
EDITORIALE

Il costruito resilienza condensa una atmosfera, delle inquietudini ed un desiderio di non soccombere. Il termine, preso in prestito dalla fisica, descrive la qualità di un pezzo di metallo, quando, deformato da un urto, riprende successivamente la sua forma originale. La metafora metallifera racchiude le nozioni intorno alle quali si sono sviluppate ricerche scientifiche e cliniche: ovvero le capacità di sopravvivenza, di fronteggiamento e di recupero. Dietro le quinte di tale impostazione avvertiamo la presenza incombente di preoccupazioni generate da un mondo globalizzato che permette nè previsioni, nè azioni preventive. Rimane l'universo ambiguo delle misure cautelative di fronte a minacce oscure che corrodono l'intimità del cittadino planetario. La biopolitica, quella della sopravvivenza degli esseri viventi, s'interroga sulle crisi ambientali, economiche o provocate dal terrorismo. Non stupisce allora che gli studiosi, ai presentimenti di scomparsa della specie umana, contrappongano ricerche sulla sopravvivenza. Per di più, l'aspetto gommoso del mondo contemporaneo rinforza l'impressione di non raggiungere mai le pietre miliari di cambiamento posti dalla comunità internazionale, ad esempio gli otto *Millennium Development Goals*¹, stabiliti dall'ONU nel 2000. Essi costituiscono un esempio avvilente di stagnazione. La trita e ritrita sensazione di camminare sul posto, oppure di essere schiavi di sistemi "usa e getta", disorienta. La curiosa dialettica che s'intreccia, oggigiorno, tra individualismo imperante e libera comunicazione planetaria, entrambi privi di regole, poiché considerate restrittive (nel primo caso) o ancora da stabilire (nel secondo), richiede delle risposte. Meglio appaiono ormai un *happy hour*, i giochi virtuali con la scelta della propria identità e lo scambio di ruoli, l'ebbrezza e lo stordimento, anche a costo della propria incolumità. L'impotenza, la rinuncia, il disprezzo sono piatti serviti freddi

¹ 1. Sradicare la povertà estrema e la fame 2. Garantire l'educazione primaria universale 3. Promuovere la parità dei sessi e l'autonomia delle donne 4. Ridurre la mortalità 5. Migliorare la salute materna 6. Combattere l'HIV/AIDS, la malaria ed altre malattie 7. Garantire la sostenibilità ambientale 8. Sviluppare un partenariato mondiale per lo sviluppo.

nel buffet esistenziale del mondo sviluppato. Nei paesi emergenti il menu contiene desideri di rivincita, di potere, di impellenza di godere delle risorse residue della terra. L'intreccio tra sarcasmo dei potenti e bramosia degli emergenti produce un cocktail non sempre spumoso, spesso di colore opaco: la depressione. La resilienza appare l'antidoto, o almeno una speranza di riscossa.

La storia del termine *resilienza* ha connaturate caratteristiche interdisciplinari che vanno dalla fisica all'informatica passando per l'ecologia fino alle scienze umane e sociali; questo pare aver influenzato anche lo sviluppo del costruito, che oggi risulta particolarmente interessante per la multi-dimensionalità dei campi antropologici che attraversa. Data la diversità di significati che il termine assume a seconda del contesto di riferimento, non è facile tentare una definizione trasversale; si potrebbe in generale definire la resilienza dei sistemi antropologici come la capacità di adattamento attivo e flessibile, che consente di modificare comportamenti disfunzionali. Capacità quanto mai necessaria in tempi di rapido cambiamento e di sollecitazioni critiche, che riguardano campi apparentemente distanti come l'economia e il benessere psico-fisico dell'individuo. Lo sviluppo di resilienza è direttamente proporzionale alla variabilità delle sollecitazioni ambientali, a conferma delle sue caratteristiche di processo dinamico di adattamento; assumere questa prospettiva sposta il focus dell'attenzione dalla disfunzione, che rischia di produrre sintomi, alla risposta adattativa che può essere appresa; comprendere il meccanismo, anche in termini psicobiologici, di percorsi resilienti di sviluppo può suggerire alcune possibilità di intervento per modificare gli esiti di salute in gruppi di popolazione a rischio.

Questo numero traccia un possibile percorso interdisciplinare (neurobiologia, psichiatria, economia, scienze infermieristiche e sociali) di questo fenomeno complesso, ma in grado di consentire una costante sfida all'adattabilità. Presentiamo due sintesi: i molteplici campi di studio (Cyrulnik, Francia) e la storia del concetto (Atkinson et al, UK.), per poi addentrarci in specifiche aree di studio: neurobiologia (McFarlane, Australia), economia (Bodega, Italia), psicoterapia (Gislon et al., Italia), terapia della famiglia e della comunità (Walsh, USA) per concludere con gli ambiti dell'adolescenza e dell'infanzia (Ungar, Canada, e Mirabella et al. Italia.).

