



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione

Corso di Laurea Magistrale in Psicologia di Comunità

Tesi di Laurea Magistrale

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

A degrowth critique of this times of crisis: ideas for promoting well-being

Relatore

Prof. Alessio Vieno

Correlatore

Prof. Massimo Santinello

Laureanda: Federica Bruno

Matricola: 1036184

Anno Accademico 2013/12014

INDICE

INTRODUZIONE	pag. 5
CAPITOLO 1: Ecologia della crisi	pag. 7
1.1.1: Situazione ambientale	pag. 8
1.1.2: Situazione socio-economica	pag. 10
1.2.1: La situazione italiana	pag. 14
1.2.2: Situazione ambientale	pag. 14
1.2.3: Situazione socio-economica	pag. 15
CAPITOLO 2: Modelli teorici	pag. 19
2.1.1: Ecologia del benessere	pag. 20
2.1.2: Dall'oppressione al benessere	pag. 21
2.2.1: La crisi sul benessere	pag. 25
2.2.2: La perdita del lavoro	pag. 28
2.3.1: Risposte-Proposte	pag. 30
2.3.1: Decrescita	pag. 31
2.3.2: Il movimento per la decrescita felice (MDF) e l'ufficio di scollamento (UDS)	pag. 33
CAPITOLO 3: Metodologia e strumenti	pag. 37
3.1.1: Obiettivi ed ipotesi	pag. 38
3.1.2: Soggetti	pag. 39
3.1.3: Strumenti	pag. 40
CAPITOLO 4: Risultati	pag. 43
4.1.1: Analisi descrittiva partecipanti	pag. 43
4.2.1: Analisi descrittiva dei dati raccolti	pag. 46
4.3.1: Attendibilità scale	pag. 49
4.4.2: Analisi della varianza univariata	pag. 50
4.4.3: Analisi della varianza multivariata	pag. 51
4.4.4: Analisi delle correlazioni	pag. 52

4.5.1: Approfondimenti	pag. 53
4.6.1: Discussione	pag. 56
CAPITOLO 5: Considerazioni finali	pag. 61
5.1.1: Conclusioni	pag. 61
5.2.1: Limiti e prospettive future	pag. 64
BIBLIOGRAFIA	pag. 67
SITOGRAFIA	pag. 74
ALLEGATO 1	pag. 75

INTRODUZIONE

Notizie sulla crisi economica e sulla situazione ambientale in cui vige il pianeta sono nei quotidiani e nei telegiornali all'ordine del giorno. I mezzi di comunicazione stimolano dibattiti, raccontano storie e intervistano esperti del settore per gli approfondimenti che richiedono maggiori conoscenze.

La letteratura scientifica, soprattutto in ambito psicologico, non vanta però 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. Si trovano in letteratura singoli studi che affrontano da più parti le implicazioni psicologiche della crisi economica e sociale (Panas, 2013, Fattore, 2009, Suhrcke & Stuckler, 2012, Marmot & Bell, 2009). Le iniziative di ricerca italiane ed europee che si stanno compiendo in tale direzione mi hanno da subito interessata quando ho avuto la possibilità di essere testimone di alcune di esse partecipando al IX convegno nazionale di psicologia di comunità di Padova e al IX convegno europeo di psicologia di comunità a Napoli, entrambi nel 2013.

La tesi che presento si focalizzerà sull'analisi ecologica del contesto attuale e sulla ricerca delle variabili che attualmente potrebbero mostrarsi determinanti per la promozione del benessere dei cittadini. Attraverso tre scale di misurazione rispettivamente del benessere (inteso come salute mentale positiva), dell'empowerment personale e politico e della resilienza disposizionale, verrà 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.

Partendo dal primo capitolo si trova una breve analisi delle principali problematiche economiche, ambientali e sociali legate alla crisi globale facendo emergere gli aspetti dell'ambiente fisico e sociale che potrebbero svelarsi incisivi sulla vita del singolo e delle comunità.

Nel secondo capitolo la presentazione di alcune teorie psicologiche sottolinea il peso che potrebbero avere determinate variabili, oggi compromesse dalla crisi socio-economica, 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. Con la presentazione di alcune realtà italiane che stanno promuovendo soluzioni alternative a questo sistema socio-economico in crisi si passa alla parte sperimentale della tesi.

Il terzo capitolo illustra quali sono gli obiettivi e le ipotesi che hanno guidato la progettazione e la stesura di questo elaborato. In particolare viene descritta la metodologia con la quale si è proceduto alla raccolta dati e vengono, in questa sede, presentati gli strumenti utilizzati.

Il capitolo quarto dà spazio alla presentazione dei dati raccolti. Vengono inizialmente descritti i dati che sono stati selezionati e ne sono presentati i risultati ottenuti dall'analisi statistica degli stessi. Chiude il capitolo la discussione dei risultati che prova ad inscrivere questi ultimi all'interno della cornice teorica presentata nel secondo capitolo.

Conclude l'elaborato il quinto capitolo che tenta di riassumere il progetto dandone un'ampia ma sistematica lettura approfondendone i limiti e le prospettive future.

Alla luce delle più recenti proposte della letteratura scientifica, l'elaborato propone alcune riflessioni utili a possibili approfondimenti futuri.

CAPITOLO 1

ECOLOGIA DELLA CRISI

Come afferma Arcidiacono (2009) il focus della psicologia di comunità nella prospettiva ecologica è la conoscenza e lo studio delle “interazioni tra fattori sociali, economici, ambientali, individuali e relazionali che inibiscono e favoriscono il benessere individuale nell'interazione con i processi locali e che ne determinano in maniera significativa l'evoluzione” (pag. 2). Spesso la letteratura che si è occupata di benessere e felicità degli individui si è focalizzata maggiormente sugli aspetti individuali di tali costrutti senza dare uno spazio adeguato alle altre variabili che influenzano il vissuto psicologico di ognuno (Prilleltensky, 2012). Ritengo che soprattutto oggi sia riduttivo, come psicologi di comunità, non cercare di comprendere la complessità delle interazioni tra sistemi ecologici, ponendosi come obiettivi generali la promozione del benessere e la prevenzione del disagio degli individui che abitano il nostro stesso contesto.

Cercando quindi di descrivere ed analizzare l'attuale scenario nazionale ed internazionale relativamente alle dinamiche ambientali, sociali e relazionali, economiche e politiche non si può non finire con l'affermare che si è di fronte alla possibilità di un enorme collasso riguardante l'intera società globale. L'osservazione dei differenti livelli di analisi ecologica, sia facendo riferimento alla teorizzazione di Bronfenbrenner (1979) sia guardando a quelle di autori più recenti (Prilleltensky, 2008), motiva allo studio dei processi che rendono tali livelli interdipendenti. Se è vero che lo stato di salute del singolo dipende proprio dallo stato e dalle relazioni che intercorrono tra i livelli ecologici, risulta indispensabile cercare di comprendere quali siano le condizioni in cui attualmente si trovano questi ultimi. Cercherò dunque di percorrere una strada che parta dalla lettura delle dinamiche macrocontestuali e che via via attraversa i diversi sistemi raggiungendo infine l'individuo.

Provando ad analizzare le condizioni in cui si trovano i diversi livelli di analisi ecologica troviamo innanzi a noi una situazione alquanto sconcertante. Come affermano Ehrlich & Ehrlich (2013) oggi i due più grandi e complessi sistemi vitali risultano essere in crisi: la biosfera e il sistema socio-economico.

1.1.1 SITUAZIONE AMBIENTALE

Dal punto di vista ambientale sono diversi gli autori in letteratura che condividono preoccupati dati riguardanti:

- esaurimento delle risorse petrolifere e minerarie di facile estrazione;
- riscaldamento globale, eventi climatici estremi
- pressione insostenibile sulle risorse naturali, foreste, suolo coltivabile, pesca oceanica;
- instabilità della produzione alimentare globale;
- aumento popolazione (oggi 7 miliardi, 9 nel 2050);
- perdita di biodiversità
- desertificazione;
- distruzione di suolo fertile;
- aumento del livello oceanico e acidificazione delle acque
- squilibri nel ciclo dell'azoto e del fosforo;
- accumulo di rifiuti tossici e inquinamento persistente dell'aria, delle acque e dei suoli con conseguenze sanitarie per l'uomo e altre specie viventi;
- difficoltà approvvigionamento acqua potabile in molte regioni del mondo.

(Boero, Mainardi, Masullo, Mercalli, Tartaglia, Donovaro, 2013).

La situazione ambientale del nostro pianeta, così descritta, suscita sicuramente notevoli preoccupazioni di carattere scientifico. Sono forse tali prese di coscienza che spingono scienziati e uomini di cultura in tutto il mondo alla creazione di network, associazioni e veri e propri think tank. Un esempio su tutti l' Earth Overshot Day, giorno dell'anno in cui, secondo un preciso calcolo, l'umanità inizia a consumare risorse naturali più velocemente di quanto la terra sia in grado di rinnovarle, alimentando così il debito ambientale, come spiega il "Global Footprint Network" (Mattoon, Van Lenning, 2012). La condivisione, anche mediatica, di tali informazioni sembra riuscire ad influenzare le scelte e i pensieri di un sempre crescente numero di individui e di settori produttivi. Sul totale delle aziende italiane il 23,6% (Symbola e Unioncamere, 2012), quasi un quarto, ha impostato il proprio lavoro secondo un'economia green e risultano essere proprio tali imprese quelle che esportano di più, producono più posti di lavoro e che spesso mantengono più saldi i legami con territori e comunità.

La necessità di evitare il collasso temuto ed annunciato dagli accademici italiani e le raccomandazioni che la comunità scientifica suggerisce, relativamente all'utilità di un

“cambiamento dei comportamenti umani” (Ehrlich & Ehrlich, 2013, pag. 2) non possono non trovare interlocutori anche in coloro che si occupano di comportamenti, di interazioni e di cambiamenti sociali ed individuali. Sono molte le domande che ora potrebbero sorgere relativamente al ruolo, che lo psicologo di comunità dovrebbe essere in grado di dare all'ambiente e al peso che oggi le condizioni di tale livello di analisi potrebbero giocare sul benessere degli individui. Relativamente alla relazione che intercorre tra la soddisfazione di vita e il capitale naturale si trovano, in letteratura, risultati che dovrebbero incentivare gli psicologi a includere nelle proprie analisi una tale osservazione. Nello studio macro-livello di Vemuri e Costanza (2006), atto ad analizzare le determinanti del benessere soggettivo nazionale, quest'ultimo è stato analizzato come combinazione di misure relative alla soddisfazione di vita (approssimazione cognitiva del benessere soggettivo) e misure oggettive dei capitali umano e costruito (utilizzando l'indice di sviluppo umano, HDI), sociale (leggi, fattori politici, fattori economici e grado attuale di violazioni) e naturale (misurato attraverso il valore dei servizi ecosistemici¹ del territorio). I risultati mostrano chiaramente l'esistenza di una relazione unica e non compensabile da altre variabili che lega l'ambiente (il capitale naturale) e la soddisfazione di vita. Non solo quindi i servizi ecosistemici garantiscono lo sviluppo di un territorio, anche dal punto di vista economico (commissione europea, 2008), ma la tutela dell'ambiente ha dirette conseguenze sulla soddisfazione di vita dei cittadini.

Credo che, come afferma Longhi (2011), lo psicologo e la psicologia debbano rimanere vigili per non cadere nella trappola, culturalmente incentivata, della sola risposta privata, riuscendo a sentire e ad azionare la propria responsabilità sociale di consulenti delle comunità a cui appartengono.

Oggi molte delle comunità, in cui gli psicologi operano, soffrono problematiche relative all'ambiente e al contesto naturale. Così da un lato vi è la necessità di attuare politiche per la salvaguardia e la tutela dell'ambiente, che siano però anche sostenute quotidianamente da nuovi e più responsabili comportamenti dei singoli cittadini, dall'altro non è da dimenticare l'influenza diretta che l'ambiente esercita sulla soddisfazione di vita e la salute di coloro che vi abitano. Risultano a tal punto evidenti

1 “La natura offre alla società umana una rosa variegata di benefici quali cibo, fibre tessili, acqua potabile, un suolo sano, la cattura di anidride carbonica e altri ancora. Sebbene il nostro benessere dipenda totalmente da un flusso ininterrotto di tali “servizi ecosistemici”, essi sono per la maggior parte beni pubblici privi di mercato e di prezzi e pertanto raramente tenuti in considerazione dall'attuale sistema economico. Di conseguenza, la biodiversità è in declino, gli ecosistemi sono in un perenne stato di degrado e noi ne subiamo le ripercussioni” (p.9, Commissione europea, 2008).

quanto siano numerosi i possibili ambiti d'azione che riguardano la psicologia in generale e quella di comunità in particolare.

1.1.2 SITUAZIONE SOCIO-ECONOMICA

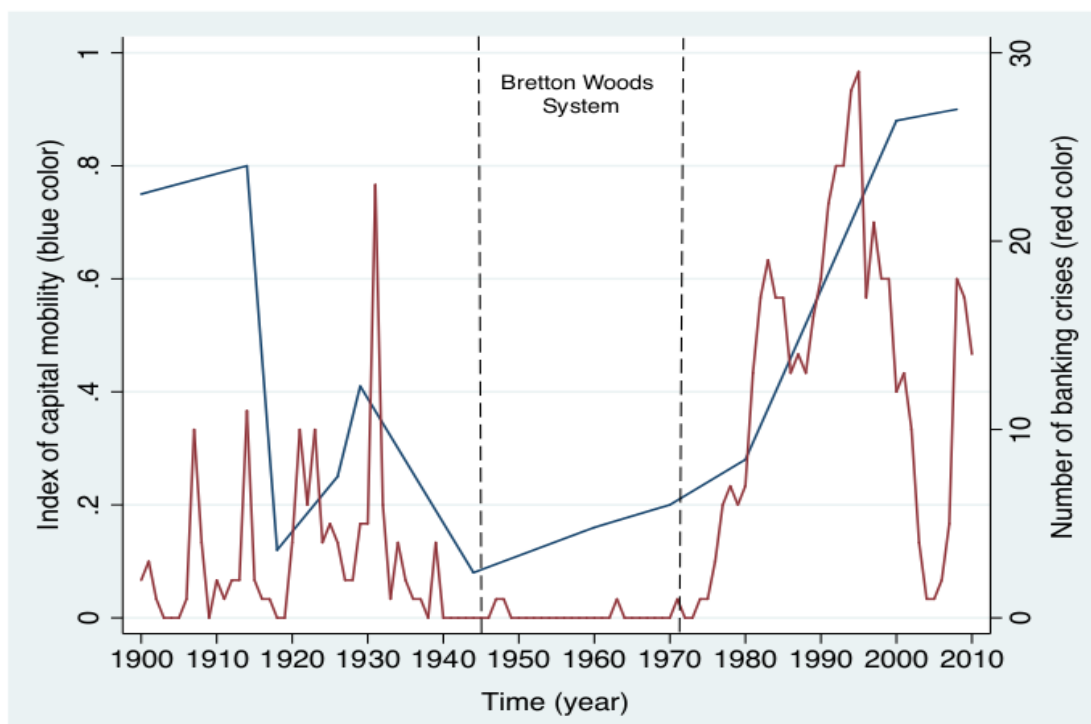
Anche dal punto di vista socio-economico, l'analisi che molti economisti presentano descrive una situazione di crisi economica internazionale definita come la più grande recessione che la storia abbia mai vissuto solo dopo la “Grande depressione” del 1929. (OMS, 2009 e De Vogli, 2013 e Stiglitz, Sen, Fitoussi, 2010).

Due sono gli aspetti che tale situazione economica internazionale mette in luce. Da un lato, è riconosciuto che il denaro sia centro, motore e decisore delle possibilità d'azione di ogni singolo cittadino. Ogni cosa, compresa l'arte, assume valore nel momento in cui diviene commerciabile ed acquisisce dunque un prezzo (Bauman, 2007). Dall'altro, l'attuale recessione si mostra come determinante fondamentale nell'aumento dei tassi di disoccupazione (Oecd, 2013) per i singoli e nella difficile gestione degli investimenti nei servizi pubblici da parte dei governi (OMS, 2009). Grande importanza acquisiscono le azioni programmatiche dei governi che si trovano a dover costruire reti supporto non solo economiche per i cittadini. Non sono sufficienti politiche di austerità che potrebbero recare danni maggiori della crisi di per sé (Suhrcke & Stuckler, 2012).

Vengono segnalate anche problematiche riguardanti l'adattamento delle politiche socio-economiche a servizio degli attuali livelli di consumo. Come descrivono De Vogli (2013) e Bauman (2007) il processo di deregulation e la privatizzazione dei mercati, a partire dagli anni 70 del novecento (figura 1.1), disegnano logiche di funzionamento della società che si ripercuotono sullo stato di salute dei singoli.

Sono infatti da considerare i numerosi disagi che la società sta sopportando (Bauman, 2007) pur d'inseguire il sogno della crescita infinita sostenuto dal consumismo capitalistico e dall'ideologia del libero mercato. Ma sembra che questo sogno stia rivelando, proprio dal punto di vista economico, dove risiede l'abbaglio che ha reso possibile il perseguimento delle logiche di mercato post boom economico.

FIGURA 1.1, DALLA GRANDE DEPRESSIONE ALLA GRANDE RECESSIONE. L'INDICE DI MOBILITÀ DEI CAPITALI E IL NUMERO DI BANCHE IN CRISI, 1900-2010.



Reprinted from: De-Vogli, R. (In press). Neoliberal ideology: The missing "cause of the causes" of the financial crisis, austerity and increases of suicide in Europe [Letter to the Editor]. *The Lancet*.

È la commissione Sarkozy (2010), ad affermare che il PIL, indice e misura della crescita, intesa come progresso, cresce simultaneamente al benessere “fino ad un certo punto” (paradosso di Easterlin). Oltre tale soglia infatti la crescita del PIL “non si accompagna ad alcun ulteriore miglioramento del benessere” (pag.102). Sono infatti numerose le proposte che da diversi fronti giungono nel tentativo di superare i limiti di una misurazione del benessere solamente economico. Non volendo entrare nel merito di ognuna di esse ad oggi le principali proposte risultano essere:

BES, benessere equo e sostenibile è la proposta italiana avanzata dall'ISTAT e dal CNEL;

Fil, felicità interna lorda;

GPI, genuine progress indicator;

Prodotto interno lordo verde;

HDI, Human Development Index,

ISEW, Index of Sustainable Economic Welfar;

Indicatore di impronta ecologica.

Era il 18 marzo 1968 quando Robert Kennedy, durante la sua campagna elettorale, espresse in un discorso passato alla storia l'inadeguatezza del Pil come strumento di misurazione del benessere: "il pil misura tutto eccetto ciò che rende la vita realmente degna di essere vissuta!" (Lops, 13 marzo 2013). Parole forti e ormai lontane che sembrano essere state soffocate dalla voce dominante della storia dell'economia.

Figurerebbe solo come una delle strade non percorse dall'economia se oggi non fossimo consapevoli delle conseguenze che il processo politico di sviluppo economico, attuato e diffuso dal mondo occidentale, europeo e statunitense, ha prodotto sullo stato di salute dei singoli individui. Dalla letteratura emergono dati allarmanti relativi ai tassi di suicidi in Europa. Dal 2007 al 2010 il trend dei suicidi ha cambiato decisamente rotta, cominciando ad aumentare dopo quasi un decennio di calo (De Vogli, 2013). Questo dato alla luce della recessione economica spinge ad immaginare una sorta di legame causa-effetto tra la crisi e il malessere o l'infelicità delle persone. È qui però che emerge l'estrema complessità dell'interazione sistemica delle determinanti ecologiche sulla salute fisica e mentale (Vemuri & Costanza, 2006). La letteratura fornisce dati contrastanti riguardo il legame tra la ricchezza e il benessere.

Per cercare di comprendere tali influenze, bisogna innanzitutto distinguere tra ricchezza individuale, ad esempio relativa alle entrate salariali familiari, e ricchezza del Paese.

Indagando i fattori promotori di felicità, Easterlin (2003), trova relazioni positive tra questa e la salute, i livelli di scolarizzazione e la ricchezza di beni materiali mentre emergono più fievoli relazioni con le entrate economiche. Questo risultato si mostra compatibile con l'attuale spinta verso indicatori maggiormente qualitativi e rappresentativi della soggettività di ognuno nella misurazione del benessere. (Ocse 2007, Stiglitz, Sen, Fitoussi 2010 e Cnel, Istat 2013).

