



Articolo di opinione

Crisi climatica tra conseguenze emotive e sociali: un focus sui risvolti clinici-comunitari

MARIAROSARIA BIFULCO¹, OTTAVIO RAGOZZINO²

¹Università degli Studi di Napoli "Federico II", Napoli, Italia

²SiPGI – Postgraduate School of Integrated Gestalt Psychotherapy, Torre Annunziata, Napoli, Italia

ABSTRACT

La rivoluzione industriale ha generato profonde trasformazioni nello stile di vita e nelle abitudini di consumo degli individui, trasformazioni che hanno contribuito alla genesi della maggiore sfida per l'umanità, il cambiamento climatico. Questa si manifesta attraverso crisi ambientali e catastrofi naturali, minacciando sia la salute fisica che mentale delle persone. Le risposte emotive alla nuova consapevolezza, identificate come "stati psicoterratici", derivano dall'eco-esistenzialismo e richiedono un'analisi approfondita, oltre che soluzioni pratiche. Questa nuova gamma di emozioni specifiche è entrata nel mirino della nuova psicologia ambientale, la quale si impegna nella ricerca di strategie di coping, resilienza e riconnessione con la natura. Questo articolo esplora le implicazioni cliniche e sociali di tali reazioni emotive, offrendo spunti tanto sui neologismi contesto-specifici quanto sulle condizioni cliniche "classiche" che vanno lette in un particolare contesto di vita. A tali discorsi seguono prospettive per un trattamento terapeutico e un supporto comunitario mirati.

Parole Chiave

Cambiamento climatico, Stati psicoterratici, Ecopsicologia, Ecopsicoterapia, Ecoansia, Resilienza comunitaria, Tratti di personalità, Big five factors.

ABSTRACT in INGLESE

The Industrial Revolution has brought about profound changes in individuals' lifestyles and consumption habits, which have contributed to the most significant challenge facing humanity: climate change. This manifests through environmental crises and natural disasters, threatening both the physical and mental health of individuals. Emotional responses to this newfound awareness, identified as "psychoterratic states", stem from eco-existentialism and necessitate thorough analysis and practical solutions. This new range of specific emotions has come under the scrutiny of environmental psychology, which is dedicated to researching coping strategies, resilience, and reconnection with nature. This article explores the clinical and social implications of such emotional responses, providing insights into context-specific neologisms and 'classic' clinical conditions, which should be interpreted within a particular life context.

Citation: Bifulco, M., Ragozzino, O. (2025). Crisi climatica tra conseguenze emotive e sociali: un focus sui risvolti clinici-comunitari. *Phenomena Journal*, 7(1), 31-37. DOI: 10.32069/PJ.2021.2.227

Editor in Chief: Raffaele Sperandeo, PhD, MD

Contatta l'autore: Mariarosaria Bifulco, MD;
e-mail: mariarosaria.bifulco@edu.unito.it

Ricevuto: 17 luglio 2024

Accettato: 18 febbraio 2025

Pubblicato: 14 marzo 2025

These discussions are followed by perspectives on targeted therapeutic interventions and community-based support.

Keywords

Climate change, Psychoterratic states, Ecopsychology, Ecopsychotherapy, Ecoanxiety, Community resilience, Personality traits, Big five factors.

INTRODUZIONE

A partire dalla seconda rivoluzione industriale, avvenuta intorno alla seconda metà del diciottesimo secolo, il mondo ha assistito a una reazione a catena, che ha portato a una serie di cambiamenti importanti circa lo stile di vita e le abitudini di consumo di tutte le classi, con differenze in modalità e tempistiche [1]. L'uomo, con la consapevolezza di essere capace di creare, ha iniziato così a sfruttare ciecamente le risorse naturali al fine di procurarsi quei beni e servizi artificiali di cui, ad oggi, non riesce a fare a meno.

L'epoca geologica attuale è stata denominata da Revkin [2] *Antropocene*, propriamente detta dal momento che, negli ultimi anni, le attività umane hanno causato cambiamenti nella struttura del territorio e nel clima, influenzando i processi geologici [3]. Nell'era dell'Antropocene il nuovo benessere raggiunto da una parte della popolazione si è rivelato ingenuo e momentaneo dal momento che ha posto l'uomo di fronte alla più complessa sfida del secolo: il cambiamento climatico.

