche correlate, quali incidenti stradali spesso mortali, danni per la salute e aumento di comportamenti aggressivi e antisociali. Secondo il report ISTAT pubblicato nel 2011, negli ultimi 10 anni tra i

giovani sono aumentati i consumatori occasionali, quelli che bevono fuori pasto e quelli che consumano altri alcolici oltre a vino e birra, mentre si è ridotto il numero di consumatori giornalieri e di quelli che bevono solo vino e birra. Sempre secondo l'ISTAT, nel 2010 la popolazione più a rischio di binge drinking (sei o più bicchieri di bevande alcoliche in un'unica occasione) è quella giovanile (18-24 anni) con un rapporto

tra maschi e femmine di tre a uno. Inoltre, tra i giovani, quelli che frequentano assiduamente le discoteche, presentano più diffusi comportamenti di consumo di alcol a rischio (33,9%). Per quanto riguarda i ragazzi di 11-15 anni, il 13,6% di loro consuma alcol, comportamento già a rischio in sé, e che pone le basi per possibili consumi non moderati nel corso della vita. Analizzando le differenze territoriali, nel Nordest il consumo di alcol è ampiamente diffuso e accettato a livello socio-culturale, basti pensare al fenomeno "Spritz". I dati comunicati dalla Regione Veneto (COMUNICATO STAMPA N° 927 DEL 18/05/2011) descrivono le dimensioni della situazione: i giovani consumatori di alcol tra gli 11 e i 18 anni nel Veneto sono pari al 24,5%, contro una media nazionale del 22,4%; nella classe d'età tra i 19 e i 24 anni lo scarto è ancora più rilevante: i giovani maschi a rischio in Veneto sono il 38,3% contro il 25,3% della media nazionale, le giovani donne sono il 18,6% in Veneto contro il dato nazionale del 10,4%.

Il progetto

"Stay Alive", in linea con gli obiettivi del Programma Gioventù in Azione, è stato pensato come azione di promozione di stili di consumo più responsabili tra i giovani, e di sensibilizzazione verso sfide globali quali "la salute per tutti", favorendo l'aumento della consapevolezza e della conoscenza dei rischi alcol-correlati. Il progetto nasce tra il 2009 e il 2010 da un'analisi critica delle iniziative al momento presenti nel contesto padovano in tema di consumo alcolico tra i giovani, proponendosi come valida alternativa ad un'ottica repressiva/punitiva, mirando piuttosto a rendere i giovani protagonisti attivi della vita civile della propria comunità in relazione a tematiche quali la salute, rilevanti a livello territoriale e personale. Il gruppo "Inaspettatamente", composto da giovani tra i 24 e i 28 anni, oltre a far parte dello stesso target del progetto, non è estraneo al contesto in cui si è inteso implementarlo. La metodologia usata si basa sui principi della "Peer Education" e fa riferimento sia alla letteratura sull'efficacia

dell'apprendimento informale fra pari, che agli studi, nazionali e non, che evidenziano come i progetti di prevenzione basati solo sull'informazione corretta non siano sufficienti (Faggiano, 2002). Nello specifico, il progetto ha previsto un accurato training del gruppo con professionisti esperti sui temi quali *alcol e guida*, *alcol e salute*, *peer education* e *lavoro di strada*.

Opportunamente formato, il gruppo ha incontrato altri giovani - all'esterno di alcuni dei locali più frequentati della città - dando loro la possibilità di sottoporsi gratuitamente al test dell'etilometro. Questo strumento è stato utile per aprire un dialogo informale sul consumo di alcol e sui comportamenti a rischio, e per un confronto tra la percezione soggettiva del proprio stato alcolemico e il riscontro oggettivo. Agli stessi giovani è stata data la possibilità di divenire, qualora interessati, parte attiva del progetto, ossia di ricevere una formazione specifica tra peer e successivamente di prendere parte alle ulteriori uscite del gruppo. In una tale ottica di intervento, anche i giovani coinvolti nel progetto sono divenuti agenti di cambiamento, determinando un impatto indiretto sulle reti sociali esistenti, e promuovendo essi stessi relazioni sociali costruttive. La mole di dati raccolti è stata divulgata ai giovani incontrati durante il progetto e agli enti pubblici e privati che si occupano del tema "alcol". Il progetto ha destato molto interesse nel territorio.

