

Verso un'ecologia Polisanalitica

Marzio Chirico*

Riassunto:

L'ecologia è un tema che si vuole porre a fondamento dell'azione polisanalitica. Dopo un primo inquadramento psicodinamico del rapporto uomo-terra, si analizzano alcuni fenomeni sociali che riguardano la tematica del clima e dell'ambiente, tracciando una linea di correlazione fra la teoria dinamica e l'attualità della polis, la società. Indicando i più recenti dati scientifici, si propone una riflessione sul ruolo che il terapeuta che si occupa di polisanalisi può avere nel XXI secolo, cioè il suo mandato sociale integrante la salute mentale e la salute del pianeta.

Parole chiave: Polisanalisi, ecologia, cambiamento climatico, psicopatologia climatica

Abstract:

Ecology is a theme that is proposed as the foundation of polisanalytic action. After an initial psychodynamic framing of the human-earth relationship, some social phenomena concerning the theme of climate and environment are analyzed, drawing a correlation line between dynamic theory and the actuality of the polis, society. By indicating the most recent scientific data, a reflection is proposed on the role that the therapist who deals with polisanalysis can have in the 21st century, that is, their social mandate integrating mental health and the health of the planet.

Keywords: Polisanalysis, ecology, climate change, climate psychopathology

*Psicologo Clinico, specializzando dell'Istituto di Specializzazione in Psicoterapia Analitica Individuale e di Gruppo (SPAIG), socio dell'Associazione di Psicoanalisi della Relazione Educativa (APRE)

1. Introduzione

L'ecologia non è soltanto una tematica attuale, ma è lo studio dell'ambiente che si interseca coi suoi connotati psicologici, offrendo strumenti per prendersi cura della nostra casa: il Pianeta Terra. Cosa sta succedendo nel XXI secolo? A partire dal 2019, abbiamo visto come tutto il grido di dolore, rabbia e incertezza della Generazione Z si sia riversato nelle piazze dei Fridays For Future, movimento per la giustizia climatica e sociale che si pone l'obiettivo di sensibilizzare le persone sul tema e di attuare pressione sulla società e sulle istituzioni per cambiamenti rapidi ma efficaci. Tuttavia la polis non risponde come un tempo. Quali sono le cause di queste dinamiche?

2. Un breve inquadramento teorico

Grazie al concetto di seno buono di Melanie Klein (1937) possiamo rappresentare la Madre Terra come un seno generativo. Come evidenziato, l'uomo ha sempre raccolto e sfruttato "il seno buono" della Terra, non curandosi delle dinamiche distruttive che ne sono scaturite. Nel momento in cui, per tracciare un'analogia, il seno cattivo emerge come una terra arida o inquinata, potremmo incappare in quel paradosso per cui persone che hanno migrato dalla propria terra, laddove lo spreco di risorse è importante e diffuso, si ritrovano in un nuovo contesto in cui integrano anche quella parte distruttiva della società d'arrivo. Per meglio integrarsi, scappando verso una nuova e più fruttifera vita, si arriva ad "inquinare" secondo le regole della stessa società in cui si cercava nuova fioritura. È un paradosso che può darci contezza delle dinamiche viscerali dell'essere umano di individuazione e differenziazione, in cui le parti "sacrificabili" sono tendenzialmente quelle esterne, cioè il pianeta e l'ambiente, in tutti i sensi e livelli.

Winnicott (1965) già indicava la relazione tra affordance dell'ambiente e agency. Come esseri umani inseriti in un ecosistema con le sue regole e le sue norme, capire come attuare questa "azione" in senso generativo per l'ambiente permette un riconoscimento e una reciprocità fra parti del Sé esplicitata dalle preoccupazioni dei giovani nelle piazze. La Generazione Z per prima e in modo più intenso ha intercettato quel bisogno di agency, scaturita da un senso di integrazione di parti del Sé interne ed esterne. Da questa azione, come vedremo in seguito, possiamo intuire delle più generali assunzioni per una sinergia tra Polisanalisi ed ecologia.

Ma cosa succede, intanto, là fuori, nella polis? La nostra società ora trasuda di ecologia e si può incontrare spesso la parola “sostenibilità”. Viene spesso usata impropriamente, in vari contesti, spesso al di fuori del range del suo significato e degli scopi per cui inizialmente è stata adoperata. Viene da pensare che l'Ecologia venga trattata come una tematica separata quando invece la mente e la psiche sono Ecologia. L'apparato mente/corpo, come prodotto evolucionistico e biologico dello sviluppo umano, è nato e si è costituito dall'interazione fra sistema *bio-psico-corporeo* e l'ambiente. Da ciò emerge la coscienza umana e la sua storia millenaria di consapevolezza con cui si è costruita la società. Ecco il dramma moderno della specie umana: la disintegrazione di quella **parte ecologica** insita in noi. Ciò accade perché, fin dall'infanzia, nella società attuale, impariamo e interiorizziamo un limite, un prodotto recente degli ultimi secoli: il confine fra città e natura. La parte naturale non viene integrata nel nostro ecosistema mentale e, per quanto già nei classici ci si interrogasse su differenza fra la polis e la campagna (vd. locus amoenus), negli ultimi 150 anni il distacco è aumentato a favore della cementificazione e dell'accelerazione di stimoli e di crescita in un contesto cittadino, come prodotto dalla Rivoluzione Industriale in poi. Allora siamo arrivati a una disintegrazione come esito dei processi capitalistici; dis-integrazione come risultato di un'incertezza totale della nostra vita e del nostro posto nella società. Per quanto la realtà in cui viviamo sia un costrutto culturale e le nostre rappresentazioni filtrino il nostro rapporto con il mondo (Kant, 1781; Moscovici, 1961; Geertz, 1999), per quanto la società sia un sistema co-costruito da accordi, patti, norme, leggi, non detti e relazioni, il legame con il Pianeta Terra si sta indebolendo. Religioni e contesti spirituali diversi dalla società occidentale e la sua produzione sfrenata risultano, secondo una certa rappresentazione sociale, in un esotismo che svaluta quel rapporto con il “terreno” e il rapporto con la Madre Terra: “Non sarebbero più altri uomini che si ribellano ad altri uomini: sarebbe l'ambiente, la “Madre Terra” a starnutire, rifiutando gli umani come un polline fastidioso” (Zoja, IX convegno APRE, 2015). “Il confronto globale, che include ormai anche le questioni ecologiche, non ha precedenti chiari cui ispirarsi, e ciò complica ulteriormente la ricerca di soluzioni” (Zoja, 2024)