Si vede, infatti, che sono passati quarantacinque anni dalla prima Conferenza mondiale sul cambiamento climatico, in cui si sono ampiamente discussi gli effetti dello sfruttamento delle risorse naturali sul clima e i problemi di salute legati all'inquinamento atmosferico e idrico, oltre che le conseguenze economiche su vasta scala dovute all'aumento delle temperature e alla scarsità di acqua e terreni fertili [1]. Tali problematiche ricadono sulla salute individuale e incombono su intere comunità, esponendole ad un ventaglio di rischi oggettivi e percepiti [3]; oggi, intere popolazioni soffrono di diverse malattie respiratorie e cardiache a causa della scarsa qualità dell'aria [4]. La mortalità legata al caldo tra le persone di età superiore ai 65 anni è aumentata, raggiungendo un record di 19.000 decessi nel 2018 [4]. Inoltre, i cambiamenti nei vari livelli del sistema climatico stanno causando danni alla nutrizione,

poiché possono ridurre i raccolti e la qualità del cibo, interrompere le catene di distribuzione [4] e, come conseguenza indiretta, portare a un aumento del costo della vita.

Ad oggi, sempre più persone rischiano di divenire vittime climatiche a causa di catastrofi naturali e forti disagi ambientali, con tutte le problematiche che ne derivano in termini di salute mentale, oltre che fisica, come disturbi depressivi, ansiosi e stress-correlati [3]. A tal proposito, Clayton et al [4] hanno condotto un'indagine sui sopravvissuti a calamità naturali, mettendo in rilievo che, in seguito all'uragano Katrina del 2005, almeno una persona su sei tra le vittime riportava sintomi associati al disturbo da stress post-traumatico [4]. In generale, il disturbo da stress post-traumatico emerge quando l'incolumità individuale viene gravemente minacciata [5] e risulta evidente che gli individui che affrontano eventi estremi o prolungati mostrano una maggiore suscettibilità allo sviluppo dei sintomi associati al PTSD [6].

Tuttavia, in un mondo interconnesso e costantemente aggiornato, i pericoli arrivano anche alla parte del mondo che, almeno per il momento, vive gli effetti più lievi della crisi climatica, rappresentati dalle reazioni della popolazione ai toni angosciosi e catastrofici utilizzati dai *mass media* quando trattano tale tema: infatti, «*le culture e le popolazioni occidentali generalmente non percepiscono gli effetti diretti delle mutazioni del clima [...] ma sono più permeabili agli effetti mediatici distopici*» [3] (pag. 68). Presentando senza filtri e con immagini crude il cambiamento climatico come un pericolo imminente e irrimediabile, fanno sì che gli individui si trovino ad esperire una serie di emozioni nuove e specifiche: gli stati psicoterratici [3,7].

Gli stati psicoterratici

Anni addietro, lo psicoanalista Harold Searles parlò di *sensò di colleganza*, inteso

come il rapporto simbiotico tra uomo e ambiente che, oltre ad essere naturale, risulta protettivo nei confronti del senso di *solitudine esistenziale* [8]. Da questa riflessione si può avvalorare l'idea che l'essere umano risenta del decadimento ambientale non solo da un punto di vista di salute fisica, ma anche psichica ed emotiva: gli stati psicoterratici costituiscono la prova della naturale relazione tra uomo e Terra [3].

Gli stati psicoterratici e i nuovi disagi connessi al cambiamento climatico, hanno catturato l'attenzione di diversi studiosi, con la nascita di nuove discipline, in particolare l'eco psicologia e la psicologia ambientale. L'ecopsicologia si basa sull'idea che il legame tra l'essere umano e la natura abbia un impatto profondo sul piano psicologico, considera quindi il rapporto con l'ambiente naturale come un'interazione reciproca e significativa: in questa prospettiva si va oltre l'analisi tecnica dei problemi ambientali, cercando di capire in che modo l'allontanamento dalla natura contribuisca alla crisi ecologica [9].

La psicologia ambientale, d'altra parte, si concentra maggiormente sull'analisi degli effetti che specifiche condizioni ambientali esercitano sulle persone, esplorando come l'ambiente influisca sul comportamento e sullo stato mentale degli individui [10].