Boris Cyrulnik, psichiatria, neurologo, e psicanalista francese, di origine ebrea russo-polacca perse la propria famiglia nei campi nazisti e sfuggì egli stesso alla deportazione saltando da un treno. L'autore nel presente articolo sintetizza le sue vaste conoscenze sulla resilienza psicologica che spaziano dalla neurologia alla sociologia. L'esperienza personale dello studioso e le sue ricerche lo portano ad esaminare con attenzione le capacità di recupero delle persone traumatizzate.

P.A. *Atkinson* e colleghi, della Scuola Infermieri e di Ostetricia dell'Università West of Scotland nel Regno Unito, offrono una interessante recensione storica della resilienza. Essi evidenziano come la resilienza associata al recupero dalla malattia, viene successivamente riferita alla promozione della salute. Gli autori mettono in risalto tre interrogativi tuttora dibattuti: a) la definizione del concetto resilienza; b) il suo statuto di categoria psicologica (è un tratto di personalità o una risorsa dinamica da sviluppare); c) la sua misurazione con sufficiente affidabilità e costanza. Gli autori offrono una ricca bibliografia estratta prioritariamente dall'ambito della ricerca infermieristica.

McFarlane sottolinea, attraverso una articolata revisione degli studi in neurobiologia, che la resilienza va dai meccanismi di espressività genica, ai neurotrasmettitori, ai sistemi di reti neurali e al ruolo dei fattori ambientali. La plasticità neuronale è fondamentale per comprendere l'interazione tra individuo e ambiente. L'autore evidenzia che un aspetto da considerare della psicobiologia della resilienza è la progressiva modificazione della reattività dell'individuo all'ambiente, ovvero egli riconduce la riflessione all'adattabilità umana, piuttosto che agli esiti psicopatologici.

Anche le organizzazioni economiche e finanziarie, sostiene *Domenico Bodega*, sono esposte al rischio di crisi. È necessario pertanto che sviluppino capacità di adattamento, flessibilità e dunque di resilienza. La resilienza nei sistemi economici si fonda sul senso di responsabilità di tutti gli attori coinvolti. Anche le organizzazioni sanitarie per far fronte alle sollecitazioni critiche odierne possono sviluppare flessibilità attraverso un processo di delega orizzontale delle decisioni.

Nella clinica, i fattori che aumentano la resilienza possono essere utilizzati in funzione terapeutica all'interno del modello di Psicoterapia Focale Breve descritto da *Gislon et al.* modificando gli ostacoli del normale processo evolutivo. L'intervento breve in questione pone specifica attenzione al processo di valutazione, che considera i fattori psico-sociali di vulnerabilità e resilienza, ed è orientato a definire il problema focale. La Psicoterapia Focale Breve, rafforzando alcune dimensioni della resilienza, facilita la elaborazione dell'ostacolo evolutivo e sviluppa capacità di auto-terapia.

Froma Walsh, co-direttrice del Centro di Salute della Famiglia a Chicago, descrive l'uso del concetto di resilienza nell'ambito della terapia familiare e del lavoro nella comunità. L'autrice sottolinea lo spostamento dello sguardo dei clinici: la famiglia inizialmente colta come "oggetto problema", ora è riconosciuta come "soggetto in difficoltà"; si studiavano le cause della sofferenza della famiglia, oggi si analizzano le competenze di fronteggiamento. L'autrice mette in rilievo i tre ambiti di espressione

della resilienza familiare: le credenze, gli stili di organizzazione e quelli della comunicazione.

Il ricercatore canadese *Michael Ungar*, professore alla School of Social Work della Dalhousie University (Canada) e direttore del programma di ricerca sulla resilienza, si sofferma sul concetto di resilienza nell'ambito dell'infanzia e dell'adolescenza. Le sue ricerche in ambiti multiculturali portano l'autore a definire il concetto di resilienza come costruito sociale ed ecologico. Egli precisa che la resilienza appare come una qualità dell'ambiente (non dell'individuo) e sottolinea inoltre che esistono una molteplicità di percorsi che portano alla resilienza. Egli introduce inoltre le due competenze di fronteggiamento, *navigare* (per individuare le risorse necessarie) e *negoziare* (per ottenere queste risorse). L'autore conclude l'articolo con tre narrazioni, tratte da culture diverse, che evidenziano le qualità di facilitazione delle ecologie sociali.

Mirabella et al. dell'Istituto Superiore di Sanità sono autori del primo programma italiano di promozione della salute mentale nelle scuole di istruzione secondaria. Se la salute mentale è sostenuta dalle capacità di resilienza e di adattamento positivo, che consentono alle persone di far fronte alle avversità e di sviluppare potenzialità, programmi condotti nell'ambito di attività scolastiche curriculari finalizzati alla promozione di abilità sociali possono svolgere una funzione protettiva rispetto al rischio di sviluppare disagio emotivo e/o malattia.

Maria Bologna, Yvonne Bonner