Il nostro rapporto con il petrolio, un minerale che si è formato con un processo durato decine di milioni di anni, ci riporta, dal punto di vista psicodinamico, all'identità

simbolica fra Terra e Madre e sta a testimoniare come noi coltiviamo, collettivamente, la fantasia di una Madre Terra intesa come un seno generoso, inesauribile (Pergola, 2020). A quel punto, in questo rapporto di *fagocitamento* delle risorse tendente all'infinito, le parti scisse che non integro nella mia personalità vengono rigettate e agite verso la distruzione dell'ambiente, perseguendo comportamenti anti-ecologici: spreco di risorse; consumo sfrenato di carne animale; consumismo "usa e getta" di alimenti, oggetti, nell'ambiente come nel focolare domestico, incapace a contenere agiti. I giovani sembrano essere i principali destinatari ed esecutori di questa scissione, da un lato perché subiranno sempre più in futuro le conseguenze ambientali del presente, dall'altro perché più sensibili al tema, nati in un'epoca di stravolgimenti ambientali, sono quelli più a rischio nei comportamenti contro la natura e l'ambiente. Ma, come vedremo dopo, possono essere motore di cambiamento se coadiuvati, per non rassegnarci all'adattamento senza aver risolto il problema del clima nella sua accezione generale.

L'adattamento nella prospettiva della salute mentale rispetto al cambiamento climatico non è ancora chiaro, poiché non è solo un adattamento individuale ma collettivo e la resilienza nelle persone a volte sembra più una resistenza a nuove configurazioni. Per esempio, il comportamento *pro-ambiente* sembra essere molto difficile da motivare e alcune reazioni disadattive sembrano essere profondamente radicate negli esseri umani, rendendoli meno sensibili al cambiamento (Cianconi et al., 2021). Che gioco giochiamo con il pianeta? In quale incastro siamo bloccati? La società e i danni ambientali ci creano psicopatologia o è la psicopatologia che ha impatti sull'ambiente?

Allora, in questo senso, possiamo dire che a livello macro sta accadendo ciò che l'uomo cerca di fare da sempre: integrare le parti in Ombra. In una panoramica su ciò che accade oggi, come detto in apertura dell'articolo, giovani e attivisti si riversano nelle piazze urlando ciò che ribolle loro dentro. In senso psicoanalitico, ciò potrebbe rappresentare un movimento simbolico che permette l'integrazione di parti del Sé preoccupate per la tematica ambientale. In un atto di protesta, di "agito" per le strade, potrebbe muoversi quell'ascolto, quell'accoglienza, quell'integrazione di Parti del Sé, per integrarsi dunque in una personalità più completa e sana. E se vediamo che, per quanto vengano proposte norme che intaccano il diritto alla manifestazione, nello specifico

repressione e dissenso non sono negative di per sé: c'è bisogno delle parti in gioco che possano relazionarsi e parlarsi, in un movimento dinamico che porti alla trans-formazione della persona. Il quesito sorge quando avviene la repressione del dissenso nella dimensione politica e sociale dove provvedimenti legislativi recenti, attuando una forma infantile del funzionamento e del controllo della psiche individuale, promuovono strategie per l'ordine e, appunto, il controllo stesso delle pulsioni sociali, le stesse pulsioni investite per la crisi climatica che mobilitano il dissenso nelle piazze pubbliche nella scena della polis, che sia entro la psiche, che sia nei territori che l'essere umano abita e attraversa giorno per giorno. Laddove l'uno, con la sua azione reprime e non si mette in ascolto dell'altro, là sorge la psicopatologia, forse una nuova forma di "psicopatologia climatica" che non permette di integrare le parti e urlare le proprie ansie e preoccupazioni al di fuori della psiche, là nella scena pubblica, in un Io integrato e non adesivo e fondamentalista. Nelle parole di Jung, "ci siamo resi conto delle nefandezze che l'uomo è in grado di compiere e di cui perciò anche noi potremmo essere capaci, e da allora siamo rosi da dubbi terribili a proposito dell'umanità della quale anche noi facciamo parte. Perché si verifichi una simile degenerazione, tuttavia – e a questo proposito si dovrebbero aver le idee ben chiare – occorre la presenza di determinate condizioni. È necessaria anzitutto la concentrazione di masse urbane industrializzate, e quindi occupate in un'attività univoca, recise dalle loro radici, che abbiano perduto ogni sano istinto, perfino quello dell'autoconservazione. [...] Occorre fare in modo che il cittadino conservi a ogni costo il proprio istinto di autoconservazione, perché una volta distaccato dalle radici nutritive dei propri istinti l'uomo diviene un fantoccio in balia di tutti i venti [...] e può ritrovare la salute solo tramite una catastrofe. [...] Si tratta di una condizione patologica, di demoralizzazione e di anormalità mentale: una parte di noi compie cose di cui l'altra parte (quella "rispettabile") non vuol saper nulla. [...] Se la colpa collettiva venisse compresa e accettata si compirebbe un notevole passo avanti, ma ciò non sarebbe sufficiente a portare alla guarigione, allo stesso modo in cui il nevrotico non può essere guarito dalla pura e semplice comprensione della propria malattia. [...] Occorre ancora domandarsi: come convivo con questa Ombra? Quale atteggiamento si richiede per poter vivere nonostante la presenza del male?". In *Dopo la catastrofe* del 1945 Jung cerca di delineare una psicopatologia del popolo tedesco visto con la lente delle due guerre

mondiali. Risulta comunque interessante vedere come certi concetti si leghino dopo decenni – forse perché il processo di industrializzazione era già in corso e ha condotto a importanti conseguenze – alla situazione storico-sociale attuale. Nell'azione individuale, fino a quella collettiva di gruppi sociali e Nazioni, avviene una dissociazione sistematica che provoca una scissione delle personalità dell'uomo polisanalitico che da un lato compie azioni a discapito del clima, dall'altro neanche è consapevole di farlo. Ed è quando dall'alto si viene a negare la possibilità di integrare psicodinamicamente l'Ombra, “un intero popolo non potrà non seguire con sicurezza sonnambolica un Fuhrer-medium su per i tetti, per precipitare infine giù nella strada con il filo della schiena spezzato” (Jung, 1945). Riconoscere che la nostra polis, intesa in questo passaggio come assetto sociale e istituzionale, è ammalata, ci permette di poter iniziare a immaginare quali semi di un'alternativa poter piantare, alternativa alla falsificazione menzognera della realtà dei Paesi e delle organizzazioni responsabili della catastrofe climatica a cui andiamo incontro. Allora, iniziamo a vedere i semi di una guarigione che l'azione ecologica polisanalitica potrebbe portare con sé.

