

La **formazione** *prevenzione*

di Sandro Luzi

Nell'antica mitologia greca, Esculapio aveva due figlie: Panacea, che rappresentava l'impegno continuo di ricerca e di "cura" nei confronti della malattia in tutte le sue forme ed Igea, dea della salute e della prevenzione, che insegnava agli uomini come essere sani, orientandoli alla moderazione in tutte le forme di comportamento.



Sia Igea che Panacea in realtà sono necessarie all'uomo ed il loro rapporto è sottoposto a variazioni storiche con equilibri talvolta sbilanciati nell'una o nell'altra direzione.

L'evoluzione delle scienze psicologiche, che affrontano i problemi di comportamento, ha spostato l'attenzione sullo sviluppo della persona nella sua complessa integrazione psico-fisica. In tal modo si è superato, la ormai obsoleta

concezione della malattia come evento sostanzialmente scisso dalle vicende di salute globale dell'individuo. La costruzione del "benessere" ha costituito quindi l'obiettivo principe del nuovo orientamento della psicologia, noto come "**Psicologia della Salute**". E' proprio in questo ambito che Igea merita uno spazio di riflessione e di intervento maggiore di quanto attualmente gli è stato accordato nell'organizzazione Polizia di Stato. Lo

scopo è quello di sviluppare forme incisive di riorganizzazione degli obiettivi e nuovi piani d'intervento per uscire dal vicolo cieco di concezioni strettamente riparative del disagio stesso che sempre più colpisce gli operatori di polizia. L'approccio psicologico in tale ambito si basa sulla graduale presa di coscienza ed utilizzo attivo dei meccanismi di ordine sovrastrutturale, appunto psicologici, come strumenti a disposizione dei po-

come del disagio

liziotti al fine di prevenire il disagio e determinare la salute globale dell'organismo. La ricerca va quindi indirizzata verso lo studio dei fattori psicosociali, ambientali nella loro complessa interconnessione.

Allo scopo di mettere a disposizione del personale di polizia le conoscenze di cui la psicologia dispone per promuovere il benessere psicofisico e ottimizzare la prestazione lavorativa, possiamo adottare, se non altro in parte, il paradigma dello "skills training" largamente diffuso negli U.S.A. ed in alcuni Paesi europei. Si tratta di un nuovo modo di proporsi dello psicologo non più in funzione di terapeuta, ma come strumento tecnico per "insegnare", potenzialmente a tutti, delle competenze psicologiche rilevanti. Il mondo accademico ha ormai identificato alcuni schemi di comportamento e di abilità di ordine generale che si sono dimostrati associati a molti aspetti della salute fisica e psicologica e che potrebbero pertanto essere usati, nell'ambito della Polizia di Stato, a vantaggio degli operatori. Per esempio, le persone con adeguata "competenza sociale", cioè dotate della capacità di muoversi appropriatamente in un setting sociale, in possesso di capacità di ascoltare, conversare, esprimere in modo accurato atteggiamenti ed emozioni, corrono meno il rischio di evidenziare condotte errate, o di sviluppare uno scarso controllo degli impulsi, o in genere di far emergere un disagio in contesti-stimolo critici. Va sottolineato che la competenza sociale può essere definita operativamente e valutata in modo attendibile; esistono in atto metodi ben



fondati di formazione per adulti in grado di facilitarne l'acquisizione. La competenza sociale non è l'unico indicatore psicologico di cui la ricerca empirica ha dimostrato un'associazione significativa con la condizione di benessere psicofisico centrale alla definizione di salute. Vanno evidenziati anche la "buona autostima", cioè un giudizio positivo che la persona ha del proprio valore personale; la capacità di "problem-solving", cioè l'abilità di identificare, definire ed analizzare i problemi della propria vita, di scegliere le soluzioni appropriate e di valutarne i risultati; la "percezione accurata delle emozioni" (attribuzione, codificazione e appropriata espressione); "l'adeguato self-control", cioè l'abilità di incrementare o diminuire la frequenza di certe forme di comportamento ponendosi obiettivi, autosomministrandosi "premi" e "punizioni", dilazionando

gratificazioni; "l'appropriata percezione del proprio controllo", cioè il grado in cui una persona sente di essere responsabile e di avere padronanza degli aspetti significativi della propria vita; ancora, nell'area generale del "funzionamento biologico" e nelle reazioni psicosomatiche, appare importante la capacità di monitorare e valutare accuratamente certi stati fisici potenzialmente dannosi, come l'arousal e la rabbia, insieme alla capacità di regolare questi stati in modo efficace.

È quindi preferibile, muovendosi lungo l'asse della prevenzione, indirizzarsi verso lo sviluppo delle risorse sane dell'individuo e dei gruppi e solo successivamente, utilizzare l'eventuale risorsa della terapia.

Ciò che viene a delinearsi è l'idea fondamentale di una "Psicologia per tutti" che, nel caso degli operatori di polizia, consenta la divulgazione di strumenti e concetti al fine di far acquisire loro, competenze atte ad affrontare problemi inerenti al servizio e possa permettere contemporaneamente, la trasmissibilità delle abilità apprese all'interno del gruppo di appartenenza. ■