Si osserva come l'uomo, inteso in quanto essere che vive naturalmente sul pianeta Terra, risenta delle perdite naturali e dei cambiamenti nel proprio habitat: Albrecht [7] è il creatore del neologismo *solastalgia*, il quale termine abbraccia il senso di desolazione e smarrimento continui provati quando ci si interfaccia con gli inesorabili cambiamenti nel proprio ambiente di vita. Come l'autore stesso afferma⁷, la solastalgia può avere cause tanto naturali quanto artificiali (alluvioni, siccità, incendi, guerre...) e causa vero e proprio malessere in quanto stato cronico, sia intaccando il senso di identità individuale [7], sia ponendo l'uomo in una condizione di impotenza [3]. Inoltre, nonostante sia stato teorizzato come stato esistenziale dell'uomo in una condizione di continui cambiamenti distruttivi, la solastalgia può essere considerata come il precursore di disturbi psichici già riconosciuti [7]; difatti, nel 2015 la rivista *The Lancet* ha inserito la solastalgia tra gli impatti che il cambiamento climatico ha sulla salute mentale degli uomini [7].

Sulla stessa scia non si può non parlare della condizione di «*perdita di speranza, senso di impotenza, depressione, perdita di motivazione e annullamento di ogni senso di efficacia di fronte ai cambiamenti climatici*» [3] (pag. 79), che caratterizza lo stato di *ecoparalisi*: tipico di chi si rende conto della vastità del problema, senza avere a portata di mano una soluzione efficace [7]. A riprova di ciò, come sostiene Lertzman [11], la mancanza di azione non corrisponde ad apatia ma, al contrario, ad un carico emotivo sproporzionato rispetto alla capacità individuale e percepita di agire.

Tra gli antecedenti emotivi dello stato di *ecoparalisi*, sicuramente c'è uno stato di intensa paura, che si può manifestare con l'assenza di azione [8] e che, in termini di stati psicoterratici, si traduce in *global dread* [3,7]. Tale stato consiste in un'esperienza emotiva di terrore e angoscia relativa alla percezione di una catastrofe imminente [3]: come affermano Hickman et al [12], infatti, molti giovani trovano il futuro terrificante: ed è proprio in questo che consiste il terrore globale, nell'angoscia derivante da una minaccia continua per il proprio futuro [7].

Secondo quanto sostiene Albrecht [7], l'*ecoparalisi* è una possibile risposta ad un ulteriore stato psicoterratico: l'*ecoansia*.

L'*ecoansia* è ad oggi l'emozione ambientale più conosciuta a causa della sua diffusione, e viene definita come l'emozione che si prova in relazione ad eventi ambientali più ampi, ad esempio, la perdita di specie animali [7]. Innocenti [3] afferma che si tratta dello stato psicoterratico tipico di chi si interessa a tematiche ambientali ed è particolarmente coinvolto nella tutela dell'ambiente: è quindi comprensibile che si tratti dello stato emotivo tipico delle fasce più giovani della popolazione [3,7]. Inoltre, è importante notare come nella sua genesi giochi un ruolo fondamentale il mondo dell'informazione, che utilizza toni catastrofici senza abbinarvi adeguate spiegazioni o possibili consigli comportamentali in relazione al problema presentato [3]; ciò è stato ulteriormente avvalorato da uno studio di Lee e Lee [13], nel quale si dimostra che anche i giovani che non hanno fatto esperienza diretta di disastri naturali, mostrano livelli di stress elevati a causa delle notizie assorbite tramite social network.

È significativo osservare che l'*ecoansia* assume l'accezione di emozione negativa solo quando l'autoefficacia percepita risulta inferiore rispetto alla portata del

problema, facendola sfociare nello stato di ecoparalisi di cui si è parlato poc'anzi: l'altra faccia dell'ecoansia è quella adattiva, maggiormente relazionata a comportamenti pro-ambientali [14].

Sul versante delle emozioni esternalizzanti, invece, troviamo la *terrafurie* e il *disturbo da deficit di natura* [3,7].

La prima, consiste nell'estrema rabbia provata quando ci si rende conto dell'orientamento ecocida dell'attuale progresso tecnologico e dello status quo rigido propugnato da governi ciechi [4]. Nonostante si tratti dell'emozione maggiormente correlata all'attivismo pro-ambientale, e che quindi verrebbe comunemente etichettata come positiva, è anche vero che può sfociare in comportamenti antisociali e condotte distruttive [3].

Il disturbo da deficit di natura [3,7], invece, consiste in una condizione di comportamenti problematici, dovuta allo scarso tempo trascorso in contatto con la natura. Questo fenomeno è particolarmente evidente nei bambini con deficit di attenzione o altri disturbi comportamentali, che traggono un notevole beneficio proprio dal contatto con la natura [3]. Inoltre, nonostante tale disturbo non sia inserito in alcun manuale diagnostico [3], può essere predittivo di nuove forme di fobia [7].