3. Il clima, la scienza, i dati

Un fenomeno molto importante in natura e che si può ricollegare alla psiche è il concetto del Tipping Point: *i punti di non ritorno*. Quando in natura si superano limiti planetari, si scatenano delle reazioni imprevedibili. Con un parallelismo, anche fattori di stress possono scatenare nella psiche reazioni di “rigetto” di un tale evento: viene da pensare a un trauma non “sedimentato” nel terreno della nostra psiche. Possiamo iniziare a vedere alcune analogie e collegamenti fra l'ambiente esterno e l'ambiente interno di una persona.

Grazie a tecnologie come i *carotaggi*, un sistema che scava a fondo nei ghiacci recuperando gli strati più antichi e sedimentati, con la possibilità di analizzare la CO₂ accumulata nei secoli, possiamo ben comprendere come i fenomeni climatici abbiano influito sulla società umana e come si siano evoluti e intensificati in modo negativo nel corso dei secoli. Già nell'antico Egitto 29 specie furono cancellate in seguito a una serie di profondi cambiamenti climatici avvenuta tra 6000 e 3000 anni fa. Lo studio relativo dimostra che le estinzioni sono state probabilmente causate dal clima divenuto troppo

arido e dalla crescita della popolazione umana: una situazione che mostra significative similitudini con il momento odierno. (Cianconi, Janiri, 2023).

Per fare una ricognizione temporale, la Piccola Era Glaciale a metà del 1300 ha avuto impatti nefasti sulla popolazione europea, già però fortemente malnutrita, con aumento della contagiosità e del rischio di mortalità durante le pandemie, come la peste nera del 1347. Dai 10.000 anni fa fino ad ora, l'agricoltura si è ampiamente sviluppata, ma il disboscamento era limitato dalla disponibilità di energia, che era solo quella del lavoro umano e animale. Queste prime attività agricole [...] possono aver avuto un effetto sul funzionamento del sistema Terra attraverso un aumento della concentrazione atmosferica di CO₂ (Ruddiman, Raymo, 2003).

Di conseguenza, è stato formulato il concetto di *Antropocene* per imprimere l'idea di quanto il pianeta sia segnato dall'attività umana in modo massiccio, laddove l'uomo è causa di processi che modificano l'ambiente, il territorio, il clima. La parola deriva dall'unione di *ànthrōpos* e di *kainos*, non a caso, e il premio nobel Paul Crutzen l'ha adottato, per quanto nella comunità scientifica sia in corso un dibattito o meno sul suo utilizzo. Ciò che conta, e su cui concorda la scienza intera, è che l'umanità stessa è ora una forza geofisica dotata di agency globale sulla Terra. Dall'inizio della rivoluzione industriale abbiamo bruciato combustibili fossili, aumentando in modo progressivo il loro consumo, arrivando a 37,4 GtCO₂ (gigatonnellate bruciate), in aumento ogni anno. I paesi ricchi del mondo rappresentano l'80% delle emissioni cumulative di CO₂, in quanto la CO₂ sosta a lungo nell'atmosfera. I paesi che meno hanno contribuito alla crisi climatica sono quelli che più ne pagheranno le conseguenze e questi sono i MAPA: i *Most Affected People and Areas*, i territori e i popoli già più colpiti dalla crisi climatica. Il 50% più povero del mondo inquina quanto l'1% più ricco del globo (Oxfam, 2024): una evidente disuguaglianza che spinge a riflettere su quanto il cambiamento climatico sia anche una questione sociale.

Nella quasi totalità dei casi, la letteratura dimostra come il cambiamento climatico sia iniziato e abbia caratterizzato la vita umana su questa terra dall'inizio dell'era dell'agricoltura, cioè dall'inizio della civilizzazione dell'uomo, dimostrando quindi l'impatto che la specie umana ha avuto e continua ad avere su questo pianeta (Cianconi,

2023). In ogni epoca l'uomo ha influenzato l'ambiente, in modi più o meno pesanti, dagli artefatti architettonici fino al disboscamento per gli allevamenti. Il problema odierno consiste principalmente nel cambio repentino e accelerato delle condizioni ecosistemiche che non permettono il "riassorbimento" della CO₂ prodotta dall'uomo e in modo particolare dai paesi industrializzati, negando il riequilibrio naturale. Un esempio su tutti, da pochi anni a causa del global warming è nuovamente possibile coltivare comuni vitigni nel Sud dell'Inghilterra.

Ad esempio, un fenomeno sociale che raccoglie alcuni punti fra quelli espressi finora è quello migratorio. In questo senso la migrazione climatica è ormai un fenomeno in tutto e per tutto, da considerarsi come una categoria della più generale migrazione. Questa branca disciplinare è chiamata ecomigration e studia come gli sfollamenti e le ricollocazioni, a seguito di eventi catastrofici in certi paesi, generano "rifugiati ambientali". Come le parti del Sé rigettate nell'ambiente diventano rifiuti non masticabili, così ci si può chiedere quanto queste persone diventino "scarti" che non riescono a essere integrati nelle nazioni d'arrivo. Diventano parti dell'ambiente inquinato dalle stesse nazioni che, in qualche modo, costringono persone a spostarsi creando il fenomeno dell'ecomigration: queste persone sono poi poste ai margini della società? Sono forse prodotti ingestibili di un processo irreversibile? Allora, nella mente delle persone si possono riservare agiti aggressivi verso gli "scarti" e le parti non integrate, al posto di attuare un processo inverso che al tempo stesso ci renda consapevoli dei fenomeni complessi globali di cui in parte siamo responsabili, consapevolizzando menti e cuori. Negli esseri umani, la cui mente dovrebbe essere dotata di plasticità adattiva, la dislocazione non può essere l'unica soluzione. Almeno 75 milioni di persone dall'area asiatico-pacifica saranno costrette a migrare entro il 2050 a causa del cambiamento climatico (Cianconi, 2023). Queste persone migranti, come detto si ritrovano a vivere ai margini della città, in periferia. In questi luoghi/non-luoghi ci sarebbe un rischio estremamente più alto di sviluppare schizofrenia e psicosi, soprattutto in aree con poco spazio verde (Burton, 2022). Anche per queste categorie di persone, l'ansia da cambiamento climatico rappresenta una minaccia. Sembra essere un disturbo d'ansia specifico, diverso dal disturbo di ansia generalizzato e dalla sintomatologia ansiosa del disturbo depressivo maggiore. In futuro la salute mentale e l'ecoansia saranno sempre più

