

## IL CENTENARIO/9

# Dall'alleanza tra mente e corpo la cultura che dà vita alla relazione

ALESSANDRO ZACCURI

Milano Di cognome faceva Galli, circostanza che in Lombardia è piuttosto diffusa. Inconfondibile eraperò il nome, Odaliso. Era il tecnico di fiducia di padre Agostino Gemelli, il suo braccio destro insostituibile nell'avventura del Laboratorio di psicologia sperimentale attivo presso l'Università Cattolica fin dagli anni Venti del secolo scorso. Fondatore dell'ateneo, rettore, pioniere dell'apsicologia in Italia, ricercatore dotato di un'inventiva largamente apprezzata anche a livello internazionale: nel caso di padre Gemelli è davvero difficile separare un elemento dall'altro. La Facoltà di Psicologia, di cui è oggi preside Alessandro Antonietti, porta ancora impressa la sua impronta, e non soltanto perché i macchinari realizzati dal leggendario "signor Galli" fanno ancorabella mostra di sé nella sede milanese di via Nirone. «Il ricorso a una metodologia scientifica rigorosa e all'avanguardia fa senz'altro parte dell'eredità di padre Gemelli - osserva Antonietti -, ma non la esaurisce. Alla base di tutto c'è un'impostazione di tipo filosofico, apertamente personalistica, che permette di praticare un certo eclettismo

negli approcci. La Cattolica non si è mai legata a una scuola psicologica in particolare, ma ha sempre cercato di operare una sintesi originale, che valorizzasse il meglio di ogni indirizzo. Allo stesso modo, la ricerca non è mai stata fine a sé stessa ed è andata nel senso di un'applicazione il più possibile concreta ai bisogni della società. Lo stesso padre Gemelli, per esempio, fu tra i primi a occuparsi della psicologia dei piloti di aviazione».

Un secolo più tardi, tra i docenti della Facoltà c'è invece chi si prende cura degli astronauti. È Francesco Pagnini, esperto di mindfulness. «Concetto spesso equivocato - ammette -, ma fondamentale per comprendere le dinamiche dell'interazione tra mente e corpo. Lo sanno bene anche agenzie come la Nasa e l'Esa. Se in passato infatti la psicologia veniva adoperata come strumento di selezione per i candidati astronauti, ora ci si concentra sul benessere di quanti dovranno affrontare missioni spaziali di lunga durata. Senza andare troppo lontano, le tecniche di mindfulness possono essere impiegate in modo molto efficace per contrastare le conseguenze dell'invecchiamento o per contenere i danni delle patologie croniche. La meditazione, ma anche la semplice riformulazione del pensiero in termini positivi, impediscono l'insorgere di fissazioni e manie, con benefici evidenti e misurabili anche sul piano della salute».

Valutazioni analoghe vengono da Michela Balconi, coordinatrice della laurea magistrale in Psicologia del benessere, l'unica presente nel panorama italiano. «Ci muoviamo nel contesto dell'interazione con le neuroscienze - sottolinea Balconi - e investiamo moltissimo sulle ricadute applicative della ricerca. Il filone emergente è quello del neuropotenziamento, venuto alla ribalta durante le Olimpiadi



## Avvenire

dell'estate scorsa, ma lo sport non è l'unico settore in cui è richiesto questo genere di competenze. Si va da contesti nei quali la tendenza è ormai consolidata, come quello del neuromanagement all'interno delle organizzazioni aziendali, fino ai programmi di prevenzione nel settore delle dipendenze. Lavorare per il benessere significa prestare un'attenzione costante alla dimensione umana e, più che altro, non ricondurre tutto alle pratiche di cura, che pure restano indispensabili. In questo senso, il ruolo della prevenzione è destinato a crescere sempre di più».