Risvolti clinici

Parlando, quindi, degli effetti indiretti del cambiamento climatico, è importante specificare che ad oggi non esistono interventi terapeutici accertati scientificamente per farvi fronte [3] e, soprattutto, non bisogna dimenticare che si tratta di stati emotivi; pertanto, non ci si può interfacciare con questi senza tenere a mente che, spesso, possono avere dei risvolti adattivi [3].

Per quanto concerne l'ultimo punto, in particolare, si sostiene che «*la sintomatologia legata al cambiamento climatico non vada "spenta" ma gestita*» [3] (pag. 112): a tal proposito, negli ultimi anni si discute della *Acceptance and commitment therapy*, una terapia improntata sull'accettazione del dolore, imparando a convivere con esso mentre ci si attiva nella ricerca di strategie per raggiungere il benessere [3], questo intervento sembra essere utile per quegli individui che sperimentano malessere associato ai cambiamenti climatici, al

fine di non farli sfociare in possibile ecoparalisi di fronte ad un problema la cui soluzione sembra essere a lungo termine [7].

Invece, per prevenire o alleviare stati di tensione interiore, sono nati nuovi approcci, come quello dell'*ecoterapia* [9]. Tale approccio si basa sul concetto che l'essere umano è parte integrante della natura e che una separazione totale da essa sia quasi impensabile: favorendo una riconciliazione tra l'uomo e l'ambiente naturale, l'ecoterapia supporta le persone nel raggiungimento di una maggiore serenità interiore e di un equilibrio psicologico [9]. Ristabilire un legame con la natura, sembra, infatti, generare un senso di appartenenza e completezza, offrendo un rifugio che aiuta a mitigare solitudine e sofferenza emotiva, attraverso metodi come la terapia assistita dagli animali e la terapia orticolturale [9].

In quest'ottica, sembrano essere utili le tecniche improntate all'immersione nella natura, ad esempio la pratica giapponese dello *Shinrin-Yoku*, che consiste in un contatto profondo con l'ambiente naturale della foresta (da qui il nome, che in italiano si traduce come "bagno nella foresta"), attraverso i sensi e la libera esplorazione [15].

Le terapie contenitive e preventive citate finora sono prettamente individuali, invece, trattandosi di disagi con tutta probabilità comunitari [3], se non mondiali, ad oggi gli psicologi si rivolgono in particolar modo alle comunità.

A proposito di ciò, Clayton et al [16] hanno rivolto la loro attenzione alle comunità e alle strategie utili per accrescerne la resilienza. Nello specifico, si nota che comunità resilienti forniscono stabilità e benessere a tutti i suoi membri, evidenziando l'importanza della coesione sociale e del supporto reciproco, prestando attenzione a ridurre le disparità economiche e sociali, per non lasciare indietro le fasce più vulnerabili [16].

L'*American Psychological Association* [17], sottolinea l'importanza della figura dello psicologo nell'affrontare la crisi climatica. Gli psicologi, infatti, non risultano necessari solo nell'affrontare le reazioni psicologiche alla condizione climatica [3,7] o a gestire la nuova categoria di migranti climatici, ma hanno anche un ruolo nel comunicare con la società promuovendo

comportamenti ecologicamente responsabili, possono sviluppare metodi educativi e di comunicazione per sensibilizzare il pubblico, distinguendo le informazioni accurate dalle disinformazioni e, non meno importante, hanno un ruolo nel preparare le nuove generazioni che vivranno in un mondo segnato dalla crisi climatica [17].

Da un punto di vista clinico, ci si trova, dunque, di fronte ad una nuova categoria di disagi, che sono contesto-specifici: nonostante si tratti di forme di malessere che sono, in parte o totalmente, sovrapponibili ai criteri diagnostici del DSM 5 [5], il loro essere relazionati al cambiamento climatico ne condiziona la fenomenologia e il possibile decorso.

Ad esempio, parlando degli effetti diretti del cambiamento climatico, i disastri naturali, è noto come questi siano connessi al disturbo post traumatico da stress [5]: lo psichiatra Innocenti [3] spiega come il PTSD relazionato ai disastri naturali non possa essere considerato come un qualsiasi disagio individuale, perché qui la componente traumatica della percezione di rischio per la propria vita [5] va compresa nel contesto più ampio delle conseguenze comunitarie di un disastro che ha causato disagi e ha modificato gli stili di vita degli individui e dei loro cari [3].