legate a come si risponderà alla crisi climatica (Cianconi, 2023), per quanto l'effetto sulla salute della persona dipenda dal contesto culturale, sociale ed economico, il fatto che possa essere venuta a contatto con eventi estremi e la durata e la gravità. Non esistono solamente migranti da continenti come l'Asia e l'Africa. Presto potremo vedere anche migranti interni all'Europa.

Il report del 2021 del Lancet Countdown delinea un mondo sopraffatto da una crisi sanitaria globale, che ha fatto pochi progressi per proteggere la sua popolazione dagli impatti sulla salute, aggravati dal cambiamento climatico. Il mondo è più caldo, siccità in aumento, anni più caldi. Le disuguaglianze degli impatti, comprese quelle di genere, sono messe a fuoco dal report di Romanello et al. del 2021. Biosfera, permafrost, foresta boreale, barriera corallina: tutti questi ecosistemi stanno collassando.

In ottica di rappresentazione della minaccia climatica, in un recentissimo studio pubblicato su Lancet Planet Health (Lewandowski et al., 2024) sono stati esaminati i dati di oltre 15.000 giovani fra i 16 e 25 anni rispetto al distress causato dalla crisi climatica, in correlazione all'identificazione politica e all'esposizione a eventi meteorologici estremi. I giovani che hanno risposto da tutti gli stati degli Stati Uniti per l'85%, a livello generale, sono moderatamente preoccupati, di cui oltre il 57% molto o estremamente preoccupati sul cambiamento climatico e i suoi impatti sulle persone e sul pianeta. Inoltre, il 38,3% di questi ha indicato come la crisi climatica impatti la vita quotidiana. In questo senso, i giovani hanno riportato pensieri negativi rispetto al futuro e le azioni in risposta alla crisi, indicando che sarebbero più propensi a votare candidati che supportano politiche per il clima. L'esposizione a eventi climatici estremi era significativamente associata a una volontà più forte di azioni a contrasto della crisi climatica.

4. I giovani

I giovani, per l'appunto, sono e saranno quelli più colpiti dalla crisi climatica: dai fenomeni globali passando per una psicopatologia dei disturbi d'ansia, chiamata più nello specifico eco-ansia. Per quanto un aumento delle temperature esponga gli over 65 a sempre più frequenti ondate di calore, nel futuro prossimo i giovani dovranno fronteggiare questo aumento annualmente. E non avranno a che fare con un colpo di calore per qualche giorno all'anno nella loro anzianità, ma per tutta la vita, per più mesi

l'anno (IPCC, 2023). È evidente che, in mutate condizioni ambientali, per un organismo biologico come il nostro, evolutosi in centinaia di migliaia di anni, un repentino cambiamento nel corso di un secolo rappresenta una minaccia all'esistenza stessa dell'essere umano e, di contiguo, della società tutta.

A proposito delle già citate rappresentazioni, nel contesto italiano non si percepisce ancora il pericolo come tale. È un problema culturale col quale noi psicologi e terapeuti dovremmo fare i conti a breve, a partire dalla psicopatologia climatica fino agli strumenti per supportare e guarire la comunità, nell'ottica polisanalitica. Questo *registro culturale* potrebbe anche essere il frutto di forme svalutanti applicate dalle politiche istituzionali verso l'ambiente. In altre parole, se l'istituzione, a qualsiasi livello si trovi, che ha in mano il potere, rimane inerte per il contrasto della crisi climatica tramite la promozione di leggi e iniziative volte a mitigare l'effetto dei cambiamenti climatici, allora il cittadino comune percepirà quella specifica tematica come meno importante rispetto alle altre. Non che le altre non siano importanti ma nella maggioranza dei casi questo specifico tema oggetto della trattazione ne contiene molti altri. Si generano così *i mostri della ragione*, spazio di chiaroscuro dove vecchie parti del Sé persona-società muoiono e si faticano a integrare le nuove, come abbiamo visto in precedenza. Dunque si fanno spazio, in ottica sistemica e sociologica, le forme di negazionismo e il negazionismo implicito (Antilla, 2005; Cianconi, 2023).

Infatti, possiamo individuare, grazie agli strumenti della psicologia sociale, tre correnti di pensiero e di approccio al problema del cambiamento climatico. In primo luogo, si vede un approccio reazionario, in quanto si oppone all'ipotesi della crisi climatica e contrasta con il suddetto negazionismo tutte le azioni volte alla mitigazione del surriscaldamento globale. Si mette in campo una certa disinformazione se non vere e proprie fake news, “annacquando”, in sostanza, il dibattito sul tema. In secondo luogo, si evidenzia un riformismo in senso di un “keynesianesimo verde”, che cambi i paradigmi di produzione ed economia tramite una modernizzazione delle strutture facenti capo al concetto di giustizia climatica. In ultimo, c'è l'approccio radicale, che vede la crisi climatica come un problema strutturale da cambiare in un ordine di valori alternativo. Tale approccio propone di esplorare le ingiustizie vissute dalle popolazioni oppresse e

colpite dalla crisi climatica, così come da gruppi che si trascinano traumi culturali, rispettando i principi della giustizia climatica, per includere tali gruppi che sono storicamente più vulnerabili e più sfruttati (Brulle, Norgaard, 2019)