A livello nazionale sembra esserci differenza tra paesi ricchi per i quali la ricchezza nazionale correla maggiormente con i diritti umani, l'equità, adempimento dei bisogni biologici e l'individualismo (Diener & Such, 1999) e la felicità risulta solo minimamente influenzata dal progresso economico (Oswald, 1997).

Sembrano dunque conquistare spazio ed attenzione, nelle letture delle dinamiche nazionali, costrutti come quello della solidarietà tra governi (OMS, 2009) della fiducia nei contesti locali (Aridiacono & Napoli, 2009) anche relativamente alla vita di comunità, all'equità (Wilkinson & Pickett, 2009).

Da tempo si è inoltre diffusa l'idea nell'opinione pubblica di trovare modalità utili per

riuscire a trarre da tale periodo di crisi le conclusioni e gli obiettivi migliori per il benessere di ognuno. Nel 2009 è apparso sul New York Times un articolo di Cowen molto interessante nel quale è proposta una riflessione, alla luce di diversi studi accademici, sulle ripercussioni positive che gli individui possono vivere in un periodo di recessione economica. L' autore fa notare ad esempio come le persone quando hanno maggiori difficoltà nel cercare lavoro spendono più tempo in attività centrate sulla propria crescita, sull'esercizio fisico e in divertimenti meno costosi. Emerge anche una diminuzione del numero di viaggi in automobile con un conseguente calo di incidenti stradali, un minore utilizzo di bevande alcoliche, e di tabacco e un consumo superiore di cibo migliore (casalingo) scelto al posto di quello dei fast food. Anche in letteratura Ruhm (2003) descrive i cambiamenti che rendono gli stili di vita degli individui che vivono in tempi di recessione economica, più salutari. Relativamente allo studio dei vissuti psicologici in periodi di crisi economica ed ambientale sono da considerare in tutta la loro potenzialità generativa tali comportamenti e tali spinte individuali in quanto potrebbero occupare un posto centrale negli obiettivi di un intervento di promozione del benessere delle persone che vivono oggi il contesto fin qui descritto. Anche nell'imprenditoria lo scoppio della bolla speculativa del 2008 ha dato spazio allo sviluppo di nuove modalità di innovazione sociale che permettono alle imprese non solo di evolvere ma anche di “farsi strada nello spazio, vasto e crescente, che c'è fra il crearsi di problemi nella vita collettiva e l'incapacità dello Stato di risolverli” (pag. 42, Bosetti). Congiuntamente da più fronti, degni di autorevolezza internazionale, viene perlomeno annunciata la necessità di fare della ricerca scientifica fondamento della programmaticità delle azioni politiche. La complessità delle attuali interrelazioni tra livelli ecologici necessita di un supporto scientifico non indifferente che sia multidisciplinare e che inserisca nelle proprie misurazioni unità che non siano prettamente economiche. È l'OMS (2009) che augura ai Paesi di non fare della ricerca un lusso ma uno strumento per sviluppare risorse. Se è vero che ciò che si misura guida le azioni, la collaborazione di molteplici discipline porterà con sé un'analisi quanto più complessa, comprensiva e verosimile e una programmazione di azioni con risvolti politici e sociali più inclusivi (Christens & Perkins, 2008).

Quanto presentato finora vorrebbe servire da ausilio nella comprensione delle dinamiche internazionali, macrosistemiche. Le crisi ambientale e finanziaria stanno infatti producendo i loro effetti anche a livello sociale e politico e nella gestione delle

relazioni internazionali.

Per cercare di comprendere come anche le amministrazioni pubbliche e i processi locali siano influenzati da tali processi risulta necessario stringere il campo visivo per focalizzarsi sul territorio che ospita i gruppi di soggetti qui oggetto di studio: l'Italia.

1.2.1 LA SITUAZIONE ITALIANA

Non volendo fare un'analisi politica e quanto meno partitica del Paese ma essendo consapevole della necessità per un qualsiasi Stato di poter programmare le azioni politiche ed amministrative attraverso il lavoro di tutte le cariche pubbliche, mi limito a ricordare che nelle Raccomandazioni all'Italia del maggio 2013 il Consiglio Europeo ha segnalato al paese che : “Permangono debolezze considerevoli nell’efficienza della pubblica amministrazione in termini di norme e procedure, qualità della governance e capacità amministrativa, con conseguenti ripercussioni sull’attuazione delle riforme e sul contesto in cui operano le imprese” (pag. 4, Commissione Europea, 2013).

1.2.2 SITUAZIONE AMBIENTALE

L'Italia non esce indenne dall'attuale situazione di crisi economica ed ambientale.

I cambiamenti climatici che stanno colpendo il pianeta hanno avuto e avranno un impatto tangibile sul territorio con manifestazioni percepite da tutta la popolazione. Tra queste troviamo: “un aumento della temperatura, un incremento delle precipitazioni intense, una diminuzione delle precipitazioni totali (del 5-40% per le regioni alpine italiane), aumento del rischio di desertificazione (per il 20% della superficie nazionale italiana) per aridità e incremento dell’erosione (per l’aumento dell’energia cinetica delle precipitazioni)” (pag. 2, Scolazzi et al., 2012). L'azione dell'uomo a riguardo non solo può essere contemplata tra le cause di tali mutamenti ma può essere decisiva per quanto riguarda lo sviluppo della resilienza del territorio stesso che se non tutelato, potrebbe perdere la capacità di accogliere e mitigare le conseguenze di tali fenomeni climatici. Come si legge chiaramente in Bernardino et al. (2011) la conversione urbana dei suoli e la impermeabilità conseguente del territorio, possono causare notevoli problematiche a

tutti i servizi ecosistemici peggiorandone così le funzionalità specifiche.

Questi dati acquisiscono un peso maggiore se inseriti nel contesto attuale. Sia che si guardi al lato strettamente economico sia che ci si concentri solamente sugli aspetti ambientali, oggi, in Italia, gli individui che si trovano a vivere in un territorio non tutelato subiranno maggiormente tutte le conseguenze della crisi globale. Benchè infatti il flusso annuo di valore erogato dagli ecosistemi italiani sia rimasto nella media invariato dal 1990 al 2000 (stimato circa 71,3 mld) (Scolazzi et al., 2012) risultano molto evidenti i differenti risultati provinciali a seconda delle politiche territoriali messe in atto. Certo è che leggendo i dati delle province, elaborati da Scolazzi et al., emerge chiaramente come tutti i servizi ecosistemici indagati (Regolazione clima e gas atmosferici, Prevenzione e mitigazione danni da eventi naturali, Regolazione e fornitura acqua, Assimilazione rifiuti residui, Regolazione nutrienti, Funzione habitat biodiversità, Servizi ricreativi Servizi estetico-percettivi, Mantenimento e formazione dei suoli, Impollinazione) abbiano subito perdite nelle province che non hanno tutelato il territorio e la biodiversità mentre si registra un trend completamente opposto per quelle province che hanno prestato maggiore attenzione alla tutela ambientale. Non solo quindi tali servizi sono di per sé necessari per garantire una buona qualità della vita ma sono strettamente collegati alla spesa economica del paese. Non siamo oggi in un periodo economico favorevole e dunque lo Stato dovrebbe impegnarsi a tutelare la destinazione pianificata nei rapporti strategici anche attraverso azioni di prevenzione e tutela ambientale.

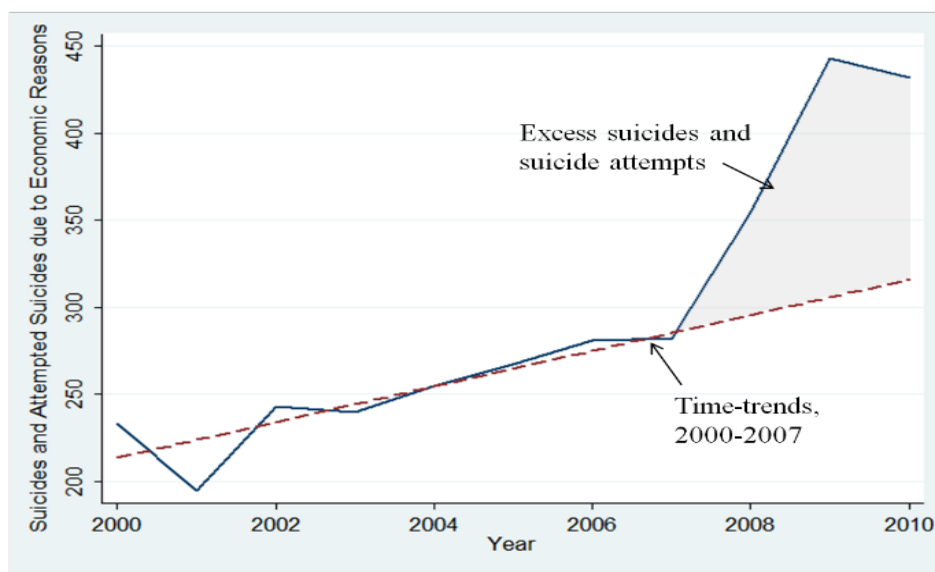
1.2.3 SITUAZIONE SOCIO-ECONOMICA

Per quanto riguarda i dati di crescita economica, presentati nel Rapporto Strategico Nazionale del Ministero dello Sviluppo Economico a dicembre 2012, l'Italia si trova ad occupare spesso gli ultimi posti nelle classifiche europee (UE-27). I tassi di occupazione, pari nel 2011 al 61,2% (20-64 anni), vedono uno scarto di 7 punti percentuale dalla media europea e i dati relativi alle tendenze economiche non mostrano risultati paragonabili a quelli medi dell'Europa. Il Pil pro capite, ad esempio è inferiore del 5% rispetto ai dati UE-27. Nel Rapporto emerge anche una fotografia del nostro paese alquanto preoccupante relativa alle disparità sociali. Non solo le percentuali di

popolazione che vive al di sotto della soglia di povertà assoluta sta aumentando (nel 2011 è il 5,2%) ma anche la ricchezza non è equamente distribuita nel nord e nel sud del Paese con un indice del Gini pari a 0,32.

Uno psicologo orientato alla promozione del benessere non può di certo ignorare tali risultati relativi al proprio territorio d'azione alla luce delle evidenze empiriche che mostrano le numerose implicazioni che le disuguaglianze esercitano sul vissuto psicologico, sanitario e sociale dei cittadini (Wilkinson & Pickett, 2009). La distribuzione della ricchezza e le attuali opportunità lavorative soprattutto per le donne e per i giovani, spingono il Paese ad attuare misure di sostegno sociale e supporti economici sostitutivi. Come si legge nel Rapporto Strategico Nazionale (2012), le imprese italiane stanno subendo le conseguenze della recessione. Aumentano di anno in anno le dichiarazioni di inizio fallimento e il numero delle imprese che prevede un miglioramento risulta essere minore a quello delle imprese che prevedono per gli anni prossimi un decremento della produzione. Per quanto possano sembrare lontani dall'interesse della psicologia, tali dati sono preoccupanti se letti con la consapevolezza delle dirette conseguenze, psicologiche e sanitarie, che la disoccupazione stessa può manifestare sullo stato di salute dei singoli individui. Indagano le ripercussioni della perdita del lavoro salariato emergono come possibili conseguenze di tale status l'aumento del rischio di suicidi, di malattie cardiovascolari, l'incremento dei livelli di stress, ansia, depressione e somatizzazione (Fattore, 2009) . A questi sono da aggiungere poi tutte le ripercussioni sulla sfera socio-relazionale, sull'autostima, sull'opportunità d'apprendimento e sulle scelte affettive e riproduttive. Come in un circolo vizioso queste condizioni appesantiscono ulteriormente la spesa del Paese. Come afferma Bertini (in Porciello, 2013) la psicologia deve iniziare anche a collaborare nella ridefinizione del Pil, superandone il senso di unico indicatore della Qualità della Vita, con la consapevolezza, ad esempio, che il proprio lavoro in chirurgia può ridurre, di 1500 euro la spesa di ogni ospedalizzazione.

FIGURA 1.2, ECCESSO DI SUICIDI E TENTATIVI DI SUICIDIO PER MOTIVI ECONOMICI IN ITALIA, 2000-2010



Data source: Italian National Institute of Statistics (ISTAT), 2000-2010.

Osservando l'andamento del trend dei suicidi in Italia, si nota come tale curva abbia subito un notevole cambiamento a partire dall'anno 2007, facendo registrare in un triennio, fino al 2010, circa 290 tra suicidi e tentati suicidi in eccesso, rispetto al trend, sul territorio nazionale. (Figura 1). (De Vogli, Marmot, Stuckler, 2012).

La salute psichica e fisica dei cittadini sembra essere notevolmente a rischio e il quadro si fa allarmante nel notare che il servizio sanitario nazionale sembra non essere in grado di rispondere alle esigenze di coloro che, in particolare in seguito alla perdita del lavoro, stanno riducendo l'utilizzo dell'assistenza sanitaria. Studi epidemiologici mostrano come la crisi economica possa essere considerata variabile influenzante i tassi di mortalità degli italiani. Servono azioni centrate sul miglioramento del servizio sanitario che necessita di un' azione più ampia e con carattere non solamente assistenziale, che dunque si occupi anche della promozione del benessere nei contesti lavorativi, urbani, scolastici facendo particolare attenzione ai gruppi sociali che oggi si trovano nelle situazioni socio-economiche più svantaggiate (Costa et al. 2012).

Se da un lato il vissuto di disoccupazione e l'insicurezza economica possono essere causa di malessere psicologico potrebbe risultare molto interessante soffermarsi sia sulle conseguenze positive che tale vissuto può manifestare agli individui sia sulle azioni politiche che potrebbero sostenere lo sviluppo propositivo dell'attuale condizione socio-economica dei cittadini. Le teorizzazioni a riguardo infatti, lasciano spazio alla

possibilità di vivere i momenti di crisi come fonte di cambiamento e di sviluppo del se' e delle comunità d'appartenenza (SoC). Sembra infatti giunto il momento di allargare il focus d'attenzione dai soli aspetti economici per includere nelle valutazioni del benessere e nei progetti di promozione dello stesso anche variabili di tipo qualitativo e soggettive. Emerge oggi in Italia, “Benessere equo e sostenibile”, uno strumento “tra i più avanzati al mondo per monitorare le condizioni economiche, sociali e ambientali in cui viviamo, informare i cittadini e indirizzare le decisioni politiche” (pag.7, BES). Con la speranza che un cambiamento di prospettiva possa avvenire anche nell'azione politica, lascio al prossimo capitolo lo spazio per tutti i necessari approfondimenti teorici.

CAPITOLO 2

MODELLI TEORICI

Il primo capitolo presenta lo stato delle variabili ecologiche che potrebbero avere oggi un'influenza negativa sulla vita delle persone. Proverò ora, grazie alla presentazione di diverse letture teoriche, ad analizzare le relazioni di tali fattori sociali, economici, ambientali, individuali e relazionali e la loro influenza sullo stato di salute psicofisica degli individui. Questa analisi ha lo scopo di far emergere le variabili che nell'attuale contesto socio-economico dovrebbero dunque essere focus della promozione del benessere degli individui. Come affermano gli psicoterapeuti Gastaldo e Ottobre (2008) “promuovere la salute significa anche armonizzare gli atteggiamenti interiori, limando quelli che un certo tipo di società ha troppo accentuato e promuovendo quelli che sono rimasti non sufficientemente espressi” (pag. 29). Tale affermazione sembra indicare come necessario per un sano sviluppo psicologico degli individui riuscire ad ascoltare gli atteggiamenti interiori e conseguentemente ad agire non utilizzando esclusivamente i valori predominanti nella società. L'analisi di quest'ultima infatti, effettuata da molteplici discipline (Bauman, 2007, De Vogli, 2013), presenta la società nella quale viviamo più centrata sull'aver, sul produrre e consumare. Nella società occidentale gli oggetti stessi, come afferma Fromm già nel 1953, non sono pensati dalla popolazione come oggetti con un certo valore d'uso ma come merci con un determinato valore economico. Come afferma l'autore “in ogni società gli uomini vengono plasmati in larga misura dalle condizioni economiche e sociali in cui vivono” (pag. 34, Fromm 1953). L'influenza che i modelli identitari e di potere, promossi e condivisi dalla nostra società, esercitano sui singoli inducono allo sviluppo razionale di un Sé capace di affrontare il potere degli altri realizzando per se stesso il sogno del successo (Natale, 2013). Si potrebbe dunque ipotizzare, alla luce dell'analisi delle condizioni dei diversi livelli ecosistemici che le recenti spinte verso una maggiore tutela dell'ambiente, una maggiore autosufficienza e verso lo sviluppo di efficienti reti sociali da parte di privati cittadini e di illuminate amministrazioni siano frutto anche di bisogni e desideri prettamente psicologici relativi alla salute psicofisica, al benessere sociale, relazionale ed affettivo. Le preoccupazioni condivisibili per lo stato attuale dei diversi livelli ecosistemici potrebbero dare quindi spazio da un lato al miglioramento delle variabili contestuali in crisi e dall'altro potrebbero dare spazio allo

sviluppo di nuovi modelli identitari maggiormente funzionali per sé e per il contesto. In particolare potrebbe essere il desiderio di scoprire la nostra identità, al di fuori dei dominanti meccanismi relazionali e sociali culturalmente condivisi, a guidare la ricerca del benessere attraverso azioni che la società contemporanea ha spesso tralasciato come la tutela e il valore dell'ambiente naturale, lo sviluppo e l'utilità delle reti sociali informali come mezzo per lo sviluppo di competenze individuali e l'autoproduzione. Crescono gli orti urbani, i gruppi di acquisto solidale, si sviluppano reti di comuni definiti virtuosi, cresce l'attenzione al cibo biologico, alla green economy fino ad arrivare a tentativi di cambiamento più generalizzati come le transition town (Madonini, 2013; <http://www.retegas.org/>; <http://www.comunivirtuosi.org/>; <http://www.camera.it/leg17/126;pdl=2093><http://transitionitalia.wordpress.com/>).

Pare che il costrutto teorico di Homo Oeconomicus stia lasciando posto all'Uomo che con estrema creatività sta cercando di ricollocare al centro della propria vita i propri bisogni e desideri (Thaler & Sunstein, 2009).

Dalla dichiarazione di Istanbul (Oecd et al., 2007) al nazionale progetto “Benessere Equo e Sostenibile” (Cnel & Istat, 2011) di misurazione del benessere, sembra che anche il macrosistema si sia accorto di aver tralasciato alcune importanti variabili di promozione del benessere.

2.1.1 ECOLOGIA DEL BENESSERE

Il paradigma ecologico della psicologia di comunità, alla luce dello scenario presentato nel capitolo precedente, risulta essere utile guida alla lettura di tale contesto e alla programmazione di interventi specifici.

Tradizionalmente il benessere del singolo veniva descritto quale costrutto multidimensionale (Bronfenbrenner, 1979) oggi lo stesso trova una più ampia ed esaustiva rappresentazione nella concettualizzazione gerarchica presentata da Prilleltensky (2008). Se, come afferma l'autore, “il benessere si raggiunge con una simultanea, bilanciata e contestualizzata soddisfazione di bisogni personali, relazionali e collettivi” (pag. 122), sarà necessario nella pratica coinvolgere i diversi livelli ecologici contemporaneamente per raggiungere uno stesso obiettivo di promozione del benessere. Emerge dunque un parallelismo teorico tra la lettura dinamica del ruolo della

società (Gastaldo & Ottobre, 2008) e quella ecologica della psicologia di comunità. Molte delle società occidentali contemporanee condividendo il messaggio liberale hanno dato poca attenzione alle risorse sociali delle comunità enfatizzando principalmente la responsabilità personale nella ricerca della propria soddisfazione di vita. La stessa psicologia sembra aver subito l' influenza di tale contesto concentrandosi principalmente nello sviluppo e nella diffusione di interventi terapeutici individualizzati (Longhi, 2011).