Si può dunque affermare che la crisi climatica sia potenzialmente traumatica, a prescindere dai suoi effetti diretti o indiretti. Oggi ci si trova in un momento di profondo cambiamento, in cui equilibri delicati sono messi in discussione: ad esempio, gli individui potrebbero rendersi conto che i leader cui hanno delegato responsabilità stanno invece prendendo decisioni dannose per l'ecosistema [6]. In aggiunta, potrebbero sperimentare sensazioni di vulnerabilità e impotenza di fronte a una crisi così vasta, mentre la prospettiva della morte appare sempre più imminente e tangibile [6]. In particolare, non si possono ignorare i sentimenti di persone «*via via tradite e violate nei propri aspetti più intimi, poiché derubate della possibilità di avere fiducia in un mondo [...] stabile e prevedibile*» [18] (pag 110).

In questo contesto, risulta fondamentale unire risorse interdisciplinari che mirino innanzitutto alla tutela degli individui e al loro benessere psicofisico, senza sfociare

però in una medicalizzazione ferrea per un problema che è sociopolitico, più che individuale. A tal proposito sembra importante citare ulteriormente Clayton et al [4] i quali descrivono una tipologia di intervento che mira ad accompagnare i leader in una comunicazione chiara e coinvolgente con le comunità di riferimento, al fine di promuovere soluzioni efficaci e un clima proattivo, in un'emergenza che coinvolge tutti.

Tratti di personalità: tra fattori di rischio clinico e aspetti favorevoli comportamenti proambientali

Allo scopo di sviluppare interventi, individuali o comunitari, che siano più adeguati e personalizzati, può risultare importante considerare i fattori inerenti alla personalità: in particolare, facendo riferimento al modello Big Five Factors [19,20], elaboriamo una panoramica di come i diversi fattori di personalità possano essere considerati tanto fattori di protezione quanto di rischio per i risvolti patologici delle emozioni ambientali e di come questi possano condurre o meno all'azione pro-ambientale, anche a seconda delle risposte contestuali.

Rispetto alla protettività, dalla letteratura emergono evidenze rispetto ai diversi aspetti di personalità quali fattori predisponenti a specifici comportamenti pro-ambientali [21] mentre non ci sono studi specifici che approfondiscono le variabili personologiche quali fattori di rischio specificamente per tali risvolti clinici correlati alle problematiche del clima. Tuttavia, sulla base delle caratteristiche dei cinque fattori di cui si costituisce il modello a cui facciamo riferimento, si possono fondare delle ipotesi potenzialmente sottoponibili a studi futuri.

I tratti di cui si costituisce il modello Big Five sono: Estroversione, Amicalità, Coscienziosità, Nevroticismo e Apertura all'esperienza [19,20].

Il fattore di Estroversione è caratterizzato da socievolezza, energia e assertività: rispetto ai comportamenti pro-ambientali, le persone con alti punteggi in Estroversione sembrano coinvolgersi maggiormente nella partecipazione ad attività sociali legate all'ambiente, favorendo l'impegno collettivo [21].

Tuttavia, le persone caratterizzate da alta estroversione potrebbero essere molto vulnerabili a frustrazione e rabbia qualora i loro sforzi proambientali non portino a risultati desiderati; ciò potrebbe condurre a sperimentare una sensazione di impotenza. Altresì, la loro inclinazione alla ricerca di una stimolazione costante potrebbe condurli ad un'ansia a lungo termine che potrebbe manifestarsi in modo disfunzionale, ad esempio attraverso attivismo impulsivo o azioni distruttive.

L'Amicalità è caratterizzata da compiacenza, piacevolezza, cooperazione e, rispetto ai comportamenti proambientali, le persone con alti punteggi in tale tratto mostrano più alti livelli di preoccupazione per il benessere degli altri e dell'ambiente, con un maggior coinvolgimento in attività pro-ambientali quali sostegno a politiche ecologiche e adozione di pratiche ecosostenibili [21].

