

Il contributo della Psicologia e degli Psicologi all'umanità di oggi

Il mondo si trova ad affrontare sfide epocali: transizioni con un impatto travolgente sul piano emotivo e mentale di individui e comunità e crisi che discendono dai comportamenti degli stessi umani.

Il contributo della Psicologia è fondamentale per gestire le ricadute e attenuarne l'impatto potenzialmente negativo.

La Psicologia, infatti, generando conoscenza sulla natura e lo sviluppo di pensieri, sentimenti e comportamenti, è in grado di indicare percorsi applicativi in ogni ambito in cui il funzionamento umano è rilevante e può contribuire ad orientare le trasformazioni in corso nella direzione del maggior benessere per le persone, della pace e della prosperità, per uno sviluppo che armonizzi crescita economica, inclusione sociale e tutela ambientale.

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE



La Psicologia genera conoscenza sulla natura e sullo sviluppo dei pensieri, dei sentimenti e dei comportamenti umani, a livello sia individuale sia collettivo. La possibilità di **applicare queste conoscenze ad ogni ambito** in cui il funzionamento umano è rilevante gli affida un **ruolo cruciale** nel sostenere la salute e il benessere con l'obiettivo di migliorare la vita degli individui.

Psicologhe e Psicologi, poi, posseggono conoscenze ed elevati standard professionali, scientifici ed etici e vengono formati per applicare solide evidenze scientifiche al fine di migliorare l'esistenza umana e promuovere il benessere in ogni area della vita.

Per questi motivi la Psicologia è sempre più spesso chiamata in causa per **trovare e mettere in campo soluzioni efficaci** ad alcune delle più grandi sfide che siamo oggi chiamati ad affrontare come società. Infatti, molte delle questioni che gli psicologi esplorano **nel campo della salute mentale e del benessere** hanno un'enorme ricaduta per la collettività e sono in grado di generare un impatto positivo di cui **l'opinione**

pubblica è sempre più consapevole.

La **povertà**, le **disuguaglianze**, l'**esposizione alla violenza** e al **razzismo**, l'**inquinamento ambientale** – per citare alcune delle principali questioni – influenzano la salute mentale in modi che la Psicologia studia e, sulla base di questi studi, siamo oggi in grado di indicare percorsi applicativi in grado di modificare le situazioni che rendono attuali queste condizioni o di **ridurre gli impatti negativi sul benessere** attuale e futuro delle persone e della collettività.

Allo stesso modo, **la maggior parte delle questioni critiche sulle quali il mondo deve prendere decisioni urgenti** (ad esempio, il cambiamento climatico, il consumo responsabile di risorse limitate, la conflittualità sociale e fra stati) sono **influenzate, se non determinate, da atteggiamenti, comportamenti e stili di vita umani** che la Psicologia esplora e studia anche nella prospettiva di poterli modificare per **migliorare la salute e la prosperità**.

L'Agenda 2030 dell'ONU per lo Sviluppo Sostenibile è il programma d'azione per le persone, il pianeta e la prosperità delle Nazioni Unite, centrato proprio sulle **questioni più importanti da affrontare** per rendere le trasformazioni in corso sopportabili, a livello mondiale. È stato sottoscritto da tutti i 193 Paesi membri dell'ONU e ingloba **17 Obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile** che riguardano proprio quelle **sfide globali che stanno cambiando il mondo e che possiamo fronteggiare solo con azioni specifiche, basate su prove scientifiche**.

Lo sviluppo sostenibile è definito come *uno sviluppo che soddisfa i bisogni del presente senza compromettere la capacità delle future generazioni di soddisfare i propri bisogni*, e nel declinarne concretamente le modalità **la Psicologia dà un contributo importantissimo**.

*Ad esempio, con l'aumento del **riscaldamento globale** gli*

Psicologi Ambientali si sono trovati in prima linea nello studiare il ruolo degli esseri umani in questo fenomeno, lavorando con lo scopo di trovare soluzioni che aiutino a **motivare le persone a modificare il proprio comportamento** per salvaguardare e ripristinare l'ambiente. I Colleghi che lavorano in questo campo concentrano la loro ricerca su una **migliore comprensione di come il comportamento umano influisce sul nostro mondo**, in che modo noi viviamo e cambiamo l'ambiente e come il nostro comportamento e le nostre esperienze sono modificati dall'ambiente stesso. **Applicano poi la ricerca scientifica** per migliorare le interazioni tra le persone e il mondo fisico e riescono così a **prospettare iniziative di pianificazione urbana, di progettazione e salute ambientale** che prendono, ad esempio, la forma di **messaggi efficaci per motivare le persone a cambiare il proprio comportamento**, programmi sostenibili di insediamento umano, divulgazione di conoscenze sul perché le persone non adottano comportamenti più sostenibili per l'ambiente.