2.1.2 DALL'OPPRESSIONE AL BENESSERE

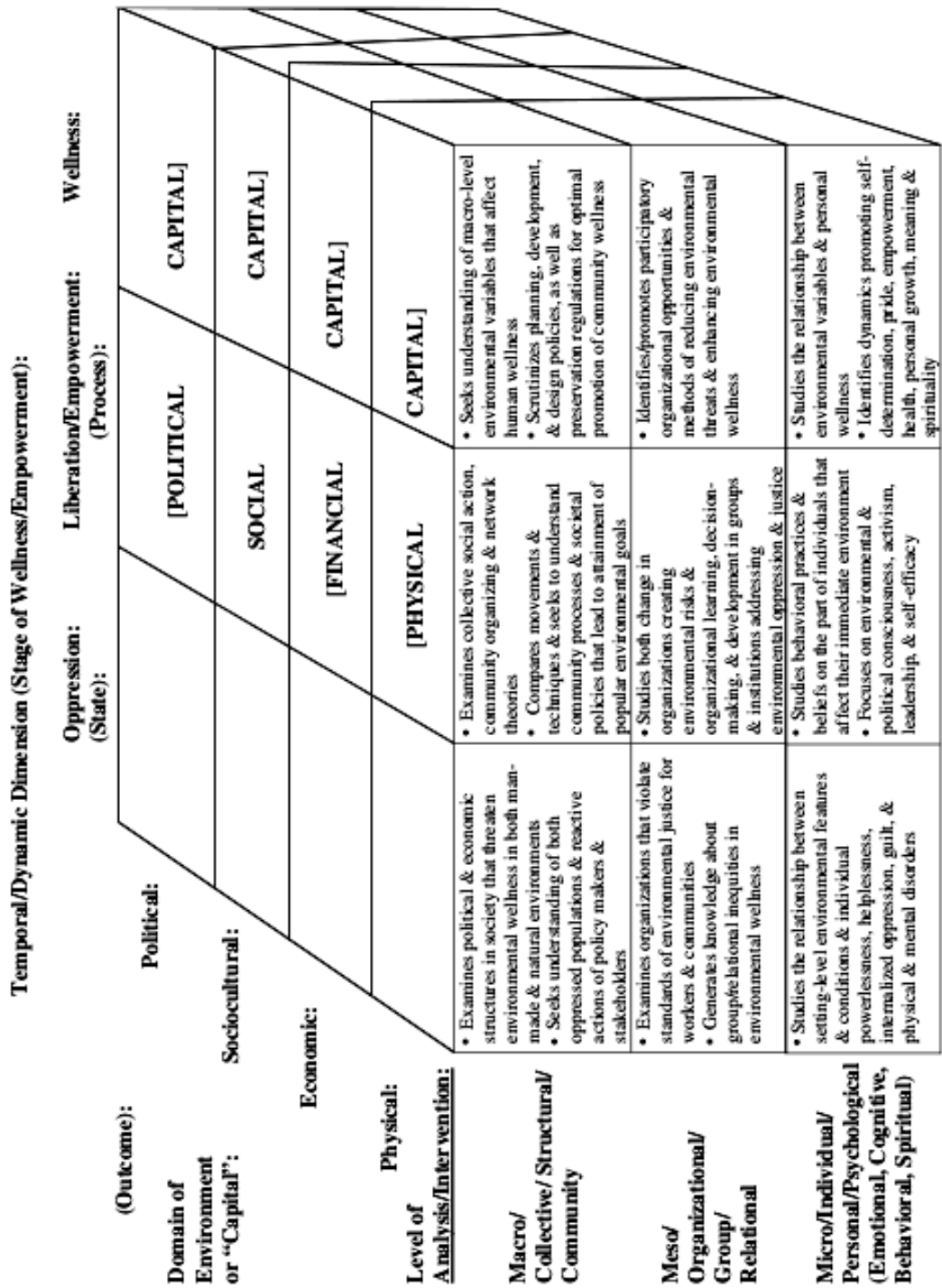
Parallelamente al costrutto di benessere viene oggi presentato in letteratura una più ampia ed esaustiva teorizzazione del tradizionale modello ecologico. La necessità, per uno psicologo di comunità, d'inscrivere la propria ricerca azione “in una più complessiva cornice a carattere interdisciplinare” (pag.52, Arcidiacono & Bocchino, 2007) ha condotto, in letteratura, alla creazione di modelli teorici che cercano di includere nella propria analisi l'estrema complessità dei fattori contestuali oggi in “campo”.

Mettere in atto un processo di cambiamento che riesca a condurre l'uomo dalla stato di oppressione a quello di benessere riuscendo così a modificare l'influenza del potere personale e sociale che indirizza il corso degli eventi e le relazioni nella sua presenza costante sia nelle dinamiche psicologiche che politiche (Prilleltensky, 2008) risulta essere obiettivo principale della promozione del benessere nel contesto presentato. Con il termine oppressione si intende in questa sede sia “lo *stato* di dominazione in cui gli oppressi soffrono conseguenze del degrado, dell'esclusione, della discriminazione, dello sfruttamento, e talvolta anche la violenza” (pagg. 49-50, Arcidiacono & Bocchino, 2007) sia il *processo* che coinvolge comportamenti istituzionalizzati collettivi ed individuali attraverso i quali “un gruppo tenta di dominare e controllare un altro al fine di garantire un vantaggio politico, economico, e/o socio-psicologico” (p.6, Mar'i 1988). Attraverso tali definizioni viene tracciato un processo di liberazione/empowerment nel quale il singolo può resistere alle forze oppressive, sia interne che esterne. Il superamento di ciò che ostacola l'esperienza soggettiva, attraverso l'acquisizione delle necessarie risorse, favorisce l'esercizio del potere “basato sulla giustapposizione di

volere consapevolmente o inconsapevolmente, di cambiare qualcosa e avere la possibilità, offerta dalle circostanze storiche e sociali, di farlo” (pag. 47, Arcidiacono & Bocchino). Sarà questo processo a condurre verso il benessere come realizzazione “simultanea e bilanciata di diversi oggettivi e soggettivi bisogni individuali, relazionali, organizzativi e di comunità” (pag.2, Prilleltensky, 2012). Pare dunque impossibile attuare cambiamenti strutturali in favore del benessere dei singoli e delle comunità non accettando la valenza psicopolitica dei concetti di potere, benessere, oppressione e liberazione. Serve dunque oggi ampliare il concetto di validità ecologica in modo da poterne rintracciare un legame con il concetto di validità psicopolitica delle nostre azioni (Pilleltensky, 2008) come singoli e come psicologi, nell'intento di concretizzare in azioni politiche di cambiamento strutturale della società (validità trasformativa), e di tenere presente il ruolo del potere sulle dinamiche dei processi psicologici e politici (validità epistemica). Con questo intento è stato elaborato da Christens e Perkins (2008) un modello ecologico comprensivo dell'analisi delle dinamiche di potere su quattro domini o “capitali” ambientali e tre differenti livelli di analisi (Figura 2.1).

Grazie a tale modello risulta possibile rintracciare su tre diversi livelli di analisi le azioni sociali e i comportamenti individuali ascrivibili alle diverse fasi del processo teorizzato che guida al benessere. Il fulcro di tale teorizzazione sta nello sviluppo di passaggi temporali che conducono al benessere nei quali svolge un ruolo fondamentale l'empowerment come processo dinamico che si sviluppa nel tempo. Sono le dinamiche di potere, psicologico e politico, a determinare infatti i cambiamenti necessari nel compiere il processo di liberazione dall'oppressione (Christens & Perkins, 2008). Si tenterà di seguito di rintracciare gli eventuali parallelismi tra il modello teorico presentato e le condizioni in cui si trovano i diversi livelli ecologici, presentate nel primo capitolo.

FIGURA 2.1, MODELLO ECOLOGICO INTEGRALE PER LA RICERCA E L'AZIONE NELLE COMUNITÀ: ANALIZZANDO LE DINAMICHE DEL POTERE RELATIVAMENTE A QUATTRO DOMINI DI CAPITALE E TRE LIVELLI.



Cercando di riassumere il modello ecologico proposto da Christens e Perkins (2008) si può affermare che la fase di oppressione sia caratterizzata da strutture politiche ed economiche che a livello macro minacciano il benessere degli ambienti naturali ed artificiali, da organizzazioni che, a livello meso, violano gli standard di giustizia e da sentimenti di impotenza e di colpa che affliggono i singoli cittadini. Le problematiche relative alla crisi economica, le raccomandazioni della Commissione europea all'Italia del 2013, i rischi ambientali che il mondo accademico sta cercando di mettere in evidenza, la situazione lavorativa precaria conseguente e il trend di suicidi e di tentati suicidi per motivi economici che si è registrato in Italia tra l'anno 2007 e il 2010 sembrano, alla luce del modello presentato, essere rappresentativi dello stato di oppressione come presentato dagli autori.

Allo stesso tempo sono presenti sul territorio nazionale istituzioni, movimenti ed organizzazioni che cercano di dare il loro contributo ai processi in atto per il raggiungimento di obiettivi popolari di tutela ambientale, di promozione della giustizia e dell'equità riguardanti sia le azioni macro livello che i comportamenti individuali. Tali organizzazioni sono state in parte presentate precedentemente ma verrà approfondita la conoscenza di alcune di esse in conclusione del capitolo. Promuovere nei singoli una coscienza politica che accresca l'attivismo degli stessi incentivando il senso di autoefficacia sono condizioni necessarie per lo sviluppo del processo nella fase di liberazione.

Il rispetto dell'ambiente naturale, l'equità nella distribuzione delle risorse, le variabili economiche, le relazioni interpersonali, l'autoefficacia sono tutti aspetti che rientrano tra gli obiettivi di promozione del benessere personale e di comunità che le numerose iniziative individuali, le scelte di vita alternative al sistema capitalistico, l'impronta green che sta caratterizzando l'innovazione dell'imprenditoria, il focus sulle variabili sociali che influenzano la salute da parte di organizzazioni internazionali, sembrano condividere negli intenti e nei risvolti operativi. Molte sono le iniziative collettive ed individuali che tendono proprio a migliorare, attraverso l'utilizzo del potere personale e sociale, quegli aspetti della vita e dell'organizzazione della società che oggi sembrano subire pericolose minacce.

Non pensando di fare uno studio longitudinale che potrebbe impegnare ricercatori per diversi decenni, credo si possa affermare che in un ottica di promozione del benessere siano condivisibili gli obiettivi, presentati dagli autori, che configurano la fase di

benessere. In questo momento del processo la realizzazione di disegni politici che promuovono il benessere di una comunità, la formazione di reti sociali nelle quali i cittadini trovino spazio per essere attivi, la promozione a livello individuale di costrutti come l'autodeterminazione, l'orgoglio, l'empowerment, la salute, la crescita personale, la creazione di senso e la spiritualità, dovrebbero essere le condizioni nelle quali s'inscrivono le dinamiche di potere.

Accettando inoltre la relazione che Prilleltesky (2012) descrive, tra il benessere e le condizioni di giustizia di una comunità, e inserendo in questo contesto il potere come variabile determinante dello stato psicopolitico del benessere stesso, è possibile affermare che anche i movimenti per l'equità ampiamente diffusi dalla letteratura di Wilkinson e Pickett (2009), possano essere inseriti nel numeroso gruppo di azioni atte ad instaurare un cambiamento preventivo ad un crollo globale del sistema liberale, o per essere più cauti, ad un ulteriore aggravamento dello stato di crisi socio-economico.

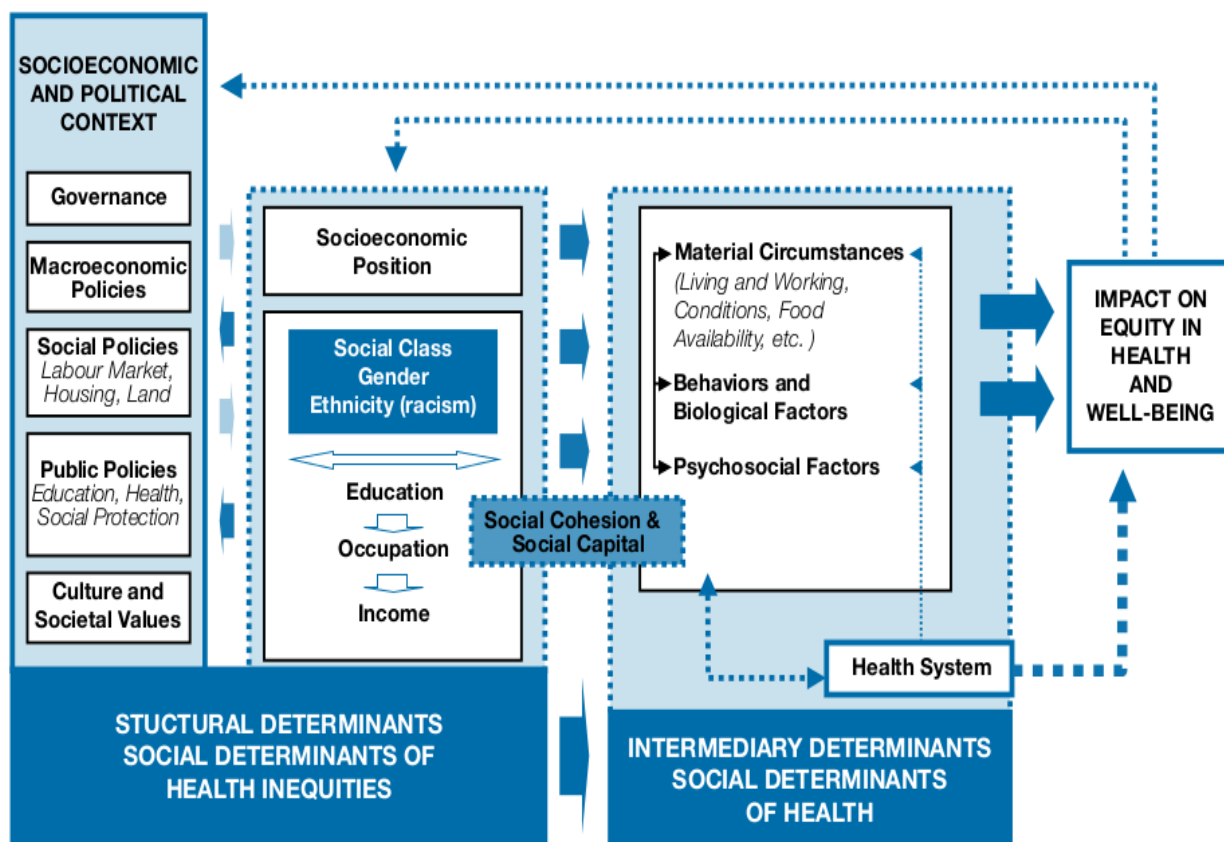
2.2.1 LA CRISI SUL BENESSERE

Parlare di cambiamento, fare critiche al sistema capitalista e alle logiche di mercato maggiormente diffuse, porre interrogativi sullo stato di salute ambientale del nostro pianeta non vogliono mostrarsi ora come un attacco politico alle forme organizzative della società attuale. Consapevoli però dell'influenza che le politiche macrosistemiche hanno sul benessere degli individui e volendo promuovere la salute psico-fisica sarà necessario identificare e cercare di eliminare quelle politiche che danneggiano la salute umana (Marmot, 2005). L'obiettivo di tale approfondimento è la ricerca di azioni e cambiamenti che, alla luce delle evidenze teoriche ed empiriche, possano essere di supporto alla promozione del benessere dei cittadini. A tal proposito risultano molto interessanti i risultati emersi in una ricerca svolta da Pans in Grecia nel 2013. L'autore ipotizza che la crisi economica, in quanto evento inaspettato, abbia effetti diretti sul benessere degli individui. Il valore ottenuto dalla somministrazione del Personal Well-Being Index di Cummins (2002) a 1216 greci adulti mostra come, a differenza da quanto ipotizzato dallo stesso Cummins, il benessere soggettivo non rispetta la teoria omeostatica secondo la quale il benessere personale è mantenuto costante in ogni individuo ed è attivamente controllato da alcuni meccanismi psicologici che funzionano

sotto il controllo della personalità (Cummins & Nistico 2002). I dati raccolti da Pans infatti rilevano un indice di PWB inferiore a quello della media dei paesi occidentali. L'indice di misurazione del benessere personale (PWI) su una scala che va da 0 a 100, presenta un range normativo di 70-80 per i paesi occidentali, ha registrato invece per la popolazione presa in esame un punteggio medio di 59,3 punti. L'autore afferma infatti che sia presente nell'uomo una tendenza della soddisfazione per la vita a continuare la sua evoluzione di sviluppo anche se dovesse risultare diversa in condizioni esterne diverse. L'omeoresi, capacità di un corpo di mantenere un equilibrio dinamico per raggiungere uno stadio diverso da quello di origine, potrebbe dal punto di vista psicologico essere una valida modalità di lettura delle risposte degli individui ad una realtà complessa che necessita quindi di modelli teorici in grado di comprendere situazioni complesse quanto quella di crisi attuale. Questa proposta teorica lascia spazio al cambiamento continuo e dipendente dall'esterno di costrutti psicologici come quello della soddisfazione di vita. Oltre che a dare respiro alla possibile promozione del benessere anche di una popolazione che sta duramente subendo le conseguenze della crisi economica, il concetto di omeoresi spinge, anch'esso, ad una maggiore considerazione, nella pratica psicologica, delle variabili esterne influenzanti il benessere dei singoli, compreso il capitale naturale. Al fisiologico processo di cambiamento del contesto esterno, culturale e politico, si affianca dunque, per suo valore ontologico, una modifica non solo nello stato del benessere ma anche una spinta verso un mutamento strutturale dell'intero costruito.

È da diversi anni (dal 2005) ormai che l'OMS sta lavorando attraverso la Commissione sui determinanti sociali sulla salute nella ricerca delle variabili sociali che possono influenzare lo stato salute dei cittadini (Marmot, 2005). Anche l'OMS sembra aver riconosciuto la complessità che l'ecologia delle variabili sociali mette in campo nell'influenzare il benessere di ogni individuo.

FIGURA 2.2, FORMA FINALE DEL QUADRO CONCETTUALE DELLA COMMISSIONE SUI DETERMINANTI SOCIALI SULLA SALUTE.



In figura 2.2 (Solar e Irwin 2010) risulta palese come l'Organizzazione Mondiale della Sanità stia dando spazio anche alle variabili macro e mesosistemiche che pesano sullo stato individuale di salute e su quello di benessere. Oltre alla lettura di tali variabili risulta particolarmente interessante osservare il livello organizzativo macrocontestuale che formula e propone nuove letture della realtà. Tale livello ecologico infatti è parte integrante e fondamentale dei processi politici ed amministrativi che guidano le azioni amministrative fino all'effettivo finanziamento delle attività specifiche di associazioni e cooperative sociali del territorio.

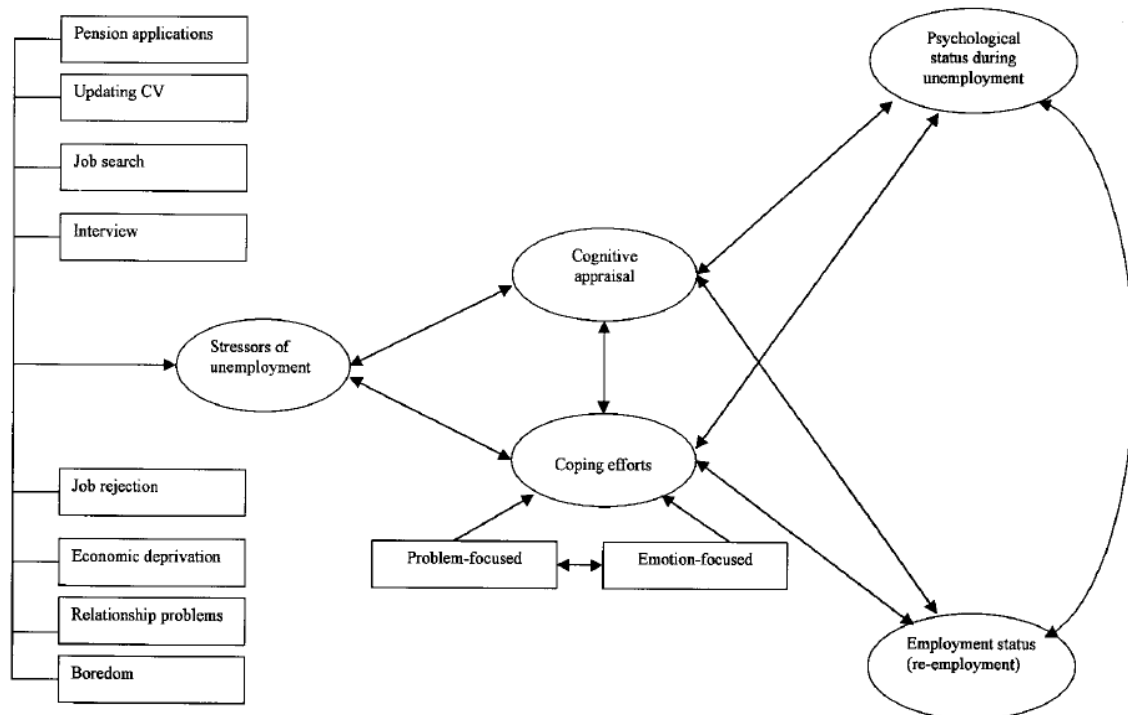
É proprio in un ottica di globalizzazione che le scelte compiute dalle numerose organizzazioni internazionali acquisiscono rilevanza e fungono da pungoli nel determinare la direzione delle azioni locali. Non solo l'OMS suggerisce di sviluppare reti solidali e di supporto tra paesi come strategia per affrontare la crisi finanziaria (OMS, 2009) ma emerge come tale suggerimento sia intrinsecamente coerente in quanto

alti livelli di globalizzazione sono correlati con alti livelli di cooperazione internazionale (Buchan, 2009). Tale dato risulta positivo considerando che lo stato di crisi finanziaria ed ambientale potrà trovare “cura” nei comportamenti nuovi e sostenibili dei singoli e delle nazioni. Questi comportamenti potranno essere promossi con la diffusione della conoscenza del rapporto che esiste tra i fattori politici, organizzativi e quelli psicologici, personali. Non è utile attuare un'educazione per la liberazione ma piuttosto serve comprendere come il proprio benessere e la giustizia possano crescere o diminuire. È necessario il sostegno di “intelligenza lungimirante” e programmatica sviluppata anche grazie ad elevati livelli di cooperazione internazionale (Ehrlich & Ehrlich, 2013). Infatti il processo di globalizzazione conduce i paesi, perlomeno europei, a condividere non solo lo stato della crisi finanziaria ma anche le sue conseguenze.

