



Responsabilità democratica in Italia nell'era COVID-19

Georgia Zara¹, PhD

<https://www.apa.org/international/global-insights/democratic-italy-covid-19>

Sinossi: *L'Ordine degli Psicologi del Piemonte si fa promotore di comportamenti socialmente responsabili e dell'accesso alla salute mentale durante il COVID-19.*

Questo articolo fa parte di una raccolta di scritti dei membri della [Global Psychology Alliance](#), che mettono in evidenza le sfide e le innovazioni per far progredire la salute mentale globale.

Il link APA per avere accesso all'articolo è:

<https://www.apa.org/international/global-insights/democratic-italy-covid-19>

Il COVID-19 è divenuta una delle più grandi sfide del 21° secolo. A differenza di altre emergenze, si abbatte in modo «democratico»: tutti sono a rischio, e allo stesso tempo nessun luogo al mondo sembra essere sicuro. Sebbene determinate categorie di persone siano più vulnerabili di altre al rischio di contagio e alle sue conseguenze (e.g. persone con patologie pregresse, anziani, appartenenti a minoranze etniche)ⁱ, il COVID-19 ha alterato drasticamente le vite di ognuno.

L'impegno delle Psicologhe e degli Psicologi per una collaborazione internazionale in tempo di COVID-19

Gli effetti del COVID-19 sulla psiche delle persone sono evidentiⁱⁱ: la solitudine pervasiva, il rischio di stigmatizzazione, unitamente ad aumentati livelli di ansia e sintomi da disturbo post-traumatico da stress ne conferiscono un'identità clinica.

¹ Vice-Presidente dell'Ordine degli Psicologi del Piemonte (Italia). Professore Associato presso il Dipartimento di Psicologia, Università di Torino (Italia).

Ringraziamenti: Georgia Zara è grata al Dr. Giancarlo Marengo (Presidente dell'OPP), al Dr. Riccardo Bernardini (Segretario dell'OPP), e al Dr. Andrea Lazzara (Tesoriere dell'OPP) per il supporto ai contenuti di questo articolo. Georgia Zara e l'OPP sono riconoscenti a tutti i colleghi dell'APA e della GPA per questa opportunità di collaborazione e condivisione delle esperienze professionali.

L'Italia è stato il primo Paese occidentale a imporre un *lockdown* totale a marzo 2020; molti altri Paesi si sono visti costretti a seguire questa strategia. A gennaio 2021, il mondo è ancora nella morsa del COVID-19ⁱⁱⁱ. Di fronte a questa situazione allarmante, il Governo italiano ha dovuto mettere in moto una serie di misure per arginare la diffusione del COVID-19, bilanciando le evidenze scientifiche con l'impatto sull'economia^{iv}.

Le Psicologhe e gli Psicologi hanno un ruolo fondamentale nel mitigare le conseguenze della pandemia e nel contribuire alla ripresa^v. La *Global Psychological Alliance* (GPA) incarna ciò che la Psicologia come scienza può fare. L'Ordine degli Psicologi del Piemonte (OPP) in Italia si è arricchito dalla condivisione di proposte con le colleghe e i colleghi internazionali della GPA. Questa esperienza ha mostrato come la psicologia non conosca confini e come, specialmente in condizioni difficili, le Psicologhe e gli Psicologi possano lavorare insieme per migliorare il benessere della popolazione di tutto mondo.

L'OPP è stato coinvolto dall'Unità di Crisi della Regione Piemonte per affrontare la gestione del rischio COVID-19 tra gli operatori sanitari. Sono stati valutati i bisogni psicologici di 4,550 professionisti sanitari (e.g. medici, infermieri, altro personale sanitario, personale tecnico amministrativo), osservando livelli elevati di sintomatologia ansiosa e da stress post-traumatico, con una prevalenza ancor maggiore in coloro operanti in prima linea^{vi}. Questa emergenza ha messo a repentaglio la salute mentale, e chiunque deve poter ricevere supporto e avere accesso ai Servizi di Psicologia^{vii}.

COVID-19 come minaccia alla libertà

Il virus si trasmette sia in modalità aerea che contaminando le superfici^{viii}. *Distanziamento sociale*, *isolamento* (mantenere le persone infette e a rischio fisicamente separate dalle altre), *coprifuoco* (essere autorizzati a lasciare l'abitazione solo a determinate ore) e *lockdown* (rimanere presso la propria abitazione, fatta eccezione per spostamenti strettamente necessari) sono le principali misure adottate dai Governi per arrestare la propagazione del virus. Indossare la mascherina e lavarsi regolarmente le mani sono ulteriori azioni che hanno integrato le abitudini quotidiane.

Non vi è dubbio che tali disposizioni abbiano avuto un costo enorme per la libertà, lo studio, le opportunità lavorative e la salute mentale, così come per l'economia globale^x. Essere parte di un gruppo professionale e interagire con gli altri è essenziale, in quanto definisce chi siamo e cosa cerchiamo di diventare. Nel periodo pre-COVID, qualsiasi tentativo da parte del Governo di interferire con questi aspetti sarebbe stato considerato inaccettabile. Al contrario, durante il COVID-19, le persone hanno riconosciuto come cambiare le proprie condotte e adattarsi a queste limitazioni potesse salvare delle vite^x, pur alterando in modo evidente il proprio stile di vita. Un aspetto quest'ultimo non trascurabile e che potrebbe per l'appunto rimandare ad una sorta di «maledizione liberal-democratica»^{xi}.