4. Riflessioni sull' ecologia polisanalitica

Per chi è giovane il futuro, se non è una minaccia, è imprevedibile. E se il futuro non è più una promessa allora viene meno la motivazione: perché devo studiare? Perché devo darmi da fare? E al limite anche: perché devo stare al mondo? (Galimberti, 2021)

I giovani e la Scuola possono essere come uno dei luoghi privilegiati per l'azione polisanalitica. La scuola è il luogo della costruzione della cittadinanza, come già affermava Piero Calamandrei. La scuola può e deve permettere quel processo di emancipazione e individuazione nel processo di crescita adolescenziale. Inserire l'ambiente e l'ecologia al centro dell'educazione scolastica, non solo permette di formare un Io sensibile agli aspetti climatici, un Io che fa la raccolta differenziata e spegne la luce quando esce da una stanza, ma un individuo che impara a riconoscersi, a rappresentarsi e partecipa attivamente, in varie forme, alla vita della polis, alla vita della società, per la società, tal per cui attualizza pieno vigore alla spinta sociale e relazionale della nostra specie: specie fra le specie, perciò non inferiore, né superiore. Consegna pieno atto al progresso e all'attuazione di quella "noità" che già altri hanno teorizzato in diverse sedi; il canale ambientale può essere quello privilegiato, un grimaldello per entrare nella psiche individuale e sociale: per riconoscerli diverso e uguale a me, specchiandosi nello Straniero che scappa da guerre e crisi idriche, si riconoscono anche i bisogni di essere umano inserito all'interno di un ecosistema, individuando il principio di umanità globale. Come già gli antichi scrissero in tempi non sospetti, nelle parole di Seneca: "La terra è un solo paese. Siamo onde dello stesso mare, foglie dello stesso albero, fiori dello stesso giardino". Dunque, possiamo comprendere e capire come trasformare la relazione con la natura, oggetto interno da consapevolizzare, presente ma da integrare per meglio vivere il nostro percorso di crescita, assieme alla polis in una noità non fusionale ma generativa. Tali concetti sono stati ripresi più di recente da Edgar Morin: esplicita la cittadinanza terrestre, in quanto esseri umani appartenenti a un singolo sistema globo-terracqueo, dove le certezze sono isole nel mare e, usando un'analogia, possiamo affermare come il vasto

mare che salpiamo rappresenti l'incertezza della crisi climatica sulla nostra vita, mentre ci possiamo affidare a quei porti sicuri sulle isole, che sono la scuola, così come la scienza, che ci presenta strumenti per meglio comprendere noi stessi e il mondo.

A questo proposito, si riprende in questa sede il concetto di Albrecht del 2011, tenendo a mente le linee psicodinamiche, per attuarle nella Polisanalisi; egli parla di sindromi psicoterratiche, sindromi mentali legate alla Terra in cui il benessere mentale è minacciato dalla rottura dei legami sani tra loro e il territorio. Lutto ed Ecoemozioni acquisiscono un ruolo nuovo e rilevante in quella che possiamo definire una nuova psicopatologia dell'ambiente. Quando accade un disastro ambientale possiamo delineare ciò nell'immagine di un vero e proprio trauma sociale. Si può arrivare a pensare che l'uomo si stia separando dal resto della natura (Glendinning, 1994), oppure che le si stia opponendo. Una risposta possibile riguarda il citato lutto. Questo tipo di adattamento mantiene la funzionalità psichica, se il lutto non è troppo intenso e complicato. Si sostanzia, probabilmente, in quello che molti sociologi chiamano *inattivismo*, quella specie di paralisi che porta molte persone a esser consapevoli della crisi climatica ma a non agire a livello individuale e collettivo per contrastarla. In questo caso, il lutto può essere ingestibile perché i cambiamenti sono troppo importanti e coinvolgono in parte dove si è abituati a vivere (Cianconi et al., 2022), invece di spingere verso l'azione per un cambiamento. Si annichiliscono quelle parti interiorizzate in sé, che proviamo con un nuovo concetto - coniato in questa sede - a comprendere come un tutt'uno, come oggetto interno: *l'ecosistema interiorizzato*. Nel caso del disastro ambientale, possono profilarsi perdite irrecuperabili, fonte di ansia: il danno è irreparabile e sopraggiunge il lutto verso qualcosa che ormai si percepisce come perso per sempre. Inoltre, si possono trovare traiettorie dinamiche come il distanziamento, l'evitamento delle notizie e la presa di consapevolezza per salvaguardarsi dal dolore e dalle emozioni negative. Al contrario, scienziati e attivisti che si impegnano in prima linea per la ricerca e la salvaguardia dell'ambiente scelgono un ruolo e una posizione inglobante rispetto a queste tematiche, non esenti da disturbi psichici per la loro posizione di confronto (Diffey et al. 2022). Anche loro possono provare notevole stress a causa dell'imprevedibilità del cambiamento climatico, della fatica della lotta, così come emozioni negative e disillusione da gestire. L'individuo può dunque muoversi fra riposizionamenti, cambi d'idea e insicurezze, lutti,

inquietudini. Per questo, un percorso di psicoterapia, in quella che comunemente viene esplicitata come eco-ansia, ma che comprende molto altro, può rendersi necessario e utile all'individuo per meglio comprendere il proprio posto nel mondo, fino al ruolo che ha nell'incastro col pianeta e con la società rispetto al cambiamento climatico: se l'uomo distrugge o non considera l'ambiente opera una distruzione o non considerazione di sé stesso (Bateson, 1972).

La considerazione di noi stessi ci permette di sperimentare quel principio di noia nei momenti in cui ci allontaniamo dagli stimoli dei social, di internet, della vita mondana accelerata e "riempita" di tutto. Tale considerazione, intesa come cura, diventa la porta per la riconnessione con la natura, si trasforma nello spazio del "non-fare": uno spazio libero dal lavoro usurante e disumanizzante, usato e "s-fruttato" per amare, fare arte, sport etc. Diviene uno spazio metafisico per potersi sentire parte di una "noità" ben oltre la società nella quale siamo immersi. Se lasciamo per un attimo riposare il cervello dagli stimoli, minuto per minuto, si può iniziare a sentire il ticchettio dell'atmosfera, lo scoccare delle ore quotidiane, il flusso delle masse di area e della variazione di temperatura, il frusciare delle foglie e i silenzi perpetui: *essere* umani in un unico sistema, l'ecosistema del pianeta Terra.