2.2.2 LA PERDITA DEL LAVORO

La struttura della società che ci ospita costringe coloro che in questo periodo di crisi finanziaria hanno perso il lavoro a subire le conseguenze peggiori per il proprio livello di salute psicologica. Seguendo il modello di deprivazione latente di Johada (presentato da Wanberg, 2012) la perdita del lavoro risulta particolarmente stressante per gli individui in quanto il lavoro salariato risponde a molteplici bisogni individuali. Da un lato avviene la perdita di quelli che possono essere definiti benefici manifesti (come le entrate economiche) dall'altro la deprivazione riguarda quelli che definiamo benefici latenti che il lavoro può dare (la strutturazione del tempo, i contatti sociali, la condivisione di obiettivi, lo status e il percepirsi attivi). La perdita di questi molteplici benefici, che siano culturalmente condivisi o psicologicamente intrinseci, inducono nell'individuo disoccupato un livello di stress che si manifesta in un peggioramento dello stato di salute fisica e psicologica. (Wanberg, 2012).

FIGURA 2.3, CoPES (COPING, PSYCHOLOGICAL AND EMPLOYMENT STATUS) DI WATERS (2000).



Sono molteplici le risorse che possono essere messe in campo per resistere ai rischi per la salute che lo status di disoccupato porta, oggi, con se. Il modello CoPES (Coping, Psychological and Employment Status) di Waters (2000) chiarifica quali sono i possibili processi psicologici messi in atto nell' affrontare la disoccupazione (figura 2.3).

Secondo questo modello l'azione degli stressor (le domande di pensionamento, l'aggiornamento del CV, la ricerca di lavoro, i colloqui, il rifiuto del lavoro, la deprivazione economica, problemi relazionali e la noia) agisce sui processi di valutazione cognitiva e sulle strategie di coping, legate da una relazione bidirezionale, che servono poi all'individuo per affrontare lo stato psicologico, durante la disoccupazione, e per giungere positivamente allo stato di ricollocazione lavorativa. Pensando dunque ad un intervento di promozione del benessere per i molti disoccupati che la crisi finanziaria sta producendo nelle sue conseguenze sul mercato del lavoro, uno psicologo di comunità dovrebbe implementare interventi finalizzati ad esempio, all'aumento dell'autostima, all' incremento del controllo percepito, allo sviluppo dell'ottimismo, ad una valutazione cognitiva dello stato di disoccupato che non annulli le possibilità d'azione e che affievolisca l'eccessiva identificazione del singolo con il proprio lavoro. Queste azioni congiuntamente ad una rete sociale di sostegno e ad azioni

politiche atte a modificare l'attuale saturazione del mercato del lavoro (necessariamente legate alla creazione di un modello di sviluppo economica che superi il solo indice PIL) potrebbero non solo aiutare il singolo a recuperare salute fisica e psicologica ma rappresenterebbe il primo passo per modificare anche il significato e il ruolo ora condiviso del denaro stesso.

La cultura dominante nel contesto statunitense ed europeo lega fortemente gli individui, per necessità d'azione, al potere economico ed alimenta un circolo vizioso dal quale sembra oggi estremamente urgente uscire. Come afferma Bartolini (2010), il degrado ambientale e relazionale alimenta la crescita economica e questa alimenta il degrado. Questa tipologia di crescita non è certo desiderabile nel voler promuovere il benessere e un contesto che permetta ad ognuno di vivere una vita salubre. Credo che solo coloro che traggono un estremo profitto economico, e dunque di status personale, culturalmente validato, possano auspicare tale modello di crescita. “La ricchezza di ciò che è privato è alimentata dal degrado di ciò che è comune” (Bartolini, 2010). Tale modello evidenzia quindi come per una reale e completa promozione del benessere sia necessario cambiare il complesso sistema di crescita economica sostenuto fin ora dal sistema capitalista e dalle logiche del libero mercato poiché solo in questo modo i bisogni fin ora inespressi dei singoli possono trovare soddisfacimento. La relazione con l'ambiente, le relazioni interpersonali, l'auto realizzazione, l'autoefficacia sono solo alcuni degli aspetti che possono essere promossi per ottenere lo sviluppo di “ciò che è comune”, del benessere come frutto della liberazione dalle oppressioni, della comunità ecologicamente intesa, a discapito della ricerca di un benessere economicamente fondato e sviluppato a livello individuale seguendo le logiche stesse che hanno guidato i processi di deregulation.

2.3.1 RISPOSTE - PROPOSTE

Cambiare i valori che guidano la ricerca della soddisfazione per la vita degli individui, non è certo questa un'imposizione auspicabile per un intervento di promozione del benessere. Credo che oggi sia estremamente necessario creare spazi utili alla conoscenza e all'informazione individuale e collettiva. Spazi nei quali si possa avere la possibilità di comprendere il valore del potere. Il potere d'azione di ogni singolo e le

relazioni che intercorrono con il potere dell'azione politica. Spazi di liberazione e di promozione delle scelte consci che “la libertà di scelta è la migliore salvaguardia contro una cattiva architettura delle scelte” (pag.10, Thaler & Sunstein 2009).

Il territorio italiano, date le specifiche problematicità, accoglie oggi diverse reti che condividono idee ed azioni con l'obiettivo di cercare un'alternativa agli standard di vita attuali. Condurre una vita più sostenibile dal punto di vista ambientale, economico ed anche sociale è considerabile la via più diretta e pratica per superare pragmaticamente il concetto di benessere e di crescita, individuale e collettiva, strettamente legate al PIL (treccani.it). Reti sociali ed organizzazioni che si prefiggono di combattere le disuguaglianze, di preservare l'ambiente naturale o di promuovere la partecipazione e l'integrazione nelle comunità stanno oggi popolando grandemente il mondo dell'associazionismo.

Condividendo la promozione di azioni volte ad un reale cambio di paradigma di sviluppo, comprendente quindi i diversi livelli di analisi ecologica, sono due le reti italiane che desidero presentare: il Movimento per la Decrescita Felice e l'Ufficio di Scollamento. Poiché l'azione di queste due realtà trae spunto in gran parte dalle teorizzazioni di Latouche (2008), relativamente al concetto di decrescita, le azioni messe in atto da tali reti italiane sono volte alla sensibilizzazione e al cambiamento simultaneo di più aspetti del quotidiano, aspetti culturali, pratici relativi agli stili di vita (autoproduzione) e politici.

2.3.2 DECRESCITA²

Serge Latouche, che si può considerare padre fondatore della decrescita, definisce quest'ultima come “uno slogan politico con implicazioni teoriche ... che vuole far esplodere l'ipocrisia dei drogati del produttivismo. ... La parola d'ordine della decrescita ha soprattutto lo scopo di sottolineare con forza la necessità dell'abbandono dell'obiettivo della crescita illimitata, obiettivo il cui motore è essenzialmente la ricerca del profitto da parte dei detentori del capitale, con conseguenze disastrose per l'ambiente e dunque per l'umanità. ... la decrescita non è la crescita negativa”. Questo slogan ha

2 Termine tradotto dal francese “décroissance”. Sta ad indicare un processo alternativo alla crescita, potrebbe essere usato a-crescita o anti-crescita. Non indica dunque un processo opposto a quello di crescita. Per un approfondimento sul termine e sulle sue molteplici e diverse traduzioni in lingua: pag.60 e seguenti Latouche, 2011.

l'obiettivo di “raggruppare quelli che hanno fatto una critica radicale dello sviluppo e vogliono delineare i contorni di un progetto alternativo per una politica del doposviluppo” cercando di realizzare “una società nella quale si vivrà meglio lavorando e consumando di meno” (pag. 17,18, Latouche, 2008).

Nel medesimo testo l'autore sottolinea come questo slogan abbia origine lontane, nelle critiche mosse, nel secolo scorso, da molteplici discipline. In particolare si possono rintracciare le basi teoriche di riferimento nella sociologia di Durkheim, Mauss ed Illich, nell'antropologia di Polanyi e Shalins e nella psicanalisi di Castoriadis, Fromm e Bateson. Riassumendo si può affermare che la parola decrescita possa portare con se le critiche culturali ed ecologiche dell'economia. Entrando un po' più nello specifico il cambiamento che “la decrescita” si propone di innescare si basa sull'attuazione di otto cambiamenti interdipendenti: “le otto R” (rivalutare, riconcettualizzare, ristrutturare, ridistribuire, rilocalizzare, ridurre, riutilizzare e riciclare). Dalle teorizzazioni si muovono ora in Europa azioni concrete volte non solo a sensibilizzare i singoli cittadini ma ad incidere in modo programmatico anche nelle azioni e nei dibattiti politici con i Verdi, in Italia dal 2006 in Francia dal 2007 ed in Grecia (Latouche, 2008 e 2013).

Per cercare di delineare al meglio i confini di tale teorizzazione mi pare opportuno descriverne gli aspetti contrastanti con il più dibattuto modello di sviluppo sostenibile. Quest'ultimo adottando il concetto di sostenibilità, lascia in gran parte inalterato l'attuale modello di crescita economica, guardando all'ambiente quale dimensione essenziale dello sviluppo economico e alla responsabilità intergenerazionale come necessità per un utilizzo delle risorse naturali in grado di assicurare “il soddisfacimento dei bisogni della generazione presente senza compromettere la possibilità delle generazioni future di realizzare i propri” (<http://www.treccani.it/enciclopedia/sviluppo-sostenibile/>). Pur garantendo al tema ambientale un posto prioritario, la decrescita evidenzia la non compatibilità dell'attuale modello di sviluppo economico con il sistema finito nel quale viviamo, la Terra. “I principi di riferimento promossi dalla decrescita si richiamano dunque all'equità, alla bioeconomia, alla convivialità ed alla sobrietà; viene invocato il passaggio ad un modello di “a-crescita” economica che porti all'abbandono della rincorsa all'aumento costante di produzione, insostenibile per l'ambiente e dunque, in ultima analisi, nocivo per l'uomo. I promotori della decrescita sostengono che il perseguimento di tali obiettivi possa produrre felicità personale e giustizia sociale” (pag.3 Riva & Boffi, 2009).

Un nuovo paradigma di sviluppo che arrivi ad abbracciare quindi la complessità delle numerose variabili ecologiche.

Per giungere a tale articolato obiettivo, sul territorio italiano sono rintracciabili numerose iniziative che con molteplici modalità propongono pragmatiche possibilità di generare benessere “decescente”. Tra le numerose iniziative in questa sede verranno presentate, a scopo esemplificativo, le attività promosse dai circoli territoriali del Movimento per la Decrescita Felice e dagli Uffici di Scollocamento.

2.3.3 IL MOVIMENTO PER LA DECRESCITA FELICE (MDF) E L'UFFICIO DI SCOLLOCAMENTO (UDS)

Le attività svolte dai circoli territoriali del Movimento per la Decrescita Felice (MDF) e le attività proposte dagli Uffici di Scollocamento³ (UDS) del Piemonte, dell'Umbria, della Lombardia e del Lazio non sono esattamente le stesse ma sono guidate dal medesimo tentativo di generare benessere nei singoli, nelle comunità e nell'ambiente.

Le azioni degli UDS si concretizzano in un programma che prevede due livelli. Il primo livello ha come obiettivo quello di sensibilizzare il territorio, d'informarlo e di sollevare dibattito e domande riguardo ai rischi che stiamo correndo a livello ambientale, economico, sociale, psicologico e politico. Il secondo livello prevede la strutturazione di incontri di “ri-formazione” che costituiscono “il percorso vero e proprio attraverso il quale fornire strumenti, notizie, metodi, approcci, alternative, sostegno e testimonianze utili alla realizzazione di un proprio individuale percorso di scolloccamento” (pag. 66, Ermani & Perotti, 2012). Ogni singolo è lasciato infatti libero di fare le scelte che sente di voler perseguire, nella direzione e con le modalità che riterrà più consone al proprio benessere ora consapevole del grande valore che hanno le azioni.

Per giungere a tale obiettivo viene utilizzata quella che qui possiamo chiamare un'equipe multidisciplinare composta ad esempio da uomini di scienza e di cultura, specialisti di economia, d'agricoltura e di diritto e da psicologi. Questi ultimi, in particolare, avranno il compito di sostenere il processo di cambiamento olistico che ogni persona dovrà sostenere dal momento in cui decide di non voler seguire l'attuale

3 Neologismo. Il termine collocamento, inteso come acquisizione di un posto di lavoro seguendo le attuali leggi di mercato, è stato modificato ed aggiungendo il prefisso s-, sta qui ad indicare un percorso esattamente opposto che agevoli non l'ingresso ma l'uscita dall'attuale sistema socio-economico.

paradigma di crescita. Mettere in moto un processo che permetta a chi lo desidera di impostare la propria vita seguendo un costrutto di benessere non legato al dominante paradigma di crescita economica non è una scelta facile ne' per se stessi ne' per ciò che concerne gli aspetti relazionali. Lo psicologo dunque può avere un ruolo fondamentale a partire dal sostegno di cui, le persone che desiderano cambiare, sentiranno il bisogno (Ermani & Perotti, 2012).

Il Movimento per la Decrescita Felice nasce in Italia nei primi anni del 2000. Il suo fondatore è individuabile nel saggista Maurizio Pallane. Il MDF si propone sul territorio come agente di una rivoluzione culturale che mette le basi nell'economia, negli scritti dell'economista Serge Latouche (2008, 2011), e che filosoficamente costruisce un modello alternativo alle regole di mercato ed economiche oggi vigenti. Latouche afferma nei suoi scritti la necessità di decolonizzare l'immaginario come necessità per riuscire a slegare i pensieri degli uomini dal sistema culturale dominante in modo da lasciare ognuno libero di crearsi le proprie aspirazioni autonomamente ridando all'economia il ruolo di semplice mezzo e strumento per la vita (Latouche, 2011). Come si legge in Natale (2013) alcuni degli otto obiettivi della decrescita riflettono competenze di tipo psicologico. La rinegoziazione e la ricostruzione di valori e bisogni, la coscientizzazione necessaria per promuovere scelte alternative all'attuale sistema economico sembrano essere spazi d'azione gestibili dalla psicologia di comunità. Attuare un processo che ridia il potere ai cittadini richiede interventi di sostegno psicologico per tutti gli individui che decidono di intraprendere tale strada.

Le azioni che sul territorio nazionale vengono promosse dal MDF riguardano principalmente attività di sensibilizzazione relativamente a tre macro aree: stili di vita, politica e tecnologia. Questi tre ambiti costituiscono parti della più grande area d'intervento che è la cultura (sito MDF). Attraverso la sensibilizzazione dei cittadini il MDF si propone di creare un'alternativa culturale al paradigma della crescita infinita. Due sono le azioni che secondo il movimento possono incidere realmente sull'attuale sistema economico e produttivo: l'autoproduzione e la fornitura di servizi alla persona che solitamente vengono delegati a pagamento. (Pallante, 2011). Queste quotidiane azioni si faranno promotrici di un miglioramento “della vita individuale e collettiva, delle condizioni ambientali e delle relazioni tra i popoli, gli Stati e le culture” (pag.19,20 Pallante, 2011) grazie alle ripercussioni che tale tipo di scelte avranno sui diversi aspetti ecologici influenzanti, a loro volta, esattamente il benessere individuale.

Dati gli obiettivi e i valori condivisi dalle reti territoriali qui presentate parte dei soggetti che ho preso in considerazione per l'analisi statistica effettuata in questo elaborato è stato selezionato grazie alle reti di tali iniziative.

Non è mio obiettivo testare l'efficacia delle diverse azioni e dei processi individuali messi in atto dai singoli. Si cercherà in questa sede di analizzare lo stato di benessere psicologico di coloro che, inseriti nei movimenti sopracitati, condividono i valori della decrescita. Finalità ultima quindi del presente è quella di rintracciare le variabili ecologiche utili alla promozione del benessere alla luce delle crisi economica, ambientale e sociale che caratterizzano lo stato attuale dei diversi livelli di analisi del contesto.

Poiché il sistema economico e sociale oggi maggiormente diffuso in Europa e negli Stati Uniti, influenza il benessere, gli stili di vita e le necessità dei singoli cittadini in questo elaborato si proverà ad analizzare il livello di resilienza disposizionale, di benessere e di empowerment personale e politico che li caratterizza coloro stanno cercando autonomamente di non condividere le richieste che la società del libero mercato fa loro.

CAPITOLO 3

METODOLOGIA E STRUMENTI

Credo che “l'intelligenza lungimirante”, auspicata dalla letteratura scientifica nella gestione delle politiche nazionali ed europee centrata sulla cooperazione, sulla tutela del territorio e sulla comprensione delle dinamiche di crescita e diminuzione del benessere e della giustizia, sia oggi tutelata e promossa dai movimenti nazionali ed internazionali citati precedentemente.

Ciò che invece può essere contattato quotidianamente dal singolo sul territorio sono quelle iniziative che, come il Movimento per la decrescita Felice e l'Ufficio di Scollamento, promuovono l'informazione e la consapevolezza prima di tutto culturale delle dinamiche e del funzionamento delle molteplici variabili macrocontestuali. La letteratura raccomanda la consapevolezza del funzionamento di tali variabili per promuovere l'empowerment e il processo di liberazione che guida al benessere (Christens & Perkins, 2008), psicologicamente presentate da Prilleltensky (2008).

Come emerge dal modello di Christens & Perkins (2008, fig. 2.1) le azioni che a livello individuale s'inscrivono nel processo di liberazione/empowerment si trovano in stretta relazione con la messa in atto di un processo di coscientizzazione e di conoscenza utile per l'emersione di potenzialità del singolo (autoefficacia) e del territorio (tutela ambientale) che spesso non trovano spazio d'espressione e di realizzazione. Come emerge dalla letteratura scientifica ciò che risulta necessario nell'attuale stato delle variabili macrocontestuali e un percorso di coscientizzazione e di empowerment che porti i singoli e le comunità alla guida del necessario cambio di paradigma di sviluppo economico e sociale (Arcidiacono, 2013).

Alla luce di quanto affermato le numerose persone che oggi in Italia stanno scegliendo di allontanarsi dall'attuale sistema socio economico in crisi e che trovano sostegno per far ciò nelle reti sopra indicate (MDF e UDS) se si muovono nella direzione di rendere meno “vitale” la relazione col denaro, di riavvicinarsi alla natura e di sviluppare competenze personali, autonomia nel rispondere ad alcuni bisogni (come quello alimentare) è ipotizzabile vadano ad incidere positivamente sul proprio benessere psicologico.

Per cercare di comprendere come tali scelte influenzino la vita psichica degli individui

che ricercano un cambiamento che segua le proposte della decrescita, ho proceduto all'analisi di diversi costrutti psicologici.