Cambiare comportamento: facile a dirsi, difficile a farsi

Quando cambiare comportamento diviene fondamentale, ci rendiamo conto di quanto implichi soprattutto un cambiamento nelle nostre prospettive e nel modo in cui ci consideriamo parte di una comunità. Questo processo non è mai facile o immediato dal momento che non c'è nulla di più complesso che prendere decisioni in condizioni di incertezza e quando la pressione a fare delle scelte e a comportarsi è dettata dalla carenza di tempo^{xii}. Inoltre, né le conoscenze né le intenzioni possono dare garanzia che le persone modifichino il proprio agire secondo le regole.

Dunque, come far collimare questi due importanti aspetti (cambiamento nel comportamento e tempo) nel periodo COVID-19?

Ciò che potrebbe far scattare questo collegamento è la promozione della *responsabilità sociale*.

La responsabilità è uno sforzo condiviso

Il significato etimologico della parola *responsabile* deriva dal latino “responsabilis” (responsabile), e dal participio passato di “respondere” (rispondere, promettere di rimando). Il primo significato rimanda all'*essere chiamati a rispondere*. Ognuno di noi è chiamato a rispondere a questa emergenza adottando un comportamento che sia sicuro per se stessi, e che diventi, a propria volta, rispettoso e protettivo per gli altri. La responsabilità è proprio qui.

Questo non significa addossare sul singolo il totale carico di responsabilità. I Governi, le istituzioni, le società devono assicurare che ogni persona riceva informazioni chiare, sostenibili e

scientificamente fondate in merito a come proteggere se stessi e gli altri, e a come accedere ai servizi sanitari.

Essere responsabili con le norme anti-COVID-19 ci ricorda ciò su cui Bertrand Russell ci ha messo in guardia circa l'essenza della democrazia: *democrazia non sempre significa maggiore libertà*.

Pertanto, essere socialmente responsabili diventa un modo per rendere democratica l'idea che cambiare il nostro comportamento implica un senso di libertà e fiducia in quello che le persone possono fare insieme. In altre parole, come Psicologhe e Psicologi dobbiamo aiutare la comunità a *collettivizzare* piuttosto che a *individualizzare*^{xiii}.

Se il COVID-19 potrà mai essere ricordato per qualcosa di positivo, sarà per due aspetti. (1) tutti possono fare la differenza adottando un comportamento responsabile; (2) non c'è salute senza salute psicologica.

ⁱ O'Connor, D. B., Aggleton, J. P., Chakrabarti, B., Cooper, C. L., Creswell, C., Dunsmuir, S., Fiske, S. T., Gathercole, S., Gough, B., Ireland, J. L., Jones, M. V., Jowett, A., Kagan, C., Karanika-Murray, M., Kaye, L. K., Kumari, V., Lewandowsky, S., Lightman, S., Malpass, D., Meins, E., Morgan, B. P., Morrison Coulthard, L. J., Reicher, S. D., Schacter, D. L., Sherman, S. M., Simms, V., Williams, A., Wykes, T. and Armitage, C. J. (2020). Research priorities for the COVID-19 pandemic and beyond: A call to action for psychological science. *British Journal of Psychology*, 111, 603-629. DOI:10.1111/bjop.12468

ⁱⁱ Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395, 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

ⁱⁱⁱ WHO (n.d.). *COVID-19 dashboard*. Retrieved from <https://covid19.who.int/>

^{iv} Favero, C. A., Ichino, A., & Rustichini, A. (2020). Restarting the Economy While Saving Lives Under COVID-19. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3580626> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3580626>

^v O'Connor et al. (2020). See note [i].

^{vi} See the full report at: <https://www.ordinepsicologi.piemonte.it/emergenza-covid/bisogni-psicologici-del-personale-sanitario-e-tecnico-amministrativo-piemontese-nell-emergenza-covid> For other Italian studies on the impact of COVID-19 upon the general population and on GPs see also: Castelli, L., Di Tella, M., Benfante, A., Romeo, A. (2020). The spread of COVID-19 in the Italian population: anxiety, depression, and post-traumatic stress symptoms. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue Canadienne de Psychiatrie*, 65, 731–732. DOI: 10.1177/0706743720938598

Castelli, L., Di Tella, M., Benfante, A., Taraschi, A., Bonagura, G., & Romeo, A. (2021). The psychological impact of COVID-19 on general practitioners in Piedmont, Italy. *Journal of Affective Disorders*, 281, 244–246. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.008>

^{vii} Order of Psychologists of Piedmont. (nd). Utilities COVID-19 per la psicologia. Retrieved from <https://www.ordinepsicologi.piemonte.it/servizi/utilities-covid-19>.

^{viii} Lake, M. A. (2020). What we know so far: COVID-19 current clinical knowledge and research. *Clinical Medical Journal*, 20, 124–127. DOI: 10.7861/clinmed.2019-coron. DOI: 10.7861/clinmed.2019-coron

^{ix} Alegado, S. (2020). Global Cost of Coronavirus May Reach \$4.1 Trillion, ADB Says. *Bloomberg* <https://www.bloomberg.com/news/articles/2020-04-03/global-cost-of-coronavirus-could-reach-4-1-trillion-adb-says>

^x West, R., Michie, S., Rubin, G. J., & Amlôt, R. (2020a). Applying principles of behaviour change to reduce SARS-CoV-2 transmission. *Nature Human Behaviour*, 4, 451–459. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0887-9>



^{xi} Norrlöf, C. (2020). Is covid-19 a liberal democratic curse? Risks for liberal international order. *Cambridge Review of International Affairs*, 33, 799–813. DOI: 10.1080/09557571.2020.1812529

^{xii} Kahneman, D. & Miller, D. T. (1986). Norm theory: Comparing reality to its alternatives. *Psychological Review*, 93, 136–153.

^{xiii} Reicher, S. & Drury, J. (2020). The two psychologies and coronavirus. *The Psychologist*. Retrieved from <https://thepsychologist.bps.org.uk/two-psychologies-and-coronavirus>