Molti studi ormai dimostrano come la pratica di una speranza costruttiva (Ojala, 2015) possa portare importanti benefici a tutta la comunità. Le raccomandazioni della letteratura mondiale si concentrano su vari aspetti: sarebbe necessario addestrare gli operatori dell'assistenza sanitaria a prevenire e gestire gli impatti del cambiamento climatico; sarebbe di fondamentale importanza migliorare la comunicazione e l'educazione sui fenomeni della crisi climatica e su come l'uomo possa effettivamente mitigare tali fenomeni; sarebbe importante includere, fra le voci sul tema, le persone già particolarmente vulnerabili, per meglio formare terapeuti, operatori di varia natura e formazione fino alla promozione dell'attivismo nei più giovani, supportati dal ruolo attivo che svolgono in prima persona: intraprendere azioni per il clima aiuta bambini, adolescenti e giovani a sentirsi bene, orgogliosi, legati alla comunità e pieni di speranza (Ojala, 2012a)

In questa comunità planetaria, una persona potrebbe prodigarsi per capire come cambiare i rapporti di forza all'interno dello spazio sociale che cerca un nuovo equilibrio; tale equilibrio oggi più che mai è minacciato da un modello di crescita che guarda più ai profitti smodatamente finì a sé stessi che ai bisogni (Morin, Kern, 1993). Allora la comunità potrebbe, nel discorso qua esposto, essere quel luogo sicuro di approdo per la riflessione e l'ideazione di nuovi modelli di società e dunque di integrazione delle "parti naturali del Sé" nel proprio ecosistema interiorizzato. Ciò non può non passare da un allargamento della vista a 360° di ciò che ci racconta il mondo là fuori, la scena pubblica: è solo tramite l'incontro con l'Altro che le proprie parti Ombra possono integrarsi e tramutarsi in Altro da me, in nuovo Sé, operando un transito da una forma embrionale a una forma sanata e guarita della persona avendo così impatto sui livelli relazionali della società, come un sassolino gettato in uno stagno che crea un'onda destinata ad ampliarsi sempre più. Per questi motivi, nell'ottica dei processi sociali, va ricordato che la mondializzazione porta in sé l'occidentalizzazione e il mito dello sviluppo fondato sull'idea di una crescita infinita. È un mito che ci porta dritti contro un muro. Siamo eredi di un liberismo economico senza sufficienti regole, tutto teso a produrre e a consumare sempre di più, con conseguenze disastrose per la biosfera e le risorse naturali: ma un'altra mondializzazione è possibile (Morin, 2011; Latouche, 2015) Il sassolino gettato nello stagno è sempre più necessario. Un sassolino crea una piccola variazione sulla superficie dell'acqua. Tanti sassolini creano un'onda. Infiniti sassolini creano la tempesta del cambiamento.

Nell'ottica dei ragionamenti portati fin qui possiamo riscontrare come ci siano alcuni strumenti che si muovono in direzione di un'integrazione degli ecosistemi mentali, per l'emancipazione e l'individuazione del Sé persona-società: *l'attivismo e la militanza* (come presidio di spazi pubblici e sociali). Tramite questi strumenti si potrebbe attualizzare il diritto a prendersi un posto nella polis, nella già citata scena pubblica, per creare quella tempesta scaturita da sassolini che collettivamente agiscono per un unico fine: la salvaguardia del Pianeta, degli ecosistemi della società. I giovani preoccupati per il clima che manifestano e protestano, potrebbero dunque acquisire un nuovo ruolo, diventando un servizio e al tempo stesso una scossa per la comunità: chiave di cambiamento e luogo di discussione consapevole e critica sui processi psico-sociali del

mondo. Visto a posteriori, i giovani scesi in piazza in tutto il mondo con Fridays For Future potrebbero aver prestato un servizio non indifferente alle sorti di questo pianeta. In chiave psicoanalitica, la Gen Z ha tentato di prendere il proprio posto sulla scena pubblica.

Di fronte al grande vuoto generato dall'impasse che un progresso smisurato e repentino ha causato passiamo all'analisi di alcune tecnologie che possono essere una soluzione al problema dell'inquinamento e della CO2 nell'atmosfera, fino a tracciare, in un secondo momento, un filo rosso che porta all'attivazione di una comunità in senso generativo e trasformativo. Questo strumento sono le comunità energetiche.

Le Comunità Energetiche Rinnovabili e Solidali sono uno strumento col quale ci si mette in rete assieme con l'installazione di pannelli solari, collegati direttamente alla cabina primaria della zona: questo permette di essere inseriti in questo raggio che può comprendere il privato e il pubblico, la scuola così come le palazzine abitative passando per ospedali e Municipio, case private. Il processo è ancora un po' farraginoso a livello burocratico ma il sistema permette anche a diverse famiglie di poter, coi propri pannelli già in dotazione o con l'installazione di nuovi, di entrare in una CERS costituendo un'associazione volta a produrre energia da scambiare, sia per contrastare l'innalzamento delle temperature, sia per risparmiare in bolletta. Se ci sono relazioni e gruppi più o meno ampi, a maggior ragione nella costruzione di un processo gruppale con uno sguardo volto alla comunità, può entrare in gioco la Psicologia?

Per quanto ci sia ancora molta ricerca da fare, per quanto la letteratura sia in florida espansione, per **costruire comunità**, non bastano le sole CERS. Lo psicologo lavora con e per le relazioni di una rete, che può essere di qualsiasi tipo: amicale, parentale ecc. Nel momento in cui un collettivo di persone si riunisce, in questa misura possiamo teorizzare un apporto psicologico alla costruzione della CERS, come figura che possa mediare e dare senso alla percezione sia della polis che dei servizi ecosistemi, nel momento in cui una legislazione alquanto scivolosa e nebulosa crei frustrazione e sentimenti d'ansia e tristezza, facendoli circolare nel gruppo, in persone che sono mosse da un sincero tentativo di cambiamento, mirando all'evoluzione collettiva, sociale ed economica.