3.1.1 OBIETTIVI E IPOTESI:

Le crisi dei sistemi economico, sociale ed ambientale oggi in atto, pongono nuove sfide alla promozione del benessere. Accettando la metafora ecologica della psicologia di comunità, al variare simultaneo di un numero così elevato di variabili influenzanti il benessere psicologico e la salute dei cittadini, non si può non provare ad approfondire tali relazioni. Come presentato dalla letteratura è necessario innescare oggi un processo di coscientizzazione che promuova la consapevolezza del potere politico delle proprie azioni e la conoscenza dello stato attuale delle differenti variabili ecologiche. L'analisi delle variabili maggiormente influenzanti lo stato di salute dei cittadini suscita domande relativamente all'influenza dell'attuale mercato del lavoro, alla perdita conseguente del potere economico, allo stato di salute relativo alle problematiche ambientali ed alla condivisione di valori nella società nella quale viviamo.

Avendo intravisto nel territorio italiano e tramite la letteratura scientifica una valida proposta, soprattutto perché ecologicamente ampia, nelle attività delle reti che promuovono i principi della decrescita, in questo elaborato ho tentato di testarne le possibili influenze sulla vita psicologica degli individui che ne condividono i valori.

Date queste premesse le ipotesi avanzate in questo elaborato sono tre:

Ipotesi 1:

coloro che, condividendo i valori della decrescita, vivono in un ambiente rurale aumentando il loro rapporto con il capitale naturale, intraprendono un percorso personale che incrementa le proprie capacità e competenze attraverso lo svolgimento di attività di autoproduzione di beni e che accresce la conoscenza dello stato di crisi ambientale, politico e sociale che caratterizza la società nella quale viviamo potrebbero registrare un livello benessere personale superiore rispetto a coloro che pur svolgendo attività autonome dal punto di vista lavorativo sono inseriti con tali attività nell'attuale sistema economico in crisi.

Ipotesi 2:

coloro che sono inseriti nelle reti territoriali promotrici dei valori della decrescita dovrebbero inoltre aver sviluppato un maggior empowerment personale e politico, grazie alla condivisione critica dell'attuale modello di sviluppo ed alla partecipazione alle attività di sensibilizzazione delle reti stesse che potrebbero aver accresciuto valori quale la partecipazione sociale.

Ipotesi 3:

la partecipazione a reti del territorio che approfondiscono attraverso un'ampia analisi lo stato delle diverse variabili ecologiche potrebbe essere facilitata per quegli individui caratterizzati da un elevato livello di resilienza disposizionale, che li avrebbe portati, allertati dalle crisi economica, sociale ed ambientale, a cercare una funzionale modalità di reazione agli stressor caratterizzanti il contesto.

3.1.2 SOGGETTI

Ho rintracciato sul territorio nazionale, principalmente tramite le reti dei circoli della decrescita e degli uffici di scollamento, un gruppo di soggetti che avessero intrapreso un processo di cambiamento. I parametri che ho utilizzato per selezionare tali individui sono stati: l'attuazione di attività di autoproduzione di beni di uso quotidiano e una stretta relazione con l'ambiente naturale, tramite la scelta abitativa di vivere in un ambiente rurale.

Inoltre, ho raccolto i dati di un secondo gruppo soggetti che pur essendo inseriti appieno nel sistema economico del Paese svolgono un'attività lavorativa artigianale o di piccola imprenditoria che permette loro lo sviluppo di caratteristiche personali come la creatività e l'autonomia (Cavalli, 2012) che non assicura però un processo di coscientizzazione e di conoscenza che le reti Mdf e UdS incentivano e che la letteratura raccomanda.

Per praticità chiamerò in questa sede il primo gruppo di soggetti "Decrescenti" ed il secondo gruppo "Artigiani".

Poiché la gran parte dei soggetti appartenenti al gruppo "decescenti" è stata rintracciata tramite e-mail, ad esempio attraverso le newsletter di diversi circoli del movimento per

la decrescita felice o di vari uffici di collocamento, conclusa la raccolta dati si è potuto creare un terzo gruppo che pur condividendo i valori della decrescita non rispetta entrambi i criteri: autoproduzione e vita in ambiente rurale.

Questo terzo gruppo è stato ulteriormente suddiviso in due sottogruppi relativamente allo svolgimento di attività di autoproduzione. In questo elaborato chiameremo i due gruppi rispettivamente “autoproduttori” e “non autoproduttori”.

3.1.3 STRUMENTI

Tramite e-mail, quando possibile, o con il contatto diretto è stato somministrato uno strumento composto da tre diverse scale (figura 3.1)

Prima della compilazione dello strumento è stato presentato ai partecipanti un modulo per il consenso informato utile alla comprensione delle modalità del trattamento dei dati e della metodologia utilizzata per l'analisi dei risultati (Allegato 1).

- Il Warwick- Edinburgh Mental Well-Being scale (WEMWBS) (Gremigni & Stewart-Brown, 2011) :

12 item di misurazione del benessere inteso come salute mentale positiva (OMS) che comprende aspetti affettivi, cognitivi, relazionali e di funzionamento psicologico. Tutti “gli item presentano modi di sentire rispetto a ciascuno dei quali è richiesto di indicare quanto se ne sia fatto esperienza nelle ultime due settimane secondo una scala di risposta a cinque punti (dove 1 = mai e 5 = sempre)” (pag. 488, Gremigni & Stewart-Brown, 2011). La formulazione in senso positivo di tutti gli item e l'utilizzo di un modello monofattoriale per l'analisi dei dati, permettono di ottenere un punteggio alla scala dato dalla sommatoria delle singole risposte che va da 14 a 58, dove un punteggio più alto indicherà un maggior livello di salute mentale percepita. “La scala appare adatta per valutare il costrutto di riferimento in persone italiane di età tra i 18 e 80 anni, senza presentare né un rilevante effetto tetto né una suscettibilità alla desiderabilità sociale” (pag.501, Gremigni & Stewart-Brown, 2011).

- la Scala della Resilienza Disposizionale (II) (Prati, 2010) :

17 item di misurazione della resilienza disposizionale, legata dunque al più specifico concetto di hardiness inteso come insieme di caratteristiche di personalità in grado di favorire la resilienza allo stress. La versione italiana consta di tre fattori il primo “impotenza e alienazione” (items 2, 4, 8, 10, 14, 16) ed il secondo “inflexibilità” (items 6, 12, 17) rilevano gli aspetti individuali legati alla vulnerabilità allo stress mentre il terzo denominato “atteggiamento positivo” (items 13, 15, 7, 1, 5, 9, 3, 11) racchiude agli aspetti positivi relativi alla resilienza allo stress. Le risposte ai singoli item sono raccolte tramite una scala a sei livelli (dove 0= assolutamente in disaccordo e 5= assolutamente d'accordo) che registra il livello di accordo o disaccordo con le affermazioni presentate.

- La scala di misurazione dell'Empowerment Personale e Politico (EMPO) (Francescato et al., 2007) :

tre fattori per un totale di 24 item compongono la scala denominata EMPO. Un fattore “Mancanza di speranza e di fiducia” composto da 9 item non è stato utilizzato in questa sede per alleggerire la formulazione finale dello strumento considerando le misurazioni, di vulnerabilità allo stress, effettuate con due fattori della seconda scala. Sono stati considerati invece i fattori “Capacità di porsi e perseguire obiettivi” (item 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 14) e “Interesse socio-politico” (item 4, 10 12, 13, 15) per un totale di 15 item. “Per ciascun item il soggetto doveva indicare il grado di accordo con ogni affermazione, utilizzando una scala di risposta tipo likert a 6 passi, da 1 (totalmente in disaccordo) a 6 (totalmente in accordo), senza alcuna categoria neutrale” (pag.472, Francescato et al., 2007).

FIGURA 3.1, STRUMENTI UTILIZZATI PER LA RACCOLTA DATI

strumento	fattori	item
WEMWBS (Gremigni & Stewart- Brown, 2011)	-	12 (totali)
EMPO (Francescato et al., 2007)	“Capacità di porsi e perseguire obiettivi”	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 14
	“Interesse socio-politico”	4, 10 12, 13, 15
RESILIENZA (Prati, 2010)	“Impotenza e alienazione”	2, 4, 8, 10, 14, 16
	“Inflexibilità”	6, 12, 17
	“Atteggiamento positivo”	13, 15, 7, 1 ,5, 9, 3, 11
	totali	44

CAPITOLO 4

RISULTATI

I dati presentati in questo elaborato sono stati raccolti nei mesi di marzo, aprile e maggio dell'anno corrente. La raccolta dati on-line è stata strutturata grazie al personale tecnico della Scuola di Psicologia e l'analisi dei dati è avvenuta in parte con l'ausilio del servizio di consulenza statistica offerto dalla Scuola stessa tramite il software statistico SPSS (Statistical Package for Social Science) ed in parte tramite le funzioni dei un foglio elettronico libero, componente del software LibreOffice.

4.1.1 Analisi descrittiva partecipanti

I dati sono stati raccolti su un totale di 131 soggetti aventi un età compresa tra i 19 e i 70 anni (con media di 41.33 anni). Per quanto riguarda il sesso dei soggetti il 58% (76 persone) è di sesso maschile ed il restante 55% di sesso femminile.

Per l'analisi statistica i partecipanti, come anticipato, sono stati suddivisi in 4 gruppi comprendenti ciascuno circa un quarto del totale dei soggetti (tabella 4.1).

TABELLA 4.1, SUDDIVISIONE SOGGETTI IN QUATTRO GRUPPI

Gruppo	N. soggetti	Sesso		Età media
		M	F	
Decrescenti	34	17	17	42,11
Non autoproduttori	32	15	17	40,68
Autoproduttori	30	13	17	34,9
Artigiani	35	31	4	46,11
TOT	131	76	55	41,33

Il gruppo denominato “decrescente”, costituito da 34 soggetti e rintracciato in alcune delle reti del territorio che promuovono i valori della decrescita, è stato selezionato affinché la totalità dei soggetti fosse caratterizzata dallo svolgimento di attività di autoproduzione e da una situazione abitativa in ambiente rurale.

Il secondo ed il terzo gruppo condividendo entrambi i valori della decrescita sono stati

suddivisi in relazione allo svolgimento di attività di autoproduzione, indipendentemente dalla situazione abitativa. Abbiamo così un gruppo detto di “non autoproduttori” e un gruppo di “autoproduttori”, rispettivamente composti da 32 (24,4%) e 30 (22,9%) soggetti.

Infine il quarto gruppo, 35 soggetti, denominato “artigiani” rappresenta il 26,7% dei partecipanti totali ed è caratterizzato dallo svolgimento di attività lavorativa artigianale.

I soggetti appartenenti a quest'ultimo gruppo hanno dichiarato di svolgere attività lavorativa artigianale per la maggior parte dei casi (29 soggetti), solo 5 partecipanti hanno affermato lavorare come piccoli imprenditori ed un solo soggetto ha dichiarato di svolgere attività artigianale e commerciale.

Per tutti i partecipanti sono state raccolte informazioni, mediante alcune alternative presenti nello strumento utilizzato per la raccolta dati, riguardanti l'attività lavorativa, lo svolgimento di attività di auto produzione e la condizione abitativa (tabella 4.2). Si sono potuti così distinguere nel gruppo denominato “decrementi” diversi impieghi: un artigiano, sei piccoli imprenditori, un disoccupato non in cerca di lavoro, tre lavoratori part-time, tre lavoratori nel pubblico e venti persone che hanno scelto l'opzione “altro”. Solo per tre di questi non è presente nessuna specifica i restanti diciassette soggetti sono così distribuiti: tre agricoltori, tre liberi professionisti, tre impiegati, un lavoratore del terzo settore, una mamma a tempo pieno, una persona impegnata nella fondazione di un ecovillaggio, uno stagista, due studenti, un operaio ed un pensionato.

Nel gruppo chiamato “non autoproduttori” i dati raccolti relativi alla condizione lavorativa presentano: un disoccupato in cerca di lavoro, un disoccupato non in cerca di lavoro, due part-time, quattro con impiego pubblico e ventiquattro dichiaranti “altro”. Questi ultimi hanno così specificato la propria attività lavorativa: quattro impiegati, un business analyst, un educatore, quattro liberi professionisti, un responsabile amministrativo, un infermiera, una commessa, uno “scollocato”, un tirocinante, due persone che stanno svolgendo attività di servizio civile, cinque studenti e due pensionati.

Nel gruppo di “autoproduttori” invece troviamo: tre piccoli imprenditori, sette disoccupati in cerca di lavoro, un lavoratore part-time, e diciannove dichiaranti altro specificati come segue. Due disoccupati in cerca di un lavoro utile/eticamente accettabile, quattro impiegati, due medici, un libero professionista, un dirigente, uno stagionale agricolo, uno stagista e sette studenti.

I dati sull'attività lavorativa dei primi tre gruppi, ad esclusione quindi del gruppo “artigiani” presenta un quadro composto per la maggior parte da disoccupati (12 su 94, 12,76%), piccoli imprenditori ed artigiani (10 su 94, 10,4%), studenti (14,89%) e per l'11, 7% da impiegati, arrivando, con queste quattro categorie di lavoratori, a spiegare il 50% dei soggetti facenti parte i tre gruppi.

TABELLA 4.2, CARATTERISTICHE DEI PARTECIPANTI

Gruppo	Vive in ambiente rurale	Autoproduzione	Attività lavorativa
Decrescenti	34	34	1 artigiano 6 piccoli imprenditori 1 disoccupato non in cerca di lavoro 3 part time 3 impiego pubblico 20 altro*
Non autoproduttori	5	–	1 disoccupato in cerca di lavoro 1 disoccupato non in cerca di lavoro 2 part time 4 impiego pubblico 24 altro*
Autoproduttori	–	30	3 piccoli imprenditori 7 disoccupati in cerca di lavoro 1 part time 19 altro*
Artigiani	14	21	29 artigiani 5 piccoli imprenditori 1 altro*
TOT	53 (40,45%)	85 (64%)	

*specifiche nel testo

I dati raccolti non presentano risposte mancanti, né agli item né per quanto riguarda le informazioni raccolte sui partecipanti, poiché per quanto riguarda la compilazione online quest'ultima non ammetteva l'invio delle risposte nel caso di valori mancanti mentre in nessun caso i soggetti che hanno compilato il questionario cartaceo hanno tralasciato risposte.

Anche se la compilazione è stata inizialmente ideata in forma digitale non è stato possibile proseguire la raccolta dati on-line per tutti i soggetti. In particolare per il gruppo denominato “artigiani” è stato possibile raccogliere on-line i dati di cinque soggetti solamente. Ho provato infatti, tramite le newsletter di diverse associazioni di categoria a raccogliere partecipanti ma non si sono registrate adesioni in nessuno di

questi casi, nonostante si sia provato il contatto via mail per migliaia di artigiani e piccoli imprenditori. È stato quindi necessario procedere alla raccolta dati per via cartacea proponendo la partecipazione direttamente nei luoghi di lavoro.

4.2.1 Analisi descrittiva dei dati raccolti

Vengono presentati di seguito i punteggi medi e le deviazioni standard risultanti dalle misurazioni effettuate, tramite le scale precedentemente presentate, suddivisi nei quattro gruppi di soggetti partecipanti alla ricerca (tabella 4.3)

In particolare, per quanto riguarda la scala di misurazione del benessere, la “Warwick-Edinburgh Mental Well-Being scale” (WEMWBS), si è potuto riscontare un valore medio di 44,46 punti, per il gruppo denominato “autoproduttori”, corrispondente ad un maggiore livello di benessere percepito rispetto agli altri gruppi di soggetti, anche se non sono registrate notevoli differenze nei confronti. I punteggi medi registrati a questa scala infatti sono di 43,91 per il gruppo detto “decrescenti”, 42,37 per il gruppo “artigiani” ed infine 42,06 per il gruppo “non autoproduttori”.

Si procederà con un test di analisi della varianza per testarne la significatività statistica. Per quanto riguarda invece la scala di misurazione dell'empowerment personale e politico, alla sottoscala “capacità di porsi e perseguire obiettivi” si registrano punteggi medi che vanno da 4,82, per il gruppo “artigiani”, a 4,46, per il gruppo detto “non autoproduttori”. Come per la misurazione precedente il gruppo “non autoproduttori” sembra ottenere un punteggio inferiore.

La conformazione dei punteggi cambia radicalmente per la sottoscala “interesse socio-politico” di misurazione dell'empowerment presentando differenze di punteggi che potrebbero risultare statisticamente significative. Nello specifico il gruppo “artigiani” registra un punteggio medio alla sottoscala di 2,57, più di un punto di differenza con tutti gli altri gruppi.

Anche per questa scala verrà testata la significatività statistica dei punteggi.

Sono riportati in tabella (4.3) i punteggi relativi alle sottoscale di misurazione della resilienza disposizionale (“Impotenza e alienazione”, “Inflessibilità” ed “Atteggiamento positivo”) anche se le differenze tra questi ultimi saranno prese in considerazione solo in termini di correlazioni con le altre variabili, in quanto si tratta di una misurazione di

caratteristiche di personalità in grado di favorire la resilienza ai fattori di stress.

TABELLA 4.3, PUNTEGGI MEDI E DEVIAZIONI STANDARD PER GRUPPI

Strumento		Descrescenti	Non autoproduttori	Autoproduttori	Artigiani
“WEMWBS”	M	43,91	42,06	44,46	42,37
	d.s.	6,71	7,02	5,48	6,67
“Capacità di porsi e perseguire obiettivi”	M	4,61	4,46	4,59	4,82
	d.s.	,84	,74	,60	,67
“Interesse socio- politico”	M	3,64	3,78	3,88	2,57
	d.s.	1,43	1,31	1,17	,82
“Impotenza e alienazione”	M	1,43	1,47	1,59	1,42
	d.s.	,83	,73	,69	,97
“Inflessibilità”	M	2,08	2,01	2,10	2,35
	d.s.	1,05	1,11	,97	1,26
“Atteggiamento positivo”	M	3,65	3,48	3,41	3,70
	d.s.	,63	,78	,62	,68

Si riportano di seguito i box plot relativi ai punteggi medi ottenuti dai quattro gruppi alla scala di misurazione del benessere (grafico 4.3.1) ed alla scala di misurazione dell'empowerment come “interesse socio-politico” (grafico 4.3.2).

