

Presentazione della tesi di laurea dal titolo

“La critica della decrescita a questi tempi di crisi: spunti per la promozione del benessere”

di Federica Bruno

Al termine del lavoro di tesi da me svolto a partire dal mese di ottobre del 2013 e terminato con la discussione di laurea il giorno 24 luglio 2014 condivido, con chi ha sostenuto lo svolgimento di tale elaborato partecipando alla raccolta dati o promuovendone la partecipazione nelle forme on-line o cartacea, i principali risultati emersi. Tale condivisione viene offerta con la speranza che possa essere in qualche modo utile alle riflessioni dei singoli e delle comunità che vorranno approfondirla. Ringrazio singolarmente tutti coloro che mi hanno dato la possibilità di realizzare questo progetto donando parte del loro tempo affinché fosse possibile effettuare lo studio presente nell'elaborato stesso.

La tesi che presento si focalizza sull'analisi ecologica del contesto attuale e sulla ricerca delle variabili che oggi potrebbero mostrarsi determinanti per la promozione del benessere dei cittadini..

Le teorie psicologiche analizzate permettono di sottolineare il peso che tali variabili, oggi compromesse dalla crisi socio-economica, hanno sul benessere. Quest'ultimo declinato nei diversi livelli ecologici trova spazio di sviluppo. Innescare processi autonomi di conoscenza e coscientizzazione sono aspetti fondamentali per cercare di alleviare nei singoli le sofferenze dovute dalla crisi e per cercare di portare le comunità a cambiare quegli aspetti che non favoriscono il benessere dei cittadini stessi.

La presentazione delle proposte alternative a questo sistema socio-economico in crisi che il Movimento per la decrescita felice e l'Ufficio di scollamento stanno facendo sul territorio nazionale mi ha permesso di analizzare sperimentalmente la funzionalità promotrice di

benessere per i singoli e per le comunità di determinate pratiche alternative ai convenzionali e condivisi meccanismi economici e sociali.

Le ipotesi che hanno guidato la mia ricerca tentano di indagare quindi in che misura la condivisione di valori quali quelli della decrescita e l'attuazione di pratiche quali l'autoproduzione o la scelta di vivere in un ambiente rurale possano influenzare positivamente il benessere dei singoli e delle comunità stesse.

Attraverso tre scale di misurazione rispettivamente del benessere (inteso come salute mentale positiva), dell'empowerment personale e politico e della resilienza disposizionale, viene analizzata la proposta fatta da alcune reti di promozione dei valori della decrescita. La somministrazione di tale scale a 131 soggetti ha permesso di ipotizzare una diagnosi di comunità il più possibile attuale. Tale procedura permette di definire il presente elaborato quale studio esplorativo utile a future ricerche. La psicologia infatti non vanta ad oggi grandi ricerche o numerosi studi relativi alle ripercussioni che un fenomeno così ampio e complesso può avere sulla psiche umana e sulle svariate dinamiche relazionali e sociali che caratterizzano la vita psicologica di ognuno. Una breve analisi delle principali problematiche economiche, ambientali e sociali legate alla crisi globale permette l'emersione degli aspetti ambientali e sociali che potrebbero svelarsi incisivi sulla vita del singolo e delle comunità

Dall'analisi dei dati emerge principalmente che i cittadini che sono impegnati nelle reti del territorio del Movimento per la decrescita felice e dell'Ufficio di scollamento o che generalmente condividono i valori della decrescita siano caratterizzati da un elevato interesse socio-politico. Tale caratteristica risulta essere in letteratura fondamentale spinta per la promozione del benessere psicologico in quanto l'interesse socio politico rappresenta parte del processo di coscientizzazione e consapevolezza necessari per la promozione del benessere stesso. Emerge inoltre come il benessere psicologico sia strettamente legato a fattori quali la capacità di porsi e perseguire

obiettivi e da una atteggiamento di tipo positivo. Questi ultimi fattori saranno quindi indispensabili variabili sulle quali agire per produrre un cambiamento positivo relativamente al benessere psicologico dei cittadini stessi. In ultima analisi lo svolgimento di attività di autoproduzione sembra essere promotrice del benessere psicologico se accompagnata dalle variabili sopracitate. Le attività delle reti che nel territorio promuovono stili di vita alternativi e che producono coscienza critica relativamente allo stato delle variabili economiche, sociali ed ambientali e che promuovono attività di autoproduzione quale mezzo per sperimentare una maggiore autoefficacia sembrano essere dunque indispensabili propulsori territoriali di quel cambiamento che a diversi livelli di analisi sembra oggi essere in atto. Proposte di indici di misurazione del benessere alternativi al pil, reti internazionali per la tutela ambientale, associazioni di promozione dell'equità fino ad arrivare alle iniziative relative agli orti urbani e ai gruppi di acquisto solidale sembrano potersi inscrivere in una sorta di diagnosi contestuale all'interno di un più ampio processo di cambiamento che sta coinvolgendo diversi livelli sociali, dalle politiche internazionali a quelle locali.

Riassumendo si può affermare che ad oggi ci troviamo in una fase di cambiamento, di liberazione, nella quale i cittadini stano acquisendo consapevolezza sia relativamente ai meccanismi socio-politici sia per quanto riguarda la possibilità di attuare stili di vita alternativi a quelli oggi maggiormente condivisi. Se questi ultimi risultano essere utili per il cambiamento ed il benessere nei singoli, la presenza a livello internazionale di movimenti per la tutela dell'equità, della giustizia e della tutela ambientale aggiunge valore ed ampiezza al processo di cambiamento che a livello macro sta colpendo perlomeno le popolazioni e le politiche europee.

Se a livello internazionale è in atto un cambiamento utile al superamento dei numerosi limiti che l'attuale paradigma di crescita sta mostrando a livello nazionale è possibile ora affermare che le azioni promosse dal Movimento per la decrescita felice e dall'Ufficio di scollamento (più ampiamente descritte come reti di promozione dei

valori della decrescita) non solo siano utili alla sensibilizzazione del territorio nazionale relativamente alle alternative possibili ma anche che tale incremento di consapevolezza nei singoli sia indispensabile fattori di promozione del benessere psicologico degli stessi e conseguentemente delle comunità che li ospitano.

Concludendo ringrazio tutti voi non solo per la partecipazione al mio breve studio ma per il coraggio e l'attivismo. Vi ringrazio di cuore perché anche in me, grazie alla vostra quotidiana azione territoriale è nata l'idea di poter cercare per la psicologia un ruolo ed una collocazione utile alla promozione del benessere nell'attuale contesto di crisi ambientale, economica e sociale affinché i cambiamenti auspicati siano il più possibile comprensivi della dimensione psicologica dei cittadini troppe volte politicamente sottovalutata.