Perciò, se l'ecologia è letteralmente la “scienza della casa o della famiglia”, derivanti dal greco *oikos* e *logos*, la polisanalisi può e deve entrare in quegli spazi di costruzione di una casa comune, dove possiamo semplificare il tutto nel rapporto logico di Ecologia: economia = crisi climatica: proprio giusto posto. Se l'ecologia dal basso, dalle relazioni sociali, contribuisce a contrastare la crisi climatica, l'economia, che non è altro che la cura della casa, *oikos nomos*, allora permette di trovare il proprio giusto posto nel mondo, all'interno dell'ecosistema della scena pubblica.

Così, anche la produzione di batterie non verterebbe su un approccio consumistico ma sarebbe al servizio della città e dei territori. In modo schematico: 1. La CERS produce e accumula energie tramite le cabine primarie. 2. Le CERS alimentano, tramite una struttura apposita, i mezzi di trasporto collettivo (ma possono anche essere attività di bar o mercati). 3. L'energia accumulata nelle batterie dei bus viene restituita alla comunità; oggi l'energia residua ritorna a me, domani viene nella tua casa per permettere l'utilizzo degli elettrodomestici, come lavastoviglie e phon. Questo processo presenta due problemi normativi – a dimostrazione di come le leggi modellino la società – che sono: la bidirezionalità deve essere consentita negli stati singoli o a livello sovranazionale (solo in Danimarca ora è possibile questo processo); la regolamentazione delle CERS non prevede ora questa possibilità e se, dal basso, in una rete di cittadine si attivassero, allora queste potrebbero completare l'utilizzo di energia in questo senso. La bidirezionalità dei flussi energetici sia realtà e risolve i problemi d'intermittenza delle rinnovabili. L'energia è vita, è flusso di coscienza, scambio di informazione, consapevolezza su sé e sul mondo e modella i nostri processi psichici. L'energia, in senso lato, ci permette di riappropriarci della nostra umanità, perseguendo un uomo nuovo in una nuova relazione con l'ecologia.

Curarsi della cura della casa è curarsi del desiderio del proprio giusto posto nel mondo. È curarsi della possibilità di *infuturazione* nel tempo, a fronte dello smarrimento delle strade possibili. Strade mangiate dal fango, inondate dai barili di petrolio che risucchiano la possibilità di collocarsi in un tempo e spazio altro, impossibilitati a vivere il tempo presente poiché consumati nel vortice delle disuguaglianze e delle disillusioni.

5. Riflessioni conclusive

Tramite l'azione psicologica possiamo recuperare un'agency ecologica. Ogni forma di riconessioni con la natura, come l'avanguardismo new-age, può essere un fattore placante interno di quegli agiti aggressivi riversabili in natura: come una forma di terapia o di guarigione in senso shintoista, possono venir fuori manufatti nati dall'arte del *kintsugi*, di valore simbolico nel rapporto fratturato che abbiamo con la natura.

Oltre queste pratiche, l'agency ci può far riappropriare del nostro posto nella società: emergente dell'evoluzione, emergente dell'interazione fra mente (psiche umana) e corpo (natura). L'agency ecologica ci potrebbe permettere di guardare non all'essere umano come superiore e padrone della natura, ma come specie fra le specie, consapevole del suo impatto psico-sociale sul pianeta, impronta di carbonio lasciata nei secoli della storia. Pensarci, rappresentarci, "agirci", come un Sé integrabile e integrato con la natura non può far altro che estendere le nostre connessioni neurali in ottica sistemica e culturale, contribuendo al ripensamento dei nostri limiti e confini, sia personali che umani. Altrimenti, non può che avvenire il collasso della polis, ovvero inteso come configurazione sociale: perdita dei saperi, conflitti civili, violenze di genere e xenofobie, mancanza di beni di prima necessità, razzismi e guerre.

Per il principio di auto-conservazione, l'essere umano ha la capacità di resistere e reagire: in questo passaggio si può cogliere il mandato sociale dello psicologo e del terapeuta, in particolar modo - cercando di delinearlo in questa sede - una proposta di mandato per il terapeuta polisanalitico del XXI secolo. In una stanza di terapia, a scuola, negli interventi di comunità passando per i gruppi estesi, fino ai processi sociali, è necessario tenere a mente le gruppalità interne ed esterne della persona, in una rete di connessioni fitta come una rete di formicai fra di loro. Il transgenerazionale riguarda non solo le persone ma anche il racconto e la cura del pianeta. Come noi lasciamo un'impronta sul pianeta, probabilmente, anche il pianeta, col suo alternarsi di stagioni, climi, piogge, estati afose e microclimi, mare, sale e umidità lascia un'impronta in noi, invisibile, da integrare. Possiamo dunque vedere la storia dell'individuo nella sua temporalità e spazialità: nel dipanarsi di luoghi attraversati dall'individuo, la stessa persona assorbe le tracce psichiche di luoghi, mari, climi e stagioni. Obnubilati dagli schermi e dal progresso tecnologico che pensiamo possa da solo salvarci dalle conseguenze peggiori della crisi

climatica, abbiamo interrotto la costruzione di relazione con il cosmo dentro di noi e il cosmo fuori da noi.

Serve ora più che mai una Psicologia che esca dalla stanza analitica, si alzi dal torpore del lettino analitico ed esca nella società, fuori dalla selva oscura di dantiana memoria per entrare nella polis ed essere comunità, mettendo appunto in comune doni e risorse. Stare in società, dunque, vuol dire riprendere il proprio posto nell'ordine cosmico naturale affinché si compia quella traiettoria di vita che, talora, alcune culture indicano come “destino”: ciò non è nient'altro che la speranza in azione. La parola speranza ha una radice indicabile come *spes*, questa vuole dire *tendere a una meta*: quale meta è più nobile e virtuosa, generativa in tutti i sensi – come nei servizi ecosistemici che generano vita, come acqua viva – se non la cura della comunità umana su questo pianeta? Perciò, coltivare la speranza quotidiana rimette in moto i processi di collocamento spazio-temporale nel contesto di un progresso personale e comunitario. Con le proprie risorse e possibilità si possono avere impatti benefici sulla comunità e la comunità stessa può riscoprirsi luogo intessuto di relazioni positive creanti benessere a livello territoriale e globale, dal territorio al globo terracqueo. Se prendiamo in prestito il pianeta alle generazioni future compiamo il più grande atto di giustizia: sia climatica che sociale.

