

Guendalina Graffigna "Quello che il Covid ci ha insegnato sulla psicologia della prevenzione"

Rischi ed emotività Con la pandemia tutti più "Esitanti"

Se c'è un insegnamento che possiamo trarre dalla pandemia da Covid-19 è come i nostri comportamenti siano importanti per la nostra salute, sia personale che collettiva, e per la tenuta del sistema sanitario. Azioni apparentemente semplici, come indossare una mascherina, lavarsi le mani, mantenere il distanziamento fisico sono presto diventati norme faticose, spesso frustranti e comunque impattanti sulla nostra quotidianità.

Con il suo nuovo libro *Esitanti* - presentato giovedì 17 nella Sala Quadri del Comune di Cremona -, Guendalina Graffigna, professore Ordinario di psicologia dei consumi e della salute all'Università Cattolica, mostra come dietro ai comportamenti ci siano fattori psicologici, che influenzano e riorientano le nostre scelte. Basti pensare che "Quello che la pandemia ci ha insegnato sulla psicologia della prevenzione" è il sottotitolo di questo lavoro, pubblicato da "Il Pensiero Scientifico Editore" e freschissimo di stampa. «Senza l'ambizione di essere un trattato psicologico, e nemmeno un manuale metodologico di prevenzione - spiega la professoressa Graffigna -, il volume si offre come occasione di riflessione critica su noi stessi, la società e le istituzioni al tempo di Covid-19 per porre le basi di un nuovo modo di progettare e sostenere l'educazione preventiva rivolta ai cittadini». *Esitanti* nasce come libro agile, ricco tuttavia di approfondimenti teorici e tecnici per spiegare la radice degli atteggiamenti, delle fatiche e delle resistenze al cambiamento



Guendalina Graffigna e la presentazione del suo libro in Sala Quadri di Palazzo Comunale
[foto Betty Poli]

comportamentale emersi in questi mesi di pandemia ma comuni ad altre situazioni emergenziali o, in generale, di prevenzione. Per tutto ciò il libro presenta un percorso, che alla partenza ci offre l'analisi degli aspetti emotivi legati alla percezione del rischio. In psicologia della salute, il livello di minaccia percepita e il senso di vulnerabilità personale sono da sempre considerati predittori dei livelli di aderenza alle misure preventive. Come dunque affrontare, in tempi di emergenza sanitaria gli aspetti legati all'opportunità o alla necessità di rendere prescrittivi, quando non impositivi, le azioni



di prevenzione? È su questo problema che si sofferma il secondo step di *Esitanti*. Un libro che arriva al cuore dell'altro passo strategico su cui basare la nostra difesa verso Covid-19: i vaccini. Perché le perplessità, quando non la riluttanza, a sottoporsi a vaccinazione è un fenomeno che precede la pandemia, ma che oggi è necessariamente al centro dell'attenzione. L'esitanza vaccinale, il termine che ispira il titolo di questo libro, è un fenomeno complesso, che il volume approfondisce fornendo chiavi di lettura utili alla comunicazione pubblica su questa delicata materia. Un ambito che si lega alla fiducia nella scienza e



Una riflessione critica su cittadini e istituzioni

L'occasione per porre le basi di un nuovo modo di progettare e sostenere l'educazione preventiva rivolta ai cittadini. Come affrontare gli aspetti legati all'opportunità o alla necessità di rendere prescrittivi, quando non impositivi, alcuni comportamenti?

nel sapere scientifico. Partendo da una situazione storicamente endemica in Italia di scarsa consapevolezza nel valore e nei meccanismi della ricerca scientifica, a inizio pandemia la fiducia nella scienza e negli scienziati si è innalzata sino a rasentare l'idealizzazione; per poi scendere e corrodersi sino a forme di demonizzazione, come viene ben descritto nel volume. Ma il fattore forse più promettente, perché capace di far compiere il salto di qualità nei comportamenti, e di farlo in modo strutturale, ben al di là dell'emergenza pandemica è il coinvolgimento attivo dei cittadini nelle loro scelte e nei loro percorsi di salute.

te. Quello che tecnicamente è chiamato "engagement" e che *Esitanti* di Guendalina Graffigna definisce "un nuovo modello di prevenzione", spiegando come del tema se ne parli da anni ma, ad oggi, nella pratica, le strategie educative, di sensibilizzazione e di prevenzione risultino ancora ben poco capaci di attivare il cittadino. Un altro campo, forse il più fecondo per la comunicazione e l'educazione alla salute.

PERCHÉ A CREMONA

L'autrice è professore Ordinario all'Università Cattolica di Cremona e direttore dell'EngageMinds HUB, il primo Centro di Ricerca Italiano multidisciplinare dedicato allo studio e alla promozione dell'engagement (coinvolgimento attivo) delle persone nelle condotte di salute e nei consumi alimentari. Attraverso i risvolti sociali dei filoni di ricerca condotti da Graffigna e dall'EngageMinds HUB, sono numerosi i punti di contatto e le aree di possibile collaborazione con le istituzioni e con molti attori del Territorio cremonese.

A cominciare dal Comune di Cremona con il quale, peraltro, esiste già un'attività progettuale a favore dei giovani sui temi dell'educazione alimentare.