GRAFICO 4.3.1, PUNTEGGI MEDI E DISPERSIONE ALLA SCALA WEMWBS

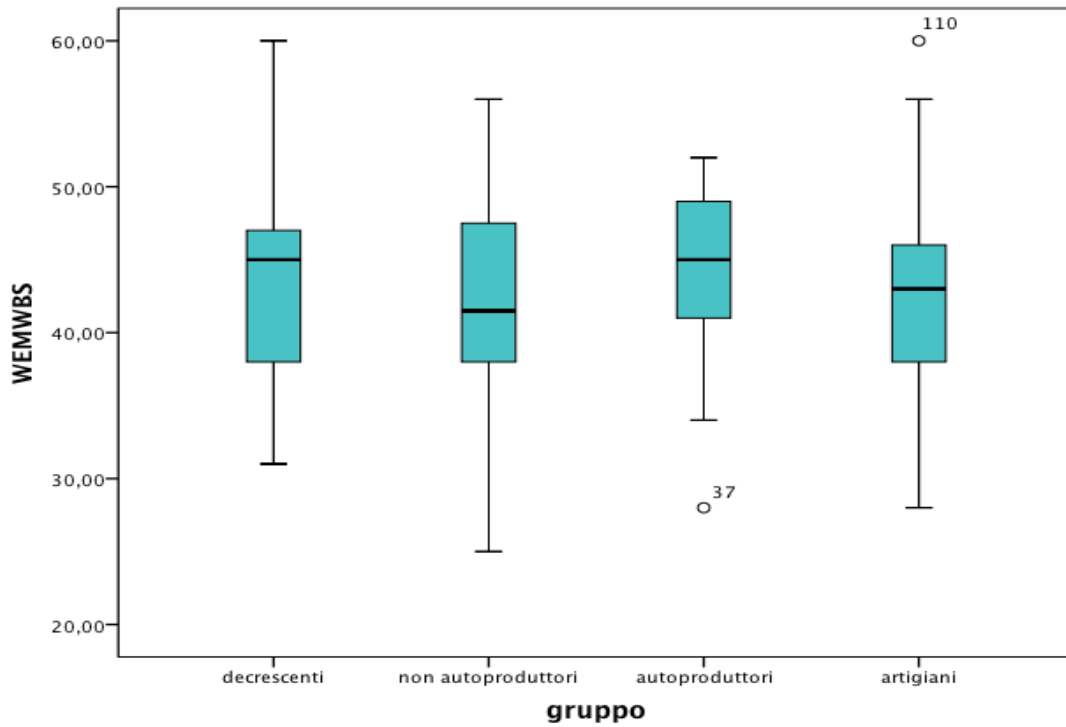
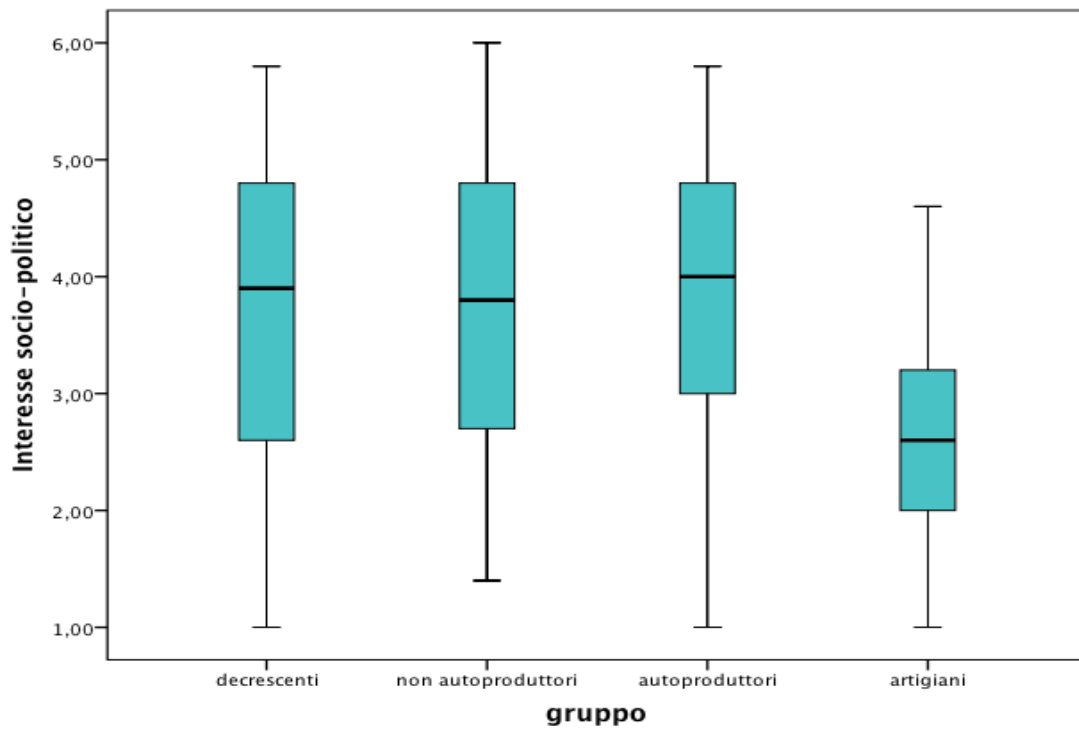


GRAFICO 4.3.2, PUNTEGGI MEDI E DISPERSIONE ALLA SCALA EMPO "INTRESSE SOCIO-POLITICO"



4.3.1 Attendibilità scale

Per tutte le scale prese in considerazione è stata testata l'affidabilità. I coefficienti alpha di Cronbach assumono un valore consistente per tutte le scale e sottoscale degli strumenti utilizzati. Si può affermare dunque che gli item componenti di ogni scala contribuiscono realmente alla misura dei costrutti in esame (tabella 4.4)

Nello specifico le scale di misurazione del benessere e dell'empowerment socio-politico presentano un valore alpha ottimo. La scala di misura della resilienza disposizionale ha ottenuto valori buoni, 0,70 e 0,75, nelle sottoscale “impotenza e alienazione” e “atteggiamento positivo” mentre un valore alpha inferiore è stato registrato per la sottoscala “inflessibilità”, pari a 0,61, simile comunque a quello ottenuto da Prati (2010) nella validazione italiana della scala.

TABELLA 4.4, VALORI ALPHA DI CRONBACH.

	Alfa di Cronbach	N. item
“WEMWBS”	,82	12
“Capacità di porsi e perseguire obiettivi”	,88	10
“Interesse socio-politico”	,87	5
“Impotenza e alienazione”	,70	6
“Inflessibilità”	,61	3
“Atteggiamento positivo”	,75	8

4.4.1 Analisi statistica di risultati

Per testare la significatività dei punteggi ottenuti dai quattro gruppi di soggetti alle scale facenti parte lo strumento somministrato sono state eseguite, tramite il software statistico SPSS, i test di analisi della varianza univariata (ANOVA), della varianza multivariata (MANOVA), i test di correlazione, alcuni t-test a campioni indipendenti ed è stato testato un modello di regressione per effettuare alcuni approfondimenti.

4.4.2 Analisi della varianza univariata

Eseguendo l'analisi della varianza univariata alla scala di misurazione del benessere "WEMWBS", per i quattro gruppi di soggetti, non emerge alcuna differenza statisticamente significativa nei punteggi medi totalizzati.

È stato poi eseguito il t-test per campioni indipendenti con l'obiettivo di confrontare, per la scala WEMWBS (variabile dipendente), le medie di due gruppi indipendenti di soggetti: il gruppo "decescenti" ed il gruppo "artigiani" con medie e deviazioni standard come in tabella 4.3. Anche in questo caso non è stata riscontrata alcuna differenza statisticamente significativa nei punteggi tra i due gruppi.

Si può affermare dunque che appartenere al gruppo denominato "decescenti" e quindi, ad esempio condividere i valori della decrescita, svolgere attività di autoproduzione e vivere in ambiente rurale, o appartenere al gruppo "artigiani" non incide sul livello di benessere percepito.

Per cercare di comprendere se i gruppi "non autoproduttori" ed il gruppo "autoproduttori" presentassero differenze statisticamente significative alla scala sul benessere (punteggi in tabella 4.3) è stato effettuato nuovamente per questi due gruppi il t-test per campioni indipendenti. Le differenze di punteggi non risultano significative tra questi gruppi di soggetti.

Si può concludere dunque che il benessere percepito non differisce tra i quattro gruppi di soggetti presi in esame. Appartenere dunque ad uno dei quattro gruppi di soggetti, specificato dalle diverse condizioni quali:

-condividere i valori della decrescita, svolgere attività di autoproduzione, vivere in ambiente rurale ("decescenti")

-condividere i valori della decrescita e svolgere attività di autoproduzione ("autoproduttori")

- condividere i valori della decrescita e non svolgere attività di autoproduzione ("non autoproduttori")

-svolgere attività lavorativa artigianale o di piccola imprenditoria ("artigiani"),

non sembra incidere significativamente sulla percezione del proprio benessere psicologico.

4.4.3 Analisi della varianza multivariata

Per l'analisi della significatività dei punteggi medi ottenuti, dai quattro gruppi, nella scala di misura dell'empowerment personale e politico, è stata effettuata, sempre grazie all'utilizzo del software SPSS, l'analisi della varianza multivariata (MANOVA) in quanto tale scala risulta composta da due fattori: “capacità di porsi e perseguire obiettivi” ed “interesse socio-politico”. Per le medie e le deviazioni standard si rimanda come sopra alla tabella 4.3.

Da quest'ultima analisi emergono due risultati diversi relativamente ai due fattori in esame. Per quanto riguarda la sottoscala “capacità di porsi e perseguire obiettivi” l'analisi della varianza non mostra differenze statisticamente significative nei punteggi medi dei gruppi (si registra un p-value di 0,25 con F pari a 1,38 al test degli effetti tra soggetti). Congruentemente anche nei confronti a coppie di gruppi di soggetti (effettuati tramite correzione di Bonferroni) non emergono risultati significativi.

Per quanto riguarda invece il fattore “interesse socio-politico” della medesima scala il software ha mostrato negli output valori statisticamente significativi. Si riportano in tabella 4.5 i risultati ottenuti.

TABELLA 4.5, RISULTATI OTTENUTI DALL'ANALISI MANOVA, “INTERESSE SOCIO-POLITICO” (SCALA EMPO)

EMPO	test	F	Sign. (p-value)
“interesse socio-politico”	Effetti tra soggetti	8.55	,000
	Confronti a coppie	“decrementi”	,002
	“artigiani”	“autorproduttori”	,000
		“non autoproduttori”	,000

I risultati ottenuti al test di analisi della varianza mostrano sia la significatività delle differenze di punteggi ottenuti tra i soggetti sia la significatività delle differenze rilevate tra il gruppo denominato “artigiani” e gli altri tre gruppi di soggetti in analisi. Si può affermare dunque che il punteggio medio alla scala (2,57) ottenuto dal gruppo “artigiani” indica un livello di empowerment socio-politico inferiore rispetto agli altri

gruppi. In particolare si può ipotizzare dunque che la condivisione dei valori della decrescita e la relazione che questi soggetti hanno instaurato con le reti del movimento per la decrescita felice o degli uffici di scollamento, unica variabile indipendente comune ai tre gruppi in questione (“decrementi” “autoproduttori” e “non autoproduttori”), incida significativamente sul livello di “interesse socio-politico” dei soggetti presi in esame.

Anche per la variabile dipendente relativa alla resilienza disposizionale, misurata attraverso i tre fattori che costituiscono la scala per tale misura (“impotenza e alienazione”, “inflexibilità” ed “atteggiamento positivo”), è stata effettuata l'analisi della varianza multivariata. La non emersione di differenze statisticamente significative nelle scale di misura della resilienza tra i gruppi, fa presumere che le caratteristiche di personalità relative al costrutto di hardiness non abbiano alcun tipo di relazione con l'appartenenza ad uno dei quattro gruppi di soggetti qui considerati.

4.4.4 Analisi delle correlazioni

Per approfondire le relazioni che intercorrono tra il costrutto di hardiness misurato e le altre variabili dipendenti prese in esame sono stati testati i livelli di correlazione di Pearson che intercorrono tra tali variabili dipendenti.

TABELLA 4.6, CORRELAZIONI TRA VARIABILI DIPENDENTI

		“atteggiamento positivo”	EMPO “capacità di porsi e perseguire obiettivi”
“WEMWBS”	Correlazione di Pearson	,619	,539
	Sign. (2-code)	,000	,000
EMPO “capacità di porsi e perseguire obiettivi”	Correlazione di Pearson	,643	-
	Sign. (2-code)	,000	-

Le correlazioni significative emerse riguardano la scala del benessere (“WEMWBS”) con la sottoscale “atteggiamento positivo” e “capacità di porsi e perseguire obiettivi”

come riportato in tabella 4.6. Un'ulteriore correlazione emerge tra le due sottoscale citate. La correlazione più forte (,643) emerge tra il fattore “capacità di porsi e perseguire obiettivi” e il fattore “atteggiamento positivo” della scala di misurazione della resilienza.

Le correlazioni registrate per la scala WEMWBS invece risultano essere di ,619 e ,539 rispettivamente con il fattore “atteggiamento positivo” e con il fattore “capacità di porsi obiettivi”.

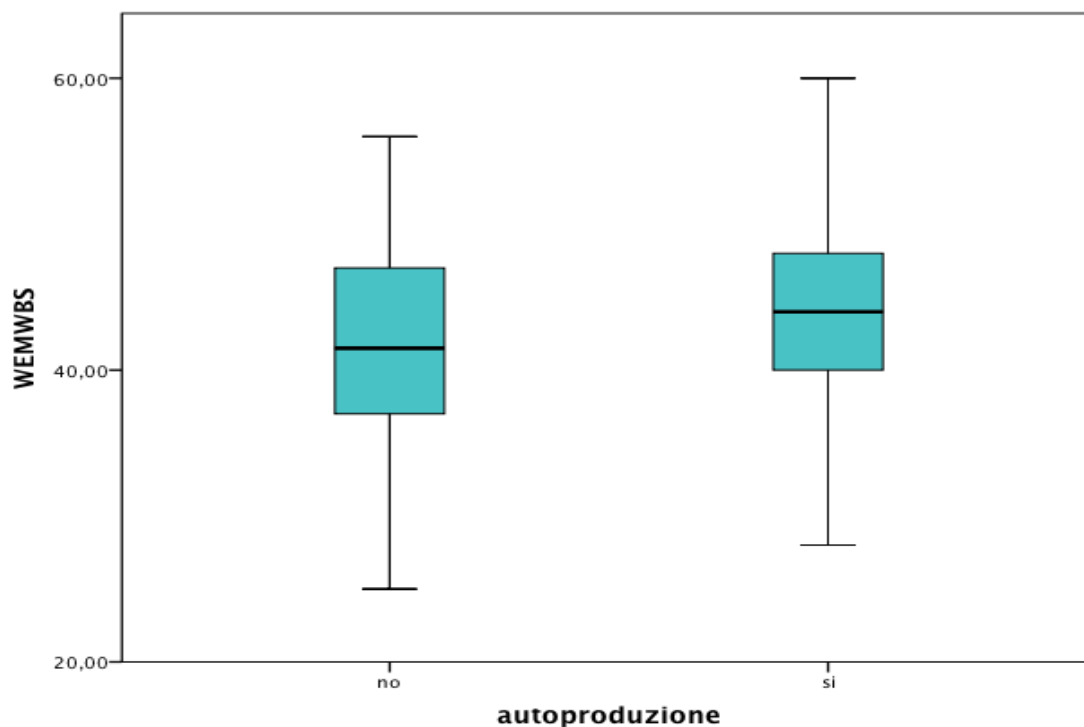
4.5.1 Approfondimenti

I risultati ottenuti con l'analisi della varianza univariata, non hanno permesso di spiegare le differenze di punteggi ottenuti alla scala di misurazione del benessere, osservando quindi una distribuzione casuale ed equiprobabile dei punteggi nei quattro gruppi. Poiché anche dall'analisi descrittiva dei soggetti è possibile intravedere una forte somiglianza tra tutti i soggetti partecipanti allo studio, ho proceduto eseguendo un t-test per campioni indipendenti, non considerando le precedenti categorizzazioni nei quattro gruppi. Sono state quindi confrontate le medie dei punteggi ottenute dai soggetti divisi dal totale (n.131) in due nuovi raggruppamenti: coloro che hanno dichiarato di praticare attività di autoproduzione e coloro che non praticano tale attività (tabella 4.7)

TABELLA 4.7, STATISTICHE DESCRITTIVE, SOGGETTI RAGGRUPPATI RELATIVAMENTE ALLO SVOLGIMENTO DI ATTIVITÀ DI AUTOPRODUZIONE.

Svolgono attività di autoproduzione	N.	WEMWBS punteggio Medio	d.s.
no	46	42,02	7,17
si	85	43,80	6,09
totale	131		

GRAFICO 4.7.1, PUNTEGGI MEDI E DISPERSIONE ALLA SCALA WEMWBS PER AUTOPRODUZIONE



Anche se il t-test con questa suddivisione dei soggetti mostra una un p-value inferiore di 0,25 punti rispetto a quello che emerge dall'analisi per i quattro gruppi inizialmente ipotizzati, nemmeno in questo caso viene riscontrata una differenza nei punteggi statisticamente significativa.

Il medesimo t-test per campioni indipendenti è stato effettuato anche per i punteggi alla scala “WEMWBS” suddividendo il totale dei soggetti in base alla situazione abitativa: vive in campagna / vive in città.

TABELLA 4.8, STATISTICHE SIGNIFICATIVE, SOGGETTI RAGGRUPPATI PER SITUAZIONE ABITATIVA

Vive in	N.	WEMWBS punteggio Medio	d.s.
città	78	43,15	6,33
campagna	53	43,02	6,85
totale	131		

Come era facile ipotizzare, guardando le medie risultanti dai due raggruppamenti di soggetti, non emerge nessuna significatività statistica per i punteggi alla scala del benessere.

Al fine di rintracciare i possibili predittori del benessere tra le variabili misurate in questo elaborato è stata infine effettuata l'analisi della regressione ponendo come variabile dipendente la scala WEMWBS e come variabili indipendenti i fattori della scala EMPO, i fattori della scala di misura della resilienza, lo svolgimento di attività di autoproduzione e la situazione abitativa. Il modello di regressione così costruito ha provato a verificare l'influenza di ognuno dei predittori sulla variabile dipendente al netto della quota di variabilità spiegata dalle altre variabili indipendenti.

I risultati, presentati in tabella 4.9 e 4.10, sono stati ottenuti con il metodo di analisi stepwise convenzionale che permette d'individuare nel processo di selezione i predittori che danno il contributo più significativo alla spiegazione della variabile dipendente. Se la variabilità del benessere risulta essere spiegata per il 38% dalla sola variabile "atteggiamento positivo" l'analisi della regressione permette di identificare in un solo modello, il terzo, l'influenza di tre variabili in grado di spiegare il 43% della variabilità della scala WEMWBS.

TABELLA 4.9, MODELLO DI REGRESSIONE E SIGNIFICATIVITÀ

Variabile dipendente	Metodo Stepwise	Modello	Variabili inserite	Variabili escluse	R ²	F	Sign.
WEMWBS	Per passi	1	"Atteggiamento positivo"	Situazione abitativa Autoproduzione "Impotenza e alienazione" "Inflessibilità" "Capacità di porsi e perseguire obiettivi" "Interesse socio-politico"	,38	80,08	,000
	Per passi	2	"Capacità di porsi e perseguire obiettivi"	Situazione abitativa Autoproduzione "Impotenza e alienazione" "Inflessibilità" "Interesse socio-politico"	,41	45,79	,000
	Per passi	3	Autoproduzione	Situazione abitativa "Impotenza e alienazione" "Inflessibilità" "Interesse socio-politico"	,43	32,66	,000

TABELLA 4.10, COEFFICIENTI, PREDITTORI SIGNIFICATIVI

Modello	Coefficients standardizzati		
	Beta	Sign.	
1	“Atteggiamento positivo”	,61	,000
2	“Atteggiamento positivo”	,46	,000
	“Capacità di porsi e perseguire obiettivi”	,24	,000
3	“Atteggiamento positivo”	,469	,000
	“Capacità di porsi e perseguire obiettivi”	,237	,008
	Autoproduzione	,136	,044

In particolare si nota che le variabili che spiegano una porzione significativa della variabilità del benessere sono tre: “capacità di porsi e perseguire obiettivi”, “atteggiamento positivo” e lo svolgimento di attività di autoproduzione.

4.6.1 DISCUSSIONE

L'analisi dei dati raccolti in questo elaborato non ha portato alla verifica di tutte e tre le ipotesi inizialmente formulate.

Analizzando i risultati ottenuti alla scala di misurazione del benessere (WEMWBS), alla luce delle statistiche descrittive dei quattro gruppi di soggetti, emerge immediatamente l'elevata similarità dei gruppi stessi, ed in particolare, dei gruppi denominati rispettivamente “decescenti” ed “artigiani”. Rileggendo i dati in tabella 4.2 si nota infatti come gran parte degli appartenenti al primo ed al quarto gruppo abbiano in realtà molte caratteristiche in comune. Le caratteristiche salienti del gruppo “decescenti” sono tre: condividere i valori della decrescita, svolgere attività di autoproduzione e vivere in ambiente rurale. Nei soggetti presi in esame nel gruppo “artigiani” molti vivono in ambiente rurale (14 su 35) e molti svolgono attività di autoproduzione (21 su 35) per un totale di 11 persone che hanno entrambe le caratteristiche. Non considerando poi che coloro che affermano di non svolgere attività di autoproduzione, sono impegnati quotidianamente con una attività lavorativa di tipo artigianale. Unica forte differenza tra questi due gruppi risulta essere quindi la condivisione dei valori della decrescita che però non è stata misurata esplicitamente con lo strumento per raccolta dati dei

partecipanti. I punteggi ottenuti alla scala WEMWBS sono risultati dunque non essere dipendenti dalle variabili caratterizzanti i gruppi di soggetti. Nel complesso i partecipanti hanno ottenuto un punteggio medio di 43,17 punti su 58, simile a quello registrato da Gremigni & Stewart-Brown (2011) nel processo di validazione.

Il tentativo che è stato effettuato per cercare di approfondire i significati dei risultati emersi dalla scala WEMWBS non ha prodotto statistiche significative. Vivere in un ambiente rurale e svolgere attività di autoproduzione non sono attività che hanno fatto registrare un incremento della benessere percepito. Sebbene parrebbe che confrontando coloro che svolgono attività di autoproduzione con coloro che non svolgono tale attività la probabilità d'errore registri un forte calo, non si può affermare che, tra i soggetti in esame, tale variabile spieghi una porzione significativa della personale percezione del benessere.