Tuttavia, le caratteristiche di questo fattore potrebbero tradursi in fattore di rischio qualora la tendenza all'evitamento del conflitto dovesse sfociare in un comportamento di normalizzazione che se da una parte può temperare l'ansia a breve termine, sul lungo termine si potrebbe convertire in una persistente forma di stress. D'altra parte, la non azione e l'atteggiamento di accettazione e rinuncia potrebbe scontrarsi con la loro inclinazione alla forte preoccupazione per il benessere altrui aumentando il rischio di sviluppare cronici sentimenti di colpa con il possibile strutturarsi di esperienze depressive.

La Coscienziosità è un fattore caratterizzato da scrupolosità, responsabilità, organizzazione. Rispetto ai comportamenti proambientali, le persone con alti punteggi in Coscienziosità tendono a distinguersi per la tendenza a pianificare a lungo termine, con attenzione ai dettagli: ciò può sfociare in comportamenti proambientali quali il riciclo, la gestione dei consumi e l'adozione di stili di vita ecosostenibili [21].

Tali caratteristiche potrebbero portare a un senso di colpa eccessivo, con un eccessivamente elevato senso di responsabilità personale rispetto all'impatto ambientale dei propri comportamenti. Tale carico emotivo, unito alla massiccia esposizione alle notizie sul degrado ambientale, potrebbe portare a sentimenti di fallimento e inadeguatezza. Nei casi più estremi, ciò può sfociare nella eco-paralisi.

Il Nevroticismo è caratterizzato da ansia, depressione, insicurezza. Rispetto ai comportamenti proambientali, le persone con alti punteggi in Nevroticismo, generalmente con un più alto grado di sensibilità alle minacce, possono esserlo anche a quelle derivanti dal cambiamento climatico, con annessa preoccupazione per la propria sicurezza e per quella globale: ciò potrebbe portare a comportamenti pro-ambientali volti a mitigare le ansie legate ai rischi del cambiamento climatico [21].

Osservando da una prospettiva altra, si può considerare il nevroticismo come il maggior rischio per lo sviluppo di risvolti patologici legati alle emozioni ambientali: le persone con alti punteggi in questo tratto sono infatti inclini più di altri a sperimentare ansia, paura e depressione. L'esposizione alle informazioni sul cambiamento climatico e i suoi effetti potrebbero causare eco-ansia cronica; ansia che potrebbe diventare debilitante dato che questi individui sarebbero portati a rimuginare sulle minacce percepite ed essere frustrati dal non riuscire a trovare soluzioni efficaci. Tale preoccupazione continua potrebbe, inoltre, porsi alla base dello sviluppo di terrore globale.

L'Apertura all'esperienza è caratterizzata da immaginazione e curiosità. Rispetto ai comportamenti proambientali, nelle persone con alti punteggi in Apertura all'esperienza è stata osservata una maggiore tendenza all'esplorazione di idee e soluzioni innovative, ricerca di pratiche pro-ecologiche creative con un coinvolgimento maggiore in cause ambientali²¹.

Le caratteristiche delle persone con alti punteggi in questo tratto potrebbero, tuttavia, portare le stesse ad essere vulnerabili a sentimenti di melanconia ambientale, dovuta all'altissima sensibilità alle informazioni sui risvolti dei cambiamenti climatici. La consapevolezza acuta e dolorosa riguardo al deterioramento ambientale e alla sua complessità, con particolare attenzione alle potenziali catastrofi, potrebbe fondare un senso di angoscia esistenziale. Tali vulnerabilità potrebbero essere amplificate dalla tendenza, propria di queste persone, ad esplorare nuove idee senza poter trovare soluzioni pratiche e immediate: ciò può portare a sviluppare eco-paralisi e sensazione di mancanza di controllo.

CONCLUSIONI

La principale limitazione riscontrata nella letteratura presa in considerazione deriva dal non approfondire la realtà pluritraumatica in cui la società attuale si trova immersa, segnata da guerre, pandemie e problemi sociali su vasta scala, oltre che dalla crisi climatica in atto; e, quindi, non rendersi conto che tale realtà necessita di strategie multi-livello e interdisciplinari, senza dimenticare la fondamentale relazione tra soggetto e contesto di vita. Ad oggi, come si è visto, si opta per un approccio ortopedico volto a diminuire la condizione di disagio tramite il contenimento dell'emozione entro certi confini, spostando la responsabilità completamente sull'individuo: questo approccio rischia di distogliere l'attenzione dalla causa principale del problema, che è sociopolitica. Sembrerebbe utile, pertanto, un piano strategico comunitario che, da un lato, educi al pensiero critico e all'importanza dell'informazione soprattutto al fine di promuovere un atteggiamento proattivo e, dall'altro, che sia pronto a fronteggiare i nuovi disagi legati al cambiamento climatico, che diventa sempre più visibile e pervasivo.