In ragione di queste capacità, in Paesi diversi dall'Italia **gli Psicologi hanno cominciato ad avere voce in capitolo nella definizione delle risposte normative** approvate per rispondere alle emergenze e alle transizioni in corso.

Negli Stati Uniti, per esempio, **l'American Psychological Association (APA)** è riuscita a **catalizzare le pressioni di molte entità associative con l'obiettivo collettivo di garantire che il Congresso degli Stati Uniti affrontasse la violenza armata come un problema di salute mentale**. Lo sforzo di questa coalizione sociale ha contribuito a **superare l'impasse del parlamento americano sulla legislazione sulle armi**, creando un contesto in cui i legislatori hanno potuto andare oltre le loro posizioni ideologicamente contrapposte e abbracciare invece **un cambiamento informato dalla scienza psicologica**. I membri dell'APA hanno inviato **quasi 3.000 messaggi ai membri del**

*Congresso che stavano lavorando su questo argomento per **informarli sulle conoscenze scientifiche che supportavano precise proposte di riforma**, riuscendo a far approvare **Il Bipartisan Safer Communities Act**, una storica legge federale, approvata a giugno del 2022, che prevede l'espansione e il finanziamento dei servizi di salute mentale, programmi di sicurezza scolastica e nuove norme sulla **sicurezza delle armi**.*

Ancora, la **prevenzione** di quelle condizioni che interferiscono con la **salute psicologica** e l'**intervento** sulle stesse si sono dimostrati altamente vantaggiosi in termini di **riduzione di costi per la collettività**. Quando la **scienza Psicologica viene applicata** ai contesti in cui gli esseri umani vivono, lavorano e interagiscono, **il potenziale degli individui e dei loro gruppi trova più spesso modo di esprimersi al meglio** e aumentano il benessere, la creatività, la capacità di adattamento e, con queste, la produttività. E questo tipo di interventi si dimostra **umanamente e finanziariamente fruttuoso** per le società che attivano interventi professionali di Psicologhe e Psicologi per alleviare la sofferenza psicologica e a migliorare la vita delle persone.

*È quello che accade in Gran Bretagna con il programma **Improving Access to Psychological Therapies" (IAPT)**, che consente l'**accesso generalizzato ai trattamenti psicologici di prevenzione e trattamento per l'ansia e la depressione a un milione di persone all'anno**, generando **migliore qualità di vita e maggiori possibilità di sviluppo individuale** assieme a **risparmi significativi per il sistema assistenziale e nuove risorse produttive e creative per il progresso economico della società**.*

Eppure, nonostante l'esistenza di metodi di intervento psicologico consolidati ed efficaci, sia dal punto di vista economico sia da quello clinico, per le popolazioni a rischio o che presentano sintomi di disturbi mentali, **in Italia la maggior parte delle persone non riceve alcun trattamento**

psicologico a causa degli stanziamenti ridotti e della stigmatizzazione sociale.

L'incapacità di affrontare **le sfide della salute mentale** come la depressione e l'ansia costa all'economia italiana una cifra stimata di **almeno 20 miliardi di euro all'anno** – lo stanziamento di un'intera Legge Finanziaria – in termini di perdita di produttività e di assistenza infruttifera (**vedi i dati inglesi del 2006 qui**).

La nostra politica nazionale si è finora dimostrata **spesso distratta** da questioni finanziarie e campagne elettorali continue, che non le hanno consentito di assumere la giusta prospettiva introno al contributo che la Psicologia e gli Psicologi possono portare alle scelte per fronteggiare le trasformazioni sociali in corso. Ma di certo **anche la Psicologia, scientifica e professionale, ha finora faticato a trovare chiavi comunicative efficaci** per trasmettere, ai decisori e all'opinione pubblica, le proprie conoscenze e prospettive sulle questioni che il Paese, assieme al mondo intero, ha al centro della sua agenda per lo sviluppo sostenibile.

È tempo, per noi Psicologi, di **scendere dalla torre** in cui la nostra disciplina si è trovata chiusa, di **costruire alleanze** con quelle parti della società interessate a guardare costruttivamente alle sfide in campo e di trovare il modo per **contribuire a un futuro migliore e più sostenibile per tutti.**