Insieme con la psicologia clinica e quella del benessere, la psicologia del lavoro e quella dello sviluppo rappresentano le direttrici principali della Facoltà, che è presente nel campus di Brescia oltre che a Milano. «Il fattore unificante è sempre costituito dal tema della relazione - rivendica la psicologa sociale Raffaella Iafrate, che svolge una parte rilevante della sua attività all'interno del Centro d'Ateneo di Studi e Ricerche sulla Famiglia -. È un tratto distintivo della Cattolica, riconosciuto anche da molti studenti che, dopo essersi formati altrove, si rivolgono alla nostra Università per approfondimenti qualificanti, per esempio per quanto riguarda la psicologia dell'adozione.

Mi pare che si possa parlare di un'impostazione generale che respinge ogni forma di individualismo e di riduzionismo, così da permettere una visione più ampia.

Come abbiamo avuto modo di constatare durante la pandemia, la relazione risponde a una necessità insopprimibile della persona, che non può mai essere compresa solo sulla base del suo comportamento esteriore. Anche la fragilità, una volta rielaborata, può trasformarsi in risorsa, in occasione di riscoperta e addirittura di "risurrezione" ». Di particolare interesse, in questo senso, l'impegno di Life, acronimo del Laboratorio Interdisciplinare Formazione Economica. «Siamo partite dalla sensibilizzazione nelle scuole - racconta Paola Iannello, che insieme con Margherita Lanz e Angela Sorgente anima alcune delle iniziative di Life - per poi spostarci verso le fasce di popolazione in maggior difficoltà. L'obiettivo è sempre lo stesso: aiutare a sviluppare processi decisionali consapevoli in ambito economico. Un'esperienza di grande intensità è stata quella con i detenuti del carcere di Bollate, con i quali abbiamo realizzato un gioco da tavola, Projtto, che sollecita a porsi un obiettivo e a dotarsi dei mezzi utili per raggiungerlo. Consapevolmente è invece il nome della app che si rivolge ai ragazzi con lieve disabilità cognitiva e che nella fase iniziale di applicazione stanno dando esiti molto positivi. Ora intendiamo operare a favore delle persone richiedenti asilo, con un'attenzione specifica per le donne, sulle quali spesso ricade il peso maggiore anche dei problemi di natura economica». Ancora un passo più in là, e siamo alla psicologia fiscale, disciplina di cui è specialista Edoardo Lozza, coordinatore della laurea magistrale in Psicologia per le Organizzazioni. «La vera domanda - avverte - non è perché qualcuno non paghi le tasse, ma al contrario perché siano in tanti a pagarle. Non è una battuta. Una mera analisi tra costi e profitti potrebbe indurci a ritenere che, a fronte di un rischio tutto sommato modesto, l'evasione rappresenti la scelta più logica. Nel momento in cui si accetta di versare il proprio contributo, però, si fa riferimento a un sistema di valori più vasto, che contempla l'orizzonte del bene comune. Chi paga le tasse, insomma, lo fa sulla scorta di un principio morale che può trovare espressione in tante modalità diverse. Ed è proprio su queste istanze che fanno leva le tecniche di marketing sociali: quelle, per intenderci, che

## Avvenire

---

dovremmo mettere in atto per convincere i titubanti a vaccinarsi. Occorre partire da situazioni specifiche, perché gli esseri umani non vivono in un mondo immutabile e astratto. Una psicologia autenticamente umanistica non può fare a meno di questa profondità storica». RIPRODUZIONE RISERVATA All'inizio erano i macchinari che il "signor Galli" approntava per padre Gemelli, oggi a Psicologia cisi muove tra app e neuroscienze, tra mindfulness e prevenzione, con la persona sempre al centro Lavoro, famiglia e benessere sono alcuni dei filoni caratterizzanti Parla il preside: «La Facoltà si è mantenuta fedele a presupposti di tipo filosofico e a un metodo scientifico rigoroso, che valorizza gli elementi migliori delle diverse scuole, adottando uno stile di ricerca applicata» Il preside Alessandro Antonietti Gli strumenti del Laboratorio di Psicologia sperimentale di padre Gemelli esposti nella sede di Milano. Sotto, l'app "Covid Feel Good"