

Beni relazionali: una definizione complessa

Le relazioni con gli altri costituiscono gli elementi strutturali fondamentali per la costruzione della vita mentale.¹ Le relazioni sociali rappresentano la matrice della vita umana intrapsichica e interpersonale, un bisogno umano fondamentale che è essenziale per la persona.² Ad oggi numerose evidenze scientifiche sottolineano l'importanza del legame con l'Altro per il benessere psicologico e sociale della persona durante tutto l'arco di