CONFLITTO DI INTERESSI

Gli altri autori dichiarano di non avere conflitti di interesse.

BIBLIOGRAFIA

1. Proceedings of the World Climate Conference: A Conference of Experts on Climate and Mankind, Geneva, 12-23 February 1979. (1979). Russia: Secretariat of the World Meteorological Organization.
2. Revkin, A. C. (1992). *Global Warming: Understanding the Forecast*. Stati Uniti: Abbeville Press, Incorporated.
3. Innocenti, M. (2022). *Ecoansia: I cambiamenti climatici tra attivismo e paura*. Italia: Edizioni Centro Studi Erickson.
4. Clayton S., Manning C. M., Speiser M., & Hill A. N. (2021). «Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Inequities, Responses». Washington, D.C.: American Psychological Association, and ecoAmerica.
5. Biondi, M. (2014). *DSM-5. Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*. Italia: Raffaello Cortina Editore.
6. Weintrobe, S. (2021). *Psychological Roots of the Climate Crisis: Neoliberal Exceptionalism and the Culture of Uncare*. Regno Unito: Bloomsbury Publishing.
7. Albrecht, G. (2019). *Earth Emotions: New Words for a New World*. Regno Unito: Cornell University Press.
8. Searles, H. F. (1960). *L'ambiente non umano nello sviluppo normale e nella schizofrenia*. Trad. it. Di Mario Marchetti. Torino: Einaudi, 2004.
9. Raoufzadeh, N., Eslamieh, R., Lak, M. (2024). Eco-psicoterapia per la rivitalizzazione della psiche: lettura ecopsicologica di *Salvage the Bones* di Jesmyn Ward. *Studi interdisciplinari di letteratura, arte e discipline umanistiche*, 4 (1), 179-198.
10. Hibbard, W. (2003). Ecopsychology: A Review. *The Trumpeter*, 19(2).
11. Lertzman, R. (2008). *The Myth of Apathy*. *The Ecologist*. <https://theecologist.org/2008/jun/19/myth-apathy>
12. Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton S., Lewandowski, R.E., Mayall, E.E., Wray, B., Mellor, C., van Susteren L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. *Lancet Planet Health*, 2021, 5, e863-e873. doi: 10.1016/S2542-5196(21)00278-3.
13. Lee, E., & Lee, H. (2019). Disaster awareness and coping: Impact on stress, anxiety, and depression. *Perspectives in psychiatric care*, 55(2), 311-318.
14. Innocenti, M., Santarelli, G., Lombardi, G. S., Ciabini, L., Zjalic, D., Di Russo, M., & Cadeddu, C. (2023). How can climate change anxiety induce both pro-environmental behaviours and eco-paralysis? The mediating role of general self-efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3085.
15. Balmumcu, A., & Pekince, G. D. (2023). Effects of forest bath (Shinrin-Yoku) and forest therapy (Shinrin-Ryoho) on women's health. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(1), 62-69
16. Clayton, S., Manning, C. M., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance*. Washington, D.C.: American Psychological Association, and ecoAmerica.
17. American Psychological Association, APA Task Force on Climate Change. (2022) *Addressing the Climate Crisis: An Action Plan for Psychologists*, Report of the APA Task Force on Climate Change. Retrieved from <https://www.apa.org/science/about/publications/climate-crisis-action-plan.pdf>.
18. Granieri, A. (2016). La comunità contaminata di Casale Monferrato: aspetti corruttivi della governance e sopravvivenza psichica. In L. Ambrosiano & M. Sarno (a cura di). *Corruttori e corrotti. Ipotesi psicoanalitiche*. Milano: Mimesis.
19. Goldberg, L. R. (2013). An alternative "description of personality": The Big-Five factor structure. In *Personality and Personality Disorders* (pp. 34-47). Routledge.
20. De Raad, B. (2000). The big five personality factors: the psycholexical approach to personality. Hogrefe & Huber Publishers.
21. Milfont, T. L., Milojev, P., Greaves, L. M., & Sibley, C. G. (2015). Socio-structural and psychological foundations of climate change beliefs. *New Zealand Journal of Psychology (Online)*, 44(1), 17.