Obiettivi

Aumentare la consapevolezza/conoscenza dei rischi alcol-correlati tra i giovani
Promuovere stili di consumo più responsabili
Sensibilizzare a comportamenti corretti in ambito di sicurezza stradale

Metodologia

Si è puntato su una tipologia di intervento fortemente radicato nel territorio, andando ad esplorare da vicino i contesti vissuti dai giovani e ponendosi in una relazione paritaria con essi, secondo i principi della ricerca-

azione, dell'intervento nella comunità locale, della peer education. La minima differenza di età tra operatori e ragazzi ha abbattuto la possibile barriera tra "esperti" e "utenti". Si è poi pensato a una serie di attività facilmente realizzabili e che comportassero un'interazione rapida con i giovani, facilmente accessibile, e non appesantita da eccessive spiegazioni tecniche; questo sia per poter raggiungere il maggior numero di utenti, sia per poter dare loro un riscontro istantaneo del tasso alcolemico in modo da valutare la possibilità di guidare o meno un veicolo.

Il progetto si è articolato in diverse fasi: La prima fase è stata la costituzione del gruppo promotore (gli operatori) e la formazione sulle tematiche del progetto a cura di professionisti ed esperti degli argomenti trattati: alcool e guida, alcool e salute, peer education, lavoro di strada, per un totale di 5 incontri. Successivamente si è passati alla fase operativa organizzando e mettendo in atto le uscite sul territorio. Sono state realizzate nove uscite al di fuori di locali, di un famoso festival locale e di feste universitarie; in ognuna di queste occasioni si è predisposto un banchetto nel quale i membri del gruppo promotore hanno offerto la possibilità di effettuare gratuitamente la prova etilometrica. Ai soggetti che si sottoponevano al test veniva chiesto di rispondere ad un questionario, che indagava la relazione con le sostanze alcoliche e lo scarto tra il tasso alcolemico percepito e quello effettivo. Sono stati, inoltre, distribuiti dépliant e volantini informativi su alcool, salute e guida sicura. Inoltre, in linea coi principi della peer education, è avvenuto il coinvolgimento diretto dei giovani interessati, che sono stati formati dagli operatori e hanno potuto successivamente affiancarli nelle uscite. Il coinvolgimento diretto di altri giovani è stato possibile grazie alla modalità informale di realizzazione delle attività e all'utilizzo di modalità promozionali efficaci quali l'uso di social network (come *Facebook*), di un indirizzo e-mail a cui poter chiedere informazioni, e alla costituzione di una

mailing-list al fine di comunicare le date delle uscite. Ultimo, ma non meno importante, è stato il passaparola informale tra i giovani stessi.

L'ultima attività realizzata è stata la presentazione del progetto e dei risultati ottenuti attraverso l'organizzazione di un evento pubblico. Alla presentazione sono stati invitati tutti gli attori del territorio che si occupano di alcool, le forze dell'ordine e i ragazzi incontrati durante le uscite.

Risultati e dati raccolti

Per chiarezza occorre distinguere tra i risultati conseguiti dal progetto e quanto scoperto grazie all'analisi dei dati raccolti. I risultati diretti del progetto sono la realizzazione di 9 uscite sul territorio durante le quali sono state effettuate 954 prove etilometriche (e altrettanti questionari) e il coinvolgimento in maniera attiva di 8 peer. Sono state realizzate tutte le attività previste e i risultati ottenuti hanno superato quelli attesi, ad esempio sono stati incontrati 350 ragazzi in più rispetto a quanto ipotizzato in fase di progettazione.