Probabilmente non abbiamo ancora abbastanza mezzi, strumenti o conoscenze sufficienti per predire l'impatto sulla psiche se – per chiudere il cerchio di questo articolo – superiamo i famosi tipping point. L'azione polisanalitica può scardinare l'impasse nella quale siamo imprigionati, dove ogni cosa sembra meglio di una possibile azione, pure la stessa l'immobilità che ci porterebbe dritto verso l'ignoto e l'imprevedibilità dei citati *punti di non ritorno*.

In una situazione climatica che appare anno dopo anno, mese dopo mese, sempre più preoccupante bisogna praticare la responsabilità di immaginare un futuro nuovo, diverso, alternativo. Per questo, oggi più che mai, il personale è collettivo e diventa politico. L'ecologia è politica, dunque riguarda la polis e la società ad ogni suo livello, fin nelle viscere dell'individuo che, quindi, con ogni suo gesto, partecipa alla vita politica della società. Da soli non c'è scampo all'incombenza della forza della natura.

Ma la speranza c'è. Grazia Deledda ci consegna una chiave di lettura sul presente. Sul finale del libro *Cenere*, dopo sconvolgimenti, catastrofi, inganni, quando tutto intorno è disintegrato come cenere, “egli ricordò che fra la cenere cova sempre la scintilla, seme della fiamma luminosa e purificatrice. E sperò. E amò, ancora, la vita”. La dolorosa responsabilità della scelta – di agire per l'ambiente attraverso la comunità – ci porta su un'altra dimensione simbolica con ricadute sulla pratica terapeutica: in natura un insetto lascia dietro di sé una muta come un calco perfetto, un simulacro rappresentante una fase di vita superata. Ecco, il terapeuta polisanalitico ha il mandato di attuare la capacità evolutiva del Sé-società dove l'essere umano lascia la sua *exuvia* transitare a nuova vita, con nuove possibilità trasformative e generative: per noi e il Pianeta, assieme. Per la nostra moltitudine di ecosistemi, per noi.

Bibliografia

- Brulle, R.J., Noorgard, K.M. (2019), Avoiding cultural trauma: Climate Change and social inertia, *Environmental Politics*, 28 (5), 886-908. <https://doi.org/10.1080/09644016.2018.1562138>
- Burton, K.W. (2022), Schizophrenia risk partly rooted in access to green space?, *Medscape*.
- Cianconi, P., Hanife, B. Grillo, F., Zhang, K., Janiri, L. (2021), Human responses and adaptation in a changing climate: A framework integrating biological, psychological and behavioural aspects, *Life*, 11 (9), 895. <https://doi.org/10.3390/life11090895>
- Cianconi, P., Janiri, L. (2023), *Cambiamento climatico e salute mentale*, Raffaello Cortina Editore, Milano
- Jung C.G., (1931) *Anima e terra*, Opere, Vol. 10, Bollati Boringhieri, Torino, 1981
- Jung C.G., (1943) *Psicologia dell'inconscio*, Opere, Vol. 7, Bollati Boringhieri, Torino, 1981
- Jung C.G., (1945), *Dopo la catastrofe*, Bollati Boringhieri, 1981
- Klein M., (1937), *Odio e riparazione*, Astrolabio, Roma, 1978
- Lewandowski, E.R., Clayton, S.D., Olbrich, L., Sakshaug, J.W., Wray, B., Schwartz, S.E. Augustinavicius, J., Howe, P.D., Parnes, M.K. Wright, S., Wiśniowski, C.C.A., Ruiz, D.P., Susteren, L.V. (2024), Climate emotions, thoughts, and plans among US adolescents and young adults: a cross-sectional descriptive survey and analysis by political party

- identification and self-reported exposure to severe weather events, *The Lancet Planetary Health*, 8 (11), 879-893. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(24\)00229-8](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(24)00229-8)
- Louv, R. (2008), *Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-deficit Disorder*. Algonquin Books, NC.
- Moscovici S. (1961), *La psychanalyse, son image et son public: étude sur la représentation sociale de la psychanalyse*. Presses universitaires de France, Paris
- Ojala, M. (2012a) Hope and climate change: The importance of hope for environmental engagement among young people. *Environmental Education Research*, 18(5), 625–642. <https://doi.org/10.1080/13504622.2011.637157>
- Ojala, M. (2015) Hope in the face of climate change: associations with environmental engagement and students' perception of teachers' emotion communication style and future orientation, *The Journal of Environmental Education*, 46(3), 133–148. <https://doi.org/10.1080/00958964.2015.1021662>
- Pergola, F. (2020), *PolisAnalisi*, Franco Angeli, Milano
- Ruddiman, W.F., Raymo, M.E. (2003). A methane-based time scale for Vostok ice. *Quaternary Science Reviews*, 22(2-4), 141-155. [https://doi.org/10.1016/S0277-3791\(02\)00082-3](https://doi.org/10.1016/S0277-3791(02)00082-3)
- Winnicott D.W. (1965), *Sviluppo affettivo e ambiente: studi sulla teoria dello sviluppo affettivo*, Armando, Roma, 1974

Sitografia

- Galimberti, U. (2024, 22 Febbraio). Galimberti: "Il futuro per i giovani non è più una promessa" [Attualità la7]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=VzE01xKP9IA>
- Zoja, L. (2024). Luigi Zoja: cosa sta succedendo oggi. *Doppiozero*. <https://www.doppiozero.com/luigi-zoja-cosa-sta-succedendo-oggi>.
- Oxfam Italia. (2023, 19 novembre). Le emissioni dei super ricchi: disuguaglianze. *Oxfam Italia*. <https://www.oxfamitalia.org/le-emissioni-dei-super-ricchi-disuguaglianze/#:~:text=le%20emissioni%20attribuibili%20all%271,responsabili%20per%20il%20dissesto%20climatico>.
- IPCC Italia. (2023, 20 marzo). Climate Change 2023 AR6: Rapporto di Sintesi. *IPCC Italia*. <https://ipccitalia.cmcc.it/climate-change-2023-ar6-rapporto-di-sintesi/>