L'eventuale emersione di un punteggio alla scala WEMWBS inferiore per il gruppo "artigiani" avrebbe confermato l'ipotesi di Pans (2013) secondo il quale il livello di benessere di fronte ad eventi stressanti inattesi, come la crisi economica, si modifica seguendo il principio di omeoresi. Sono almeno due le spiegazioni che si possono dare alla non emersione di tale risultato. Prima di tutto la situazione della Grecia nel 2011 non è esattamente quella che si trova a vivere l'Italia oggi. Al tempo la crisi economica infliggeva alla Grecia un duro piano d'austerità e il tasso di disoccupazione era alle soglie del 16%, con le dure conseguenze per la salute che entrambe queste condizioni comportano (Suhrcke & Stuckler, 2012; Fattore, 2009; http://it.wikipedia.org/wiki/Crisi_economica_della_Grecia). In secondo luogo i gruppi di soggetti presi da me in considerazione non rappresentano un campione statisticamente significativo né della popolazione italiana né di coloro che si trovano, ad esempio, a vivere una condizione lavorativa precaria.

L'unica consistente differenza che pare emergere, confrontando i dati relativi alle statistiche descrittive dei gruppi, sembra effettivamente rappresentare la variabile indipendente capace di segnare una differenza significativa. Partecipare alle attività delle reti che diffondono le critiche della decrescita, condividerne i valori e i risvolti pragmatici avrebbero dovuto, secondo ipotesi, favorire lo sviluppo dell'empowerment personale e politico. I risultati dell'analisi della varianza multivariata non hanno fatto registrare punteggi statisticamente significativi almeno per quanto riguarda il primo fattore di tale scala: "capacità di porsi e perseguire obiettivi". Fattore, quest'ultimo, che

ha mostrato di avere forte correlazione positiva con la scala di misurazione del benessere. I risvolti positivi per la promozione del benessere, ipotizzati per le dette variabili, sembrano però spiegati nella porzione di empowerment personale e politico definito dal fattore “interesse socio-politico”. I confronti tra i quattro gruppi di soggetti descrivono un livello di empowerment socio-politico statisticamente inferiore per il gruppo “artigiani” rispetto agli altri tre gruppi. Considerando poi i risultati ottenuti, analizzati per il peso sulla variabile dato dall'attività di autoproduzione e dalla situazione abitativa dei soggetti, sembrerebbe che l'unica variabile ad incidere effettivamente sull' “interesse socio-politico” possa essere la condivisione dei valori della decrescita. Questo risultato porta con sé una duplice considerazione. Se da un lato potrebbe sembrare tautologico che i partecipanti a reti e a movimenti nazionali siano caratterizzati da un livello superiore di interesse per le questioni politiche e sociali, dall'altro questo risultato potrebbe essere letto alla luce degli obiettivi che tali reti si impegnano ad ottenere. Sia il Movimento per la decrescita felice sia la rete degli Uffici di scollamento si ripropongono infatti di promuovere il processo di conoscenza e coscientizzazione necessario per la promozione di pratiche alternative di promozione del benessere. Tale risultato quindi meriterebbe un approfondimento che riesca a discernere la componente di attivismo da quella di conoscenza ed interesse per le questioni socio-politiche.

Considerando le dinamiche di potere descritte nel processo di liberazione da Christens & Perkins (2008) con l'analisi macro e meso livello presentata nel primo capitolo e con il risultato ottenuto alla scala “interesse socio-politico” sembrerebbe che tale modello teorico fornisca una possibile lettura delle variabili fin qui descritte.

Gli autori suggeriscono nella fase di liberazione di approfondire i cambiamenti in atto nelle organizzazioni che creano i rischi ambientali e di cercare di comprendere le relazioni che intercorrono tra i movimenti, i processi di comunità e le politiche sociali che portano al raggiungimento, da parte del macro livello, di obiettivi popolari per il territorio (figura 2.1). Date le premesse che sono state fatte descrittive, a linee generali, l'attuale stato delle principali variabili meso e macro livello, sembrerebbe plausibile ipotizzare che le spinte politiche ed organizzative della green economy, delle reti che condividono i valori della decrescita (compresa l'associazione dei comuni virtuosi) o dei gruppi di acquisto solidale alla luce delle più ampie ricerche sugli indicatori di benessere e di sviluppo che superino gli antichi e limitati criteri del PIL, siano tutti processi ascrivibili alla fase di liberazione.

Se ciò potesse essere in futuro verificato risulterebbe spiegata empiricamente anche la non significatività dei risultati ottenuti alla scala di misurazione del benessere.

Per quanto riguarda la scala WEMWBS infatti gli unici risultati significativi si sono ottenuti tramite l'analisi delle correlazioni.

Come accennato la scala WEMWBS ha ottenuto forte indice di correlazione con il fattore “capacità di porsi e perseguire obiettivi”. Tale risultato, anche se non significativo per le ipotesi formulate inizialmente, dà ulteriore credito al modello ecologico presentato da Christens & Perkins (2008) che vede nel raggiungimento del benessere a livello individuale la presenza di dinamiche che promuovano l'autodeterminazione e l'empowerment dei cittadini. Conseguentemente, alla luce dei risultati presentati sembrerebbe concepibile l'ipotesi secondo la quale, i soggetti presi in esame in questo elaborato, non siano ancora giunti all'ultima fase del processo di liberazione dall'oppressione, il benessere. Parrebbe, in questa cornice teorica, che i partecipanti siano infatti all'interno della fase di liberazione. Quest'ultima pertanto, a livello individuale si caratterizza per lo sviluppo personale di coscienza politica ed ambientale, attivismo ed autoefficacia. Considerando inoltre i risultati ottenuti dall'analisi della regressione sulla variabile dipendente benessere si trova un ulteriore supporto empirico per l'inserimento dei partecipanti nella fase di liberazione come descritta da Christens & Perkins (2008) e da Prilleltensky (2008). La regressione infatti ha fatto emergere come gran parte del benessere possa essere spiegato dai fattori “capacità di porsi e perseguire obiettivi” e “atteggiamento positivo” e solo se presenti questi ultimi, dallo svolgimento di attività di autoproduzione. Inoltre queste due variabili caratterizzanti il benessere, secondo il modello teorico presentato, permettono all'autoproduzione, caratterizzante la fase di liberazione, d'incidere sul benessere stesso. Tale evidenza sembra coerente con la lettura dei risultati alla luce del modello ecologico presentato. La non significatività delle differenze nella misurazione dei predittori “capacità di porsi e perseguire obiettivi” e “atteggiamento positivo” parrebbe dunque essere avallata dalla non significatività della misurazione del benessere.

Le uniche evidenze empiriche sembrano descrivere quindi, a livello personale, la fase corrispondente al processo di liberazione (Christens & Perkins, 2008).

Attraverso l'analisi del modello di regressione assume valore e potere anche la pratica dell'autoproduzione quale possibile predittore del benessere.

Per quanto riguarda la terza ipotesi questa non solo non è stata verificata ma va ad

incidere sul livello di somiglianza tra i gruppi presi in considerazione. Avendo misurato infatti il grado di resilienza disposizionale (hardiness) e non avendo trovato differenze significative tra i gruppi di soggetti partecipanti si può affermare che tale caratteristica di personalità non incide e non spiega l'appartenenza ad uno dei quattro gruppi di soggetti analizzati.

CAPITOLO 5

CONSIDERAZIONI FINALI

5.1.1 CONCLUSIONE

Promuovere la soddisfazione simultanea, bilanciata e contestualizzata dei bisogni personali, relazionali e collettivi (Prilleltensky, 2008) nell'attuale contesto socio-economico ed alla luce delle più recenti indicazioni della letteratura, risulta essere, ad oggi, uno degli obiettivi professionali più rilevanti.

La progettazione di questa tesi nasce dal desiderio di cercare procedure utili per valorizzare il potere psicopolitico degli interventi di promozione del benessere, tentando quindi di valorizzare le responsabilità sociali degli psicologi che operano nelle comunità e dei cittadini stessi (Longhi, 2011).

Accettando la complessità insita nella metafora ecologica ho provato quindi ad esaminare lo stato attuale delle variabili sistemiche ed una delle proposte che il territorio sta sperimentando quale modalità di promozione del benessere individuale e sociale (attraverso la proposta di un nuovo paradigma di sviluppo).

Il progetto nella sua fase iniziale aveva previsto la partecipazione di soggetti che soddisfacessero appieno i valori ed i criteri di benessere proposti dalla decrescita. Tale strutturazione non è stata realizzabile in quanto ad una prima analisi del territorio un numero di soggetti non statisticamente sufficiente sarebbe stato rintracciabile. La selezione dei partecipanti quindi è stata predisposta individuando i tre criteri sopra descritti, come i maggiormente rappresentativi dei valori della decrescita: partecipazione ad una rete del territorio che ne promuova i principi, forte legame con il capitale naturale e svolgimento di attività di autoproduzione. Questa procedura potrebbe far ipotizzare che le proposte di cambiamento, mosse dalle critiche della decrescita, stiano prendendo forma nelle scelte degli individui ma che non siano state ancora pienamente sviluppate e condivise. La presentazione della variabili meso e macro livello ed i risultati ottenuti dall'analisi diverse misurazioni a livello individuale sembrano indicare lo stato di un processo di promozione non ancora concluso. A tal proposito risultano molto interessanti anche i risultati ottenuti dall'analisi del modello di

regressione. Partendo dall'analisi della varianza si è potuto osservare che le variabili “atteggiamento positivo” e “capacità di porsi e perseguire obiettivi” , fortemente predittrici del benessere, non hanno segnato alcuna differenza nei gruppi presi in esame. Questi risultati potrebbero indicare la presenza di un processo di liberazione caratterizzato da dinamiche di potere che pur proponendo ai diversi livelli di analisi ecologica iniziative atte al cambiamento e incentivando livelli di “interesse socio-politico” indispensabili per superare le dinamiche di oppressione presenti nel territorio, non permettono ancora di rintacciare un livello significativo di benessere percepito.

Ritengo che tale riflessione sia estremamente rilevante dal punto di vista della pratica professionale, in quanto un'analisi ecologica di questo tipo (sul modello ecologico di Christens e Perkins,2008) permetterebbe di implementare interventi di promozione del benessere che tentino di modificare simultaneamente i diversi livelli gerarchici caratterizzanti il benessere stesso. La letteratura raccomanda l'implementazione di interventi che mirino ad un cambiamento utile al mantenimento dei risultati ottenuti sul benessere dei partecipanti stessi (Prilleltensky, 2006). Sviluppare la coscienza critica dei cittadini dovrebbe essere obiettivo imprescindibile di un intervento di promozione del benessere che miri ad essere trasformativo e non solo migliorativo della condizione dei cittadini. Recuperare la valenza psico-politica insita nell'operato di un consulente di comunità e di tutti i cittadini permetterebbe l'accesso al processo di coscientizzazione indispensabile per la progettazione e la costruzione di un contesto capace di rispondere alle reali esigenze del territorio stesso (Arcidiacono & Bocchino, 2007).

Cercando di riassumere quanto finora concluso si può affermare che indagare oggi le variabili di promozione del benessere risulta essere estremamente indispensabile e complesso. Le metodologie utilizzate per lo studio dei diversi livelli di analisi ecologica dovrebbero garantire l'emersione dei cambiamenti oggi in atto nei singoli congiuntamente alle richieste che i cittadini stessi sentono di dover fare al contesto ed alla comunità d'appartenenza. Saper leggere queste dinamiche inter livelli permetterebbe di dare valore al “potere” come strumento fondamentale per liberarsi dall'oppressione psicologica e sociale che incombe sui cittadini. Per fare ciò in modo ottimale non si può prescindere dall'implementazione di interventi utili allo sviluppo del processo di coscientizzazione dei singoli. Reimpostare la concezione del potere individuale quale meccanismo di empowerment faciliterebbe, ad esempio, la strutturazione di nuovi modelli identitari non più centrati sul successo del singolo

(Natale, 2013), ma sulla promozione di ciò che è comune (Bartolini, 2010) affinché possano essere accettati i vincoli dell'appartenenza (Arcidiacono, 2013).

Per esemplificare il grado di complessità con il quale lo psicologo di comunità si dovrà confrontare propongo in questa fase una riflessione relativa allo sviluppo ed al mantenimento di comportamenti contro-culturali. Tali tipi di comportamento, come il consumo critico, promuovono un “materialismo strumentale” dotato cioè di senso. L'esperienza ottimale raggiungibile con tali tipi di comportamento va ad incidere sul benessere psicologico in qualità di esperienza d'acquisto psicologicamente positiva e densa di significato (Riva & Boffo, 2009). Tale argomentazione riassuntiva sembra indicare in modo chiaro il meccanismo di mantenimento dei comportamenti contro-culturali. Considerando però strategie di marketing come quella denominata “marketing esperienziale” che fa perno sul desiderio del consumatore di realizzare esperienze d'acquisto uniche e personali che permettano di far emergere anche la sfera più intima dei sé, la questione si complica (Forliano, 2013). Se le attuali strategie di marketing aspirano a realizzare esperienze di rinforzo dell'identità e di collocazione di sé nel sociale (Forliano, 2013), lo psicologo di comunità che vorrà incidere anche sulle modalità d'acquisto dei cittadini, a tutela ad esempio dell'equità del territorio, dovrà necessariamente avvalersi del supporto di professionisti di altri settori a garanzia dell'efficacia del progetto stesso.

Questo breve esempio testimonia limpidamente quanto sia elevata la valenza psicopolitica degli interventi che la promozione del benessere chiede agli psicologi, in generale, e a quelli di comunità in particolare.

Come afferma il professore emerito Mario Rusciano (pag. 9, in Arcidiacono, 2013) “quando è in gioco un massiccio cambiamento culturale di portata storica, per non dire epocale, come quello che stiamo vivendo, ogni sforzo intellettuale per capirne l'andamento sembra una goccia nel mare”.

L'elaborato rappresenta per me l'inizio di un lungo approfondimento che la letteratura scientifica dovrà guidare e che i professionisti non potranno ignorare.

I movimenti sociali nel territorio, le reti che da più prospettive condividono possibili alternative all'attuale sistema di sviluppo, il malessere dei cittadini che si trovano a vivere in una comunità che non risponde pienamente alle proprie esigenze sia dal punto di vista economico (perdita del lavoro, austerità), che ambientale (perdita dei servizi ecosistemici), che socio-culturale (non condivisione dei valori che guidano la crescita

economica illimitata) che fisico (danni alla salute) non possono essere ignorati da coloro che dovrebbero essere esperti di benessere delle comunità.

Lo psicologo di comunità può trovare oggi, nel voler contribuire alla creazione del nuovo paradigma di sviluppo, ampi margini di intervento. Progetti che tentino di attivare processi di coscientizzazione per fare emergere esigenze personali non strettamente legate ai modelli identitari del vecchio paradigma di crescita, creare spazi per l'esercizio del potere psico-politico dei singoli riappropriandosi del proprio e sviluppare costrutti quali l'ottimismo e l'empowerment, potrebbero incidere fortemente nel più ampio processo di cambiamento del paradigma di sviluppo.

Tali pratiche possono stimolare grandi dibattiti relativamente all'etica ed alla morale dell'intervento nelle comunità ma consapevoli dell'intrinseco ed inscindibile valore politico del nostro operato e del nostro potere la più grande garanzia che possiamo dare agli interventi psicologici sarà dato dalla ricerca e dal rigore della progettazione (OMS, 2009). Attivare equipe multidisciplinari, per affrontare in modo professionale la complessità della questione, contenente problematiche non strettamente psicologiche, permetterebbe di incidere, attraverso la ricerca e la pratica professionale, non solo sul benessere dei singoli ma anche sulla progettazione politica. (OMS, 2009).

5.1.2 LIMITI E PROSPETTIVE FUTURE

Volendo ora riassumere i limiti del presente elaborato è possibile affermare che i risultati delle analisi statistiche effettuate possono essere state influenzati da una serie di fattori tra i quali:

- la scarsa numerosità dei gruppi di soggetti
- la metodologia di selezione dei partecipanti che non ha permesso la rappresentatività di un più ampio e definito campione

Alcuni limiti sono poi dovuti al mancato inserimento, in fase di progettazione, di una misurazione del grado di condivisione ed attivismo relativo ai valori della decrescita. Tale misura avrebbe infatti reso possibile un'analisi più approfondita delle tematiche in questione. Inoltre non ha trovato ampio spazio di approfondimento anche la rilevanza e il rapporto, per i singoli, con il capitale naturale rappresentato dalla semplice misurazione relativa alla situazione abitativa. Sarebbe utile in futuro approfondire la

relazione che intercorre tra i servizi eco-sistemici ed il benessere psicologico.

Per quanto riguarda la metodologia inoltre si ricorda che per assicurare la partecipazione di un numero sufficiente di soggetti si è dovuti ricorrere alla raccolta dati cartacea per la quasi totalità dei soggetti facenti parte il gruppo “artigiani” mentre per i restanti gruppi la percentuale maggiore dei dati è stata raccolta on-line. Essendo consapevoli del peso che lo sperimentatore può avere sulla messa in atto di comportamenti quali la desiderabilità sociale, aver utilizzato due metodologie differenti non garantisce le medesime influenze sui partecipanti.

Il presente lavoro lascia aperti a futuri approfondimenti molteplici quesiti.

Anche per quanto riguarda l'autoproduzione e quindi lo sviluppo di competenze e conoscenze spesso per vie informali, sarebbe interessante approfondirne le influenze sui singoli e le possibili ripercussioni sulle comunità d'appartenenza. A livello individuale infatti, lo sviluppo di una coscienza critica permetterebbe lo sviluppo di una dimensione morale, utile alla tutela del bene comune (Prilleltensky, 2006) ed all'accettazione dei vincoli d'appartenenza alla comunità (Arcidiacono, 2013).

Sarebbe interessante inoltre in futuro scomporre le singole proposte pratiche che fa la decrescita sul territorio. Sono presenti in letteratura lavori che testimoniano una positiva influenza delle singole pratiche di decrescita sul benessere attivate e condivise ad esempio dall'associazione dei comuni virtuosi (Guerini 2007).

Inoltre è utile riflettere sull'adeguatezza dell'utilizzo di metodologie quantitative per questa tipologia di soggetti e per l'analisi delle tematiche in questione. In letteratura appare infatti descritta la necessità di utilizzare metodologie che non seguano il principio riduzionista (Natale, 2013). In questo caso infatti cercare, attraverso l'analisi quantitativa, di ridurre un fenomeno molto complesso al dato semplice, potrebbe non aver dato spazio adeguato all'emersione della complessità che i soggetti che si trovano oggi a voler intraprendere un cambiamento di paradigma, devono affrontare (Natale, 2013).

Le critiche mosse dalla decrescita alla situazione socio-economica attuale non sono qui presentate come panacea di tutti i mali ma data l'estrema complessità del fenomeno in questione, relativamente all'inclusione di tematiche non prettamente psicologiche, soprattutto per l'analisi dei fenomeni meso e macro livello, credo sia indispensabile affrontare le attuali sfide per la ricerca in ambito di promozione del benessere attraverso il lavoro di equipe interdisciplinari (Arcidiacono, 2013).

BIBLIOGRAFIA

Arcidiacono, C. (novembre 2013). *Benessere e felicità: uscire dalla crisi globale*. Percorsi interdisciplinari del Laboratorio Federiciano. Napoli: Diogene Edizioni.

Arcidiacono C., Di Napoli I. (2009) *Crisi dei giovani e sfiducia nei contesti locali di appartenenza. Un approccio di psicologia ecologica*; in Christine Schwarzer, Elmar Schafroth, Domenico Conte (eds), *Krise als Chance aus historischer und aktueller Perspektive* (Crisi e possibilità-prospettive storiche e attuali.) in Francke Verlag, Tübingen. In: <http://www.incoparde.unina.it/CrisiArcidiacono%20Dusseldorf08.pdf>

Arcidiacono, C., Bocchino, A. (2007). *Psicologia di comunità e potere: l'interazione individuo-contesto nell'approccio ecologico*. Rivista di Psicoterapia Relazionale, n. 26.

Bartolini, S. (2010). *Manifesto per la felicità. Come passare dalla società del ben-avere a quella del ben-essere*. Donzelli Editore.

Bauman, Z. (2007). *Il disagio della postmodernità*. Ed. Bruno Mondadori. Milano

Bernardino, R., Zullo, F., Cargini, M., Febo, D., Iezzi, C., Mazzola, M., Rollo, P. (2011). *Gli stati e le dinamiche dei processi insediativi e infrastrutturali di trasformazione dei suoli in Italia*. Ri-Vista ricerche per la progettazione del paesaggio.

Boero, F., Mainardi, D., Masullo, A., Mercalli, L., Tartaglia, A., Donovaro, R. (gennaio 2013) *La Terra non si governa con l'economia. Le leggi di natura prevalgono sulle leggi dell'uomo*.
in: <http://www.nimbus.it/arealim/appelloscienzeconomia/appelloscienzeconomia.asp>

Bosetti, G., (5 maggio 2013) *Societing*. Quotidiano "La Repubblica".

Bronfenbrenner, U. (1979). *Ecologia dello sviluppo umano*, trad. it. Bologna, Il Mulino.

Buchan, N.R., Grimalda G., Wilson R., Brewer M., Fatase E., Foddy, M. (17 marzo 2009). *Globalization and human cooperation*. PNAS, vol.106 , no.11, 4138 - 4142.

Cavalli, A. (2 febbraio 2012). *Intuizione e applicazione: l'etica del lavoro artigiano*. Quaderni di ricerca sull'artigianato. In: http://www.quaderniartigianato.com/wp-content/uploads/2012/02/02_Intuizione-e-applicazione_-letica-del-lavoro-artigiano.pdf

Christens, B., Perkins D.D. (2008). *Transdisciplinary, multilevel action research to enhance ecological and psychopolitical validity* . Journal Of Community Psychology, Vol. 36, No. 2, 214 - 231.

Commissione Europea. (29 maggio 2013). *Raccomandazione del consiglio Europeo sul programma nazionale di riforma 2013 dell'Italia e che formula un parere del Consiglio sul programma di stabilità dell'Italia 2012-2017*. (Bruxelles). In: http://ec.europa.eu/europe2020/pdf/nd/csr2013_italy_it.pdf

Commissione europea. (2008) *L'economia degli ecosistemi e della biodiversità*. Lussemburgo: Ufficio delle pubblicazioni ufficiali delle Comunità europee. In: http://ec.europa.eu/environment/nature/biodiversity/economics/pdf/teeb_report_it.pdf

Costa, G., Marra, M., Salmaso, S., Gruppo AIE su crisi e salute. (2012). *Gli indicatori di salute al tempo della crisi in Italia*. Epidemiol Prev 2012; 36 (6): 337 - 366.

Cummins, R. A. (2000). *Personal income and subjective well-being: A review*. Journal of Happiness Studies, 1, 133 - 158.

Cummins, R. A., & Nistico, H. (2002). *Maintaining life satisfaction: The role of positive cognitive bias*. Journal of Happiness Studies, 3, 37 - 69.

Consiglio nazionale dell'economia e del lavoro (Cnel), l'Istituto nazionale di statistica (Istat). (2013). *Rapporto sul Benessere Equo e Sostenibile (Bes)*. In: http://www.istat.it/it/files/2013/03/bes_2013.pdf

Cowen, T. (1 febbraio 2009). *Recession Can Change a Way of Life*. In: http://www.nytimes.com/2009/02/01/business/01view.html?_r=2&sq=recession%20can%20change%20a%20way%20of%20life&st=cse&scp=1&pagewanted=print

De Vogli, R. (2013). *Progress or Collapse. The crisis of market greed*. Routledge, New York.

De Vogli, R. (3 July 2013) *The great recession and health: from neoliberal austerity to “Healthy De-Growth”?* Sheffield Political Economy Institute (SPERI) Annual Conference “Austerity vs. Growth: the Future of European Political Economy” - Sheffield

De Vogli, R., Marmot, M., & Stuckler, D. (2012). *Excess suicides and attempted suicides in Italy attributable to the Great Recession*. Journal of Epidemiology and Community Health.

Diener, E., Such, E.M. (1999). *National differences in subjective well-being*. In: Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N. (Eds.), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*. Russell Sage Foundation, New York, pp. 444 - 450.

Easterlin, R.A., 2003. *Explaining happiness*. Proc. Natl. Acad. Sci. 100 (19), 11176 - 11183

Ehrlich, P.R., Ehrlich, A.H. (9 January 2013). *Can a collapse of global civilization be avoided?* Proceedings of the Royal Society, Biological Sciences 280, 20122845.

Eramni, P., Perotti, S. (2012). *Ufficio di Scolloamento*. Chiarelettere Ed., Milano.

Fattore, G. (2009). *Crisi economica, salute e sistema sanitario*. Politiche sanitarie, vol.10, N.2, Aprile - Giugno.

Fondazione Symbola - Unioncamere (2012). *GreenItaly, l'economia verde sfida la crisi*. Rapporto 2012. in: file:///home/fede/Scaricati/Rapporto_GreenItaly_2012_1.pdf.

Forliano, V. (2013). *“Viaggia come un umano”. L'esperienza di viaggio arricchita grazie all'uso dei portali on-line: il caso Airbnb*. Corso di laurea magistrale in comunicazione interculturale d'impresa. Università degli studi di Urbino “Carlo Bo”. In: <https://www.academia.edu/4176224/TESI>

Francescato, D., Mebane, M., Sorace, R., Vecchione, M., Tomai, M. (2007). *Empo: una scala di misurazione dell'empowerment personale e politico*. *Giornale italiano di psicologia* / a. XXXIV, n.2.

Fromm, E. (1953). *I cosiddetti sani. Quattro lezioni*. Arnoldo Mondadori Editore, Milano. 1991.

Gastaldo, G., Ottobre, M. (2008). *Psicoterapia autogena in quattro stadi. L'appuntamento con se stessi*. Armando Editore. Roma.

Gremigni, P., Stewart-Brown, S. (2011). *Una misura del benessere mentale: validazione italiana della Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS)*. *Giornale italiano di psicologia* / a. XXXVIII, n. 2.

Guerini, M. (2007). *Geografia del benessere soggettivo in situazioni di Decrescita. Studio sui Comuni Virtuosi d'Italia*. Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Culture dell'Ambiente e del Paesaggio. Università degli Studi di Milano.

Latouche, S., & Pepino, D. (2013). *Fine corsa*. Ed. Gruppo Abele onlus, Torino.

Latouche, S. (2011). *Come si esce dalla società dei consumi. Corsi e percorsi della decrescita*. Ed. Bollati Boringhieri s.r.l, Torino.

Latouche, S. (2008). *Breve trattato sulla decrescita serena*. Ed. Bollati Boringhieri s.r.l, Torino.

Longhi, C. (2011). *La Professione di Psicologo di Fronte alla Sfida della Sostenibilità Sociale*. Rivista Plexus (Semestrale Scientifico Online del Laboratorio di Gruppoanalisi) n.7/2011

Lops, V. (13 marzo 2013). *Ecco perchè il PIL non ci rende felici*. In: <http://www.ilsole24ore.com/art/impresa-e-territori/2013-03-13/listat-lancia-riuscira-superare-104603.shtml>

Madonini, S. (2013). *Carote e sedano crescono in città, gli orti urbani sono una conquista*, in Strategie Amministrative (anno XII numero 6, luglio/agosto 2013).

Mar'i, S.K. (1988). *Challenges to minority counselling: Arabs in Israel*. International Journal of the Advancement of Counselling, 11, 5–21.

Marmot, M. (2005). *Determinanti sociali delle disuguaglianze nella salute*. Lancet; 365: 1099 - 104

Marmot, M & Bell, R. (11 aprile 2009). *How will the financial crisis affect health?*. Health economics: volume 338

Mattoon, S., Van Lenning, R. (22 agosto 2012). *Earth overshoot day 2012. Media Backgrounder*.
In: http://www.footprintnetwork.org/images/article_uploads/EODay_Media_Backgrounder_2012.pdf

Natale, A. (2013). *Potere, identità sociale e benessere. Il pensiero della decrescita nell'incontro con le scienze umane*. In C. Arcidiacono (Ed.) Benessere e felicità. (pp.59-79). Napoli: Diogene Edizioni.

Oecd, Commissione Europea, Organizzazione della conferenza islamica, Nazioni Unite, Programma di sviluppo delle nazioni unite e la Banca mondiale. (2007). *Dichiarazione di Istanbul*. In: <http://www.oecd.org/site/worldforum06/40306640.pdf>

Oecd. *Employment outlook. L'ITALIA a confronto con gli altri paesi, luglio 2013.*
in:[http://www.oecd.org/fr/els/emp/Country%20Notes-ITALY%20\(IT\).pdf](http://www.oecd.org/fr/els/emp/Country%20Notes-ITALY%20(IT).pdf)

OMS. (2009). *The financial crisis and global health: Report of a high-level consultation.* Geneva: World Health Organization.

OMS. (2010). *A conceptual framework for action on the social determinants of health. Social Determinants of Health Discussion Paper 2.* Geneva: World Health Organization.

OMS, Europe. (2012). *Addressing the social determinants of health: the urban dimension and the role of local government.* In:
http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0005/166136/UrbanDimensions.pdf

Oswald, A.J. (1997). *Happiness and economic performance.* Econ. J. 107, 1815 – 1831.

Pallante, M. (2011). *La decrescita felice. La qualità della vita non dipende dal Pil.* Edizioni per la decrescita felice di GEI Gruppo editoriale italiano s.r.l, Roma.

Panas, E. E. (2013). *Homeorhesis and indication of association between different types of capital on life satisfaction: the case of greeks under crisis.* Soc. Indic. Res. 110:171-186

Porciello, P. (10 aprile 2013). *Salute, Bertini: “Il futuro della psicologia riguarda anche la ridefinizione del Pil”.* In: <http://www.ilfattoquotidiano.it/2013/04/10/scienza-della-salute-rivoluzione-copernicana-che-passa-anche-dal-pil/556855/>

Prati, G. (2010). *Proprietà psicometriche della scala della resilienza disposizionale.* Giornale di Psicologia, Vol.4, n.3

Prilleltenky, O. & Prilleltensky, I. (2006). *Promoting well-being: linking personal, organizational and community change.* Ed. John Wiley & Sons, Hoboken, New Jersey, USA.

Prilleltensky, I. (2008). *The role of power in wellness, oppression, and liberation: An integration of psychological and political dynamics*. *Journal of Community Psychology*, 36, 116–136.

Prilleltensky, I. (2012). *Wellness as Fairness*. *Journal of Community Psychology*, 49, 1-21.

Riva, E. & Boffi, M. (giugno 2009). *Psicologia e decrescita. Le origini psicologiche dei comportamenti di consumo contro-culturali*. Newsletter di psicologia positiva n.14.

Ruhm, C. J. (2003). *Healthy living in hard times*. Working paper 9468. in: <http://www.nber.org/papers/w9468>. National bureau of economic research.

Scolozzi, R., Santolini, R., & Morri, E. (2012). *Territori sostenibili e resilienti: la prospettiva dei servizi ecosistemici*. *Territorio*, 60, 1-9.

Solar O, Irwin A. (2010). *A conceptual framework for action on the social determinants of health. Social Determinants of Health Discussion Paper 2 (Policy and Practice)*. Geneva, World Health Organization.

Stiglitz, J.E., Sen A., Fitoussi JP. (2010). *Rapporto della commissione Sarkozy sulla misura della performance dell'economia e del progresso sociale*. (Il rapporto Stiglitz).

Suhrcke, M. & Stuckler, D. (2012). *Will the recession be bad for our health? It depends*. *Social Science & Medicine*, 74, 647-653.

Thaler, R.H., & Sunstein, C.R. (2009) *Nudge. La spinta gentile. La nuova strategia per migliorare le nostre decisioni su denaro, salute, felicità*. Ed. Feltrinelli, Milano.

Vemuri, A. W., & Costanza, R. (2006). *The role of human, social, built and natural capital in explaining life satisfaction at the country level: Toward a national well-being index (NWI)*. *Ecological Economics*, 58: 119–133.

Wanberg, C. R. (2012). *The Individual Experience of Unemployment*. *Annu. Rev. Psychol.* 63: 369–96.

Wilkinson, R., Pickett, K. (2009). *La misura dell'anima*. Ed. Feltrinelli, Milano.

World meteorological organization. (2013). *The global climate 2001–2010 a decade of climate extremes. summary report*. In: http://library.wmo.int/pmb_ged/wmo_1119_en.pdf

SITOGRAFIA

Sito Associazione comuni virtuosi, <http://www.comunivirtuosi.org/>

Sito Camera dei deputati, <http://www.camera.it/leg17/126?pd1=2093>

Sito Movimento per la decrescita felice, <http://decrecitafelice.it/cosa-facciamo/>

Sito Rete gruppi di acquisto solidale, <http://www.retegas.org/>

Sito Transition Italia, nodo italiano della rete internazionale di Transizione, <http://transitionitalia.wordpress.com/>

Sito Treccani, enciclopedia italiana, <http://www.treccani.it/enciclopedia/sviluppo-sostenibile/>

Sito Wikipedia, http://it.wikipedia.org/wiki/Crisi_economica_della_Grecia



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

CONSENSO INFORMATO

L'indagine alla quale Le si chiede di partecipare è finalizzata alla raccolta dei dati utili alla stesura della mia tesi di laurea magistrale in Psicologia di Comunità.

Affinché possa contribuire alla ricerca sarà necessario che Lei acconsenta al trattamento dei Suoi dati. I dati che Lei fornirà saranno trattati nell'anonimato, il Suo nome, cognome o altri dati che potrebbero renderLa identificabile non verranno diffusi né pubblicati in alcun modo.

I dati che fornirà saranno utili per l'indagine delle relazioni che intercorrono tra caratteristiche di personalità, scelte lavorative ed abitative e il benessere degli adulti.

Prendere parte a questa indagine è completamente volontario, non ricaverà nessun vantaggio personale. In qualsiasi momento vorrà lasciare lo studio potrà farlo liberamente comunicandomi il ritiro del Suo consenso al trattamento dei Suoi dati

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

Per quanto riguarda la Sua collaborazione Le si chiede di rispondere ad alcune semplici domande alle quali dovrà rispondere autonomamente. Nel caso in cui accetti di partecipare Le è chiesto di rispondere ad ogni domanda scegliendo l'alternativa, tra quelle elencate, che Le pare essere maggiormente descrittiva di Se stesso. Ricordo che non esiste risposta giusta o sbagliata ma che le viene chiesto di dare la risposta più rappresentativa di Se. Ai fini della ricerca questa sarà la risposta che meglio permetterà di effettuare una migliore analisi dei risultati.

VANTAGGI E SVANTAGGI DELLA PARTECIPAZIONE

In linea generale, lo studio non comporta né vantaggi né svantaggi specifici per i partecipanti. Le viene richiesto un impegno di pochi minuti per rispondere alle domande.

Le domande poste in questa sede non hanno alcuno scopo diagnostico, l'unica analisi che verrà effettuata sui dati sarà di tipo statistico sull'intero campione raccolto.

RITIRO DEL CONSENSO

La Sua eventuale decisione di uscire dalle indagini può essere comunicata alla sottoscritta Federica Bruno (via mail: federica.bruno@studenti.unipd.it o telefonicamente: 3407932004) in ogni momento e non comporterà conseguenze di alcun tipo. La Sua eventuale rinuncia, in qualsiasi momento, comporterà automaticamente l'impossibilità di utilizzare i Suoi dati ancorché già acquisiti.

CONFIDENZIALITÀ E RISERVATEZZA Ogni informazione che La riguarda raccolta nel corso dello studio è strettamente confidenziale, sarà trattata nel totale rispetto delle leggi sulla privacy e non potrà essere divulgata in alcun modo senza il Suo consenso. Sono tenuta a considerare riservate tutte le Sue informazioni ricevute, acquisite e dedotte nel corso dello studio e sarò responsabili della loro riservatezza.

Indichi se acconsente al trattamento dei suoi dati secondo le modalità sopra indicate

• **ACCONSENTO**

• **NON ACCONSENTO**

Luogo

data

firma leggibile

CARATTERISTICHE PARTECIPANTE

SESSO 3. Maschio ETÀ.....
4. Femmina

È cittadino/a italiano/a residente nel territorio nazionale

- Si
- No

Vive in 3. Città Attività
4. Campagna lavorativa

- Artigiano/a
- Piccolo/a imprenditore/trice
- Disoccupato/a in cerca di lavoro
- Disoccupato/a non in cerca di lavoro
- Part time
- Impiego pubblico
- altro.....

Svolge attività di autoproduzione

- Si
- No
- Non so cosa sia

Le verrà chiesto ora di rispondere ad alcune semplici domande. Il compito durerà pochi minuti. Le ricordo che non esiste risposta giusta o sbagliata, la miglior risposta sarà quella valida per Se stesso.

Di seguito sono riportate affermazioni relative a modi di sentire. Le viene chiesto di indicare quanto ne abbia fatto esperienza **nelle ultime due settimane** utilizzando una scala di risposta che va da 1 a 5, dove **1** significa che l'affermazione non è **MAI** stata descrittiva per se stesso e **5** è **SEMPRE** stata descrittiva per se stesso nelle ultime due settimane.

2. Mi sono sentito ottimista riguardo al futuro

1=mai	2	3	4	5=sempre
-------	---	---	---	----------

3. Mi sono sentito utile

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4. Mi sono sentito rilassato

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. Mi sono sentito interessato ad altre persone

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. Ho avuto grinta da vendere

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

7. Ho affrontato bene i problemi

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

8. Ho pensato in modo chiaro

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

9. Mi sono sentito vicino ad altre persone

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

10. Mi sono sentito sicuro di me

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

11. Sono stato in grado di prendere decisioni

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

12. Mi sono interessato a cose nuove

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

13. Mi sono sentito di buon umore

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Per ciascuna delle seguenti affermazioni assegni un punteggio su una scala che va da 0 a 5, dove **0** significa che Lei è **assolutamente in disaccordo** con l'affermazione presentata e **5** significa che è **assolutamente d'accordo** con l'affermazione.

2. I miei successi sono il risultato dei miei sforzi e delle mie abilità

0=assolutamente in disaccordo	1	2	3	4	5=assolutamente d'accordo
-------------------------------	---	---	---	---	---------------------------

3. Non importa quanto io ce la metta tutta, di solito i miei sforzi non portano a nulla

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

4. Sono molte le cose della vita che mi divertono

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

5. A volte, la vita mi sembra senza significato

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

6. Affronto i problemi della vita in maniera diretta

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

7. Mi dà fastidio interrompere la routine quotidiana

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

8. Sento di poter affrontare quasi tutte le sfide

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

9. Spesso mi sento impotente

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

10. Ho passato la maggior parte della mi vita facendo cose di cui ne valeva la pena

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

11. Spesso mi sento distante dalle persone che mi circondano

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

12. Considero gli eventi stressanti come opportunità per crescere come persona

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

13. Non mi piace fare cambiamenti sul programma di cose da fare ogni giorno

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

14. I miei successi sono legati alle scelte che ho fatto

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

15. Dare sempre il massimo è inutile dal momento che la maggior parte delle cose non riusciranno bene

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

16. La vita è veramente interessante per la maggior parte dei giorni

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

17. Di solito mi sento tutto solo

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

18. Programmo attentamente quasi tutto quello che faccio

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

Per ciascuna delle seguenti affermazioni indichi il Suo grado d'accordo utilizzando una scala che va da 1 a 6, dove **1** significa che Lei è **totalmente in disaccordo** con l'affermazione presentata e **6** significa che è **totalmente in accordo** con l'affermazione.

2. Quando incontro delle difficoltà in genere riesco ad affrontarle trovando delle strategie

1 =totalmente in disaccordo	2	3	4	5	6 =totalmente in accordo
------------------------------------	----------	----------	----------	----------	---------------------------------

2. Quando mi impegno sono capace di portare a termine gli obiettivi che mi sono preposto di raggiungere

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Quando mi impegno, nei campi di mia competenza, riesco ad ottenere degli ottimi risultati

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Penso che valga la pena partecipare ad una manifestazione o ad un corteo

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. 13. Riesco sempre a risolvere problemi difficili se ci provo abbastanza seriamente

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Se mi blocco, posso sempre pensare a qualcosa da mettere in atto

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Quando voglio raggiungere un obiettivo metto in atto tutte le strategie necessarie

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Ho la capacità di fare bene tante cose nei campi di mia competenza

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Rimango sempre calmo nell'affrontare le difficoltà perché posso fidare nelle mie capacità di fronteggiarle

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Per me è importante seguire le notizie di cronaca e politica locale

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Quando ottengo quello che desidero di solito è perché ho lavorato duramente per ottenerlo

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

9. Per me è importante seguire le notizie di politica internazionale

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

10. Per me è importante seguire le notizie di politica nazionale

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

11. Posso risolvere la maggior parte dei problemi se ci metto il necessario impegno

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

12. Per me è importante essere impegnato nella politica

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---