In un'ottica di psicologia di comunità, il progetto ha contribuito ad incoraggiare la partecipazione giovanile alla vita civile della propria comunità su tematiche importanti sia per il territorio che per i giovani stessi.

Grazie alle attività realizzate, il progetto è stato in grado di raggiungere pienamente gli obiettivi prefissati. Questo effetto ha riguardato i promotori del progetto, i peer coinvolti e i ragazzi incontrati durante le uscite, ma si ritiene che sia possibile un effetto moltiplicatore in quanto le informazioni acquisite sono state diffuse all'interno delle diverse reti informali di ognuno.

Durante le uscite è stato somministrato un questionario che ha consentito di raccogliere una grossa quantità di dati sul comportamento dei giovani incontrati e sulla percezione del proprio tasso alcolemico.

Ecco alcuni dati: si sono sottoposti all'alcoltest 954 ragazzi, il 75,6% maschi e il 24,4% femmine, di età media 24,7 anni. Questi ragazzi hanno dichiarato di essersi ubriacati per la prima volta a 15,4 anni in media.

Il 53% delle persone che si sono sottoposte all'alcoltest ha dichiarato di guidare, di queste 506 persone 121 (24%) sono state trovate con un tasso alcolemico superiore a 0,5 g/l, limite consentito dalla legge. **In seguito al nostro intervento e alle informazioni ricevute, il 50% degli autisti oltre i limiti (61 persone) ha scelto di non mettersi al volante,** preferendo piuttosto far guidare un altro, aspettare oppure prendere un taxi. Questo dato rappresenta un'importante prova dell'efficacia del progetto.

Un'altra area indagata è quella della percezione del proprio tasso alcolemico, mettendo a confronto la previsione con il dato reale fornito dall'etilometro. Prima di fare l'alcoltest è stato chiesto ai ragazzi quanto pensassero fosse il loro tasso ed è emerso che solo il 52% di loro aveva una percezione corretta. Il 17% ha sottostimato il proprio tasso alcolemico, mentre il 31% lo ha sovrastimato.

Va sottolineato infine che l'86,27% del campione conosceva il limite per poter guidare, mentre il 3,77% non lo conosceva e il 9,96% lo ha sbagliato.

Valutazione

Sono stati effettuati diversi tipi di valutazione: in itinere, ex post e di gradimento. È stato effettuato un continuo monitoraggio, prestando grande attenzione alla realizzazione di tutte le attività previste e al rispetto dei tempi e dei costi.

	% di giovani che bevono alcolici	Bicchieri a persona
Birra	76,62%	2,83
Cocktail	20,55%	1,93
Vino	14,68%	3,04
Superalcolici	14,26%	2,11
Spritz	11,11%	2,00

Dalla valutazione ex post è emerso che i risultati ottenuti hanno confermato e addirittura superato i risultati attesi. Inoltre, si è constatato che il 50% degli autisti intervistati e trovati oltre i limiti, una volta ottenute le informazioni sul proprio tasso alcolemico, ha modificato il proprio comportamento aspettando prima di mettersi alla guida oppure facendo guidare un'altra persona.

La valutazione di gradimento è stata effettuata chiedendo ai giovani incontrati durante le uscite sul territorio se ritenessero utile l'iniziativa, ottenendo il 98% di risposte affermative.

Sebbene non si tratti di una vera e propria valutazione, va evidenziato anche che il progetto ha destato molto interesse presso le organizzazioni, pubbliche e private, che si occupano di alcool ed è stato considerato dagli addetti ai lavori come un modello di intervento efficace.

Conclusioni

Il primo aspetto da evidenziare è che nonostante questo intervento si inserisca in un'ottica di sensibilizzazione, consente di produrre dei cambiamenti di comportamento nelle persone incontrate.

Un fattore di successo è sicuramente l'utilizzo di una metodologia fondata sulla *peer education*. Altri punti di forza sono il mantenimento di un atteggiamento non

recriminatorio e il focus sulla propria percezione del tasso alcolemico. Il fatto che le informazioni vengano veicolate da pari ritenuti competenti aumenta le possibilità che tali informazioni vengano riutilizzate anche in occasioni future e diffuse dai ragazzi all'interno delle loro reti informali. Infine, va aggiunto che progetti di questo tipo consentono di intercettare grandi numeri e tipologie di persone molto diverse, anche con budget ridotti.

Questo progetto non rappresenta la soluzione al consumo di alcol tra i giovani, ma potrebbe essere inserito in un disegno più ampio e ancora più efficace, all'interno di un progetto di prevenzione multifattoriale rivolto a tutti gli attori di una comunità.

Bibliografia

Faggiano F. (curatore). Rapporto 2002 sulle dipendenze in Piemonte. OED - Regione Piemonte 2002

Report ISTAT: Anno 2010. L'uso e l'abuso di alcol in Italia. 5 aprile 2011.

Donatella D'Antoni – psicologa
Silvia Girolamo – psicologa di comunità
Marco Ranieri - psicologo
Francesco Armellino - psicologo
Valeria Edison Petrosillo – psicologa di comunità.

Del gruppo di lavoro "Stay Alive" hanno fatto parte anche: E. Castaldi, V. Guazzetti e G Ricci.

IL BENESSERE NEGLI ANZIANI: SI DEVE PARLARNE?

DI LUCIA DE ANTONI

Naturalmente sì. Viviamo in una società che invecchia sempre più e che si aspetta di mantenere un'alta qualità di vita. Nei prossimi numeri il nostro obiettivo sarà affrontare le varie sfaccettature del binomio "benessere e anziani".

In questi anni si parla molto di "benessere" in vari ambiti. Si parla di benessere negli ambienti di vita, benessere organizzativo nel lavoro, benessere alimentare, benessere fisico, ecc. Quando un termine viene utilizzato così spesso e in settori così diversi, si rischia di "perdere" quello che è il significato originale. Secondo la Commissione Salute dell'Osservatorio Europeo su sistemi e politiche per la salute, a cui partecipa il distaccamento europeo dell'OMS, il benessere viene definito come "lo stato emotivo, mentale, psicosociale e spirituale che consente alle persone di raggiungere e mantenere il loro potenziale personale nella società".

Una analisi di questo concetto non può esimere dal considerare che attualmente viviamo in una società dove la popolazione anziana aumenta sempre più e che questo fatto obbliga a riflessioni in varie discipline, oltre che a precise scelte politiche ed economiche, e che quando si parla di benessere bisogna includere anche l'importanza del benessere per la persona anziana.

Secondo questa prospettiva gli anziani necessitano di un ambiente di vita che li aiuti a mantenere un buon livello di salute fisica, che li mantenga attivi e li incoraggi a dare il loro contributo alla comunità e alla società in

generale, piuttosto che renderli dipendenti da essa. Purtroppo gli anziani sono ancora oggi visti come fragili e dipendenti e i servizi che vengono loro offerti sono prevalentemente rivolti a persone in situazioni di forte crisi e molto vulnerabili. Sono visti più come un "problema" per l'assistenza piuttosto che una risorsa. Ciò nonostante la corrente generazione di adulti che sta invecchiando si aspetta di "invecchiare bene", mantenere il loro benessere e aumentare il loro livello di qualità di vita. Ciò significa che si sta cercando di "shiftare" da una visione dell'anziano prevalentemente portatore di malattia, una visione che in maniera esagerata considera l'invecchiamento determinante nello sviluppo di patologie croniche e che trascura di considerare l'eterogeneità della popolazione anziana.

Anche per gli anziani si può quindi parlare di benessere e di promozione del benessere, senza però focalizzarsi esclusivamente su aspetti più facilmente "visibili" e sui quali si sa già come intervenire, per esempio incentivare l'attività fisica per mantenere un buon funzionamento a livello fisico e mentale. Anche per la popolazione anziana il concetto di "benessere" deve essere considerato in tutte le sue sfaccettature, come qualcosa di dinamico su cui si deve riflettere secondo dimensioni soggettive, sociali e psicologiche molto più complesse. Attualmente le politiche di promozione del benessere hanno stimolato l'interesse sul concetto di qualità di vita ritenendolo un indicatore di risultato. Per aumentare la qualità di vita nell'età anziana ci sia sta indirizzando verso azioni che promuovono ciò che viene denominato "successful ageing".

Proprio a questo proposito è opportuno sottolineare che il 2012 è stato proclamato "Anno europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni". L'obiettivo è sensibilizzare rispetto al tema degli anziani nell'ottica di fornire loro la possibilità di restare occupati e condividere

la loro esperienza lavorativa, continuare a svolgere un ruolo attivo nella società, vivere nel modo più sano e gratificante possibile. Ciò implica interventi su settori quali il lavoro, l'assistenza sanitaria, i servizi sociali, l'istruzione per gli adulti, il volontariato, gli alloggi, i servizi informativi o i trasporti. A livello europeo, nazionale, regionale o locale sono previste una vasta gamma di attività tra cui: conferenze, eventi o iniziative per sensibilizzare l'importanza dell'invecchiamento attivo, informazione, promozione e campagne educative, scambio di informazioni, di esperienze e di buone pratiche.

Ciò implica anche incrementare la collaborazione tra diverse discipline, tra cui la psicologia, che a vario titolo in questi anni si sono interessate agli aspetti positivi del funzionamento umano. In questa direzione l'espressione "Invecchiare bene" comporta la definizione di un costrutto molto importante, quello di "benessere soggettivo", la combinazione cioè di un giudizio da parte della persona di soddisfazione per la propria vita e dell'esperienza di stati affettivi piacevoli, che prevalgono su quelli spiacevoli.

E' fondamentale quindi modificare il nostro modo di pensare le persone anziane, spostare la nostra attenzione da concetti quali dipendenza e deficit, verso quelli, invece, di indipendenza e benessere. Secondo questa prospettiva in alcune ricerche è stato chiesto agli anziani che cosa significa per loro "indipendenza" e quali sono i fattori che maggiormente permettono di mantenerla. La loro risposta è stata molto precisa: le persone anziane desiderano mantenere la possibilità di scegliere e controllare il loro modo di vivere. Sottolineano l'importanza di potersi sentire al sicuro nelle proprie abitazioni e nei quartieri dove vivono, di avere un'abitazione confortevole, di avere l'opportunità di mantenere relazioni sociali, di poter usufruire di mezzi e sistemi di trasporto adeguati, di avere a disposizione sistemi di informazione facilmente accessibili, di mantenersi attivi e in buona salute.

Che cosa significa quindi "indipendenza"? E' un concetto soggettivo e relativo, che varia a seconda della persona e della situazione. Per le persona anziane è principalmente la capacità di operare delle scelte e di esercitare un controllo sulla propria vita. Non coincide con l'essere in grado di fare tutto senza aiuto, al contrario, accettare l'aiuto per qualche attività permette alla persona anziana di mantenere l'indipendenza in altre. Ed è appunto in quest'ottica che il concetto di benessere anche per quanto riguarda la popolazione anziana va al di là della "semplice assenza di malattia". E sul benessere possono incidere negativamente molti fattori, fra cui quei particolari eventi della vita che costituiscono potenziali fattori di rischio per l'insorgere di stati depressivi, condizione che particolarmente nelle persone anziane costituisce un elemento in grado di minare la condizione di benessere. Fra questi: l'insorgere di una malattia, i lutti, il pensionamento, le separazioni, la malattia di una persona cara e il prendersene cura. L'incidenza e la durata di questi stati depressivi, di stress e ansia dipendono in parte dalle precedenti esperienze di vita della singola persona e dalla possibilità di ricevere supporto da familiari, amici e servizi. Per quanto riguarda il pensionamento, se per alcuni ciò significa disporre di maggior tempo da trascorrere con la famiglia o amici, o da occupare in altre attività interessanti, per qualcuno il cambiamento che ne deriva può condurre a lunghi periodi di svalutazione e di perdita di autostima e può incidere negativamente anche sulla condizione economica. Nell'esperienza di perdere una persona cara invece, seppure estremamente dolorosa per tutti, l'anziano spesso dà prova di riuscire a gestire lo stress che ne deriva e accettare l'evento, che però può avere altre conseguenze negative, per esempio dal punto di vista economico, ma può anche ritenere il dolore insopportabile. Anche in queste situazioni per la persona anziana rivestire un ruolo all'interno della società e partecipare attivamente nella propria comunità, costituisce un fattore protettivo che favorisce la condizione di

benessere. Alcuni fattori possono però costituire una barriera al verificarsi di ciò, per esempio, come evidenziato prima, la mancanza di servizi di trasporto adeguati, la presenza di barriere architettoniche o, elemento talvolta sottovalutato, la paura di essere vittima di azioni criminali. Quest'ultima riveste spesso un ruolo preponderante nell'alimentare il senso di isolamento e di esclusione dalla vita di comunità. Diventare vittima di un crimine per le persone anziane ha un impatto enorme sul benessere, e in alcuni casi conduce a stati depressivi molto importanti e a una condizione di totale ritiro sociale.

E' vero anche che molte persone anziane non sviluppano alcuna forma di depressione anche se hanno sperimentato eventi molto dolorosi. In questi casi è importante il supporto che ciascuno riceve, ma sono altrettanto importanti fattori personali interni, quali autostima e autoefficacia, che rivestono un ruolo determinante nella gestione dello stress e di qualsiasi evento difficile.

Infine non si può affrontare questo tema, anche se in modo parziale, senza riassumere alcuni fattori protettivi, in grado di sostenere il benessere nella persona anziana.

Innanzitutto stimolare la persona a un ruolo attivo nella propria famiglia, a mantenere allenare le proprie capacità cognitive e fisiche, a partecipare alla vita comunitaria anche attraverso attività di volontariato. Non deve poi essere trascurata l'area della educazione e della formazione, riferendosi per questo alla locuzione "lifelong learning" adottata dall'UNESCO per contrastare un modello di apprendimento e di formazione confinato all'infanzia, all'adolescenza e alla giovane età adulta. La formazione continua nella popolazione influisce positivamente sul senso di indipendenza, sulla salute fisica e mentale, innalzando il livello di autostima. Inoltre la formazione per gli anziani e "degli anziani" è in grado di facilitare lo scambio intergenerazionale.

Concludendo vale la pena invitare a riflettere sul fatto che esistono due immagini dell'invecchiamento, una personale (che l'anziano ha di se stesso) e una sociale

(l'immagine che la società ha dell'anziano) che si rinforzano reciprocamente. Per comprendere l'invecchiamento in maniera olistica, è necessario comprendere come l'immagine che ogni anziano ha di se stesso è influenzata dal processo dell'invecchiamento, inclusa l'immagine che di esso ha la società. E' estremamente opportuno quindi che la società in generale veda l'anziano in un'ottica sgombra da pregiudizi e stereotipi,

affinché questo non incida negativamente sull'immagine che l'anziano ha di se stesso e che inevitabilmente andrebbe ad ostacolare la messa in atto di comportamenti e strategie atti a favorirne il benessere.

Nei prossimi numeri PdE intende affrontare ancora questo argomento approfondendo in maniera più specifica temi quali il benessere cognitivo e il benessere emotivo nell'anziano, oltre all'importanza del tema della sicurezza e il ruolo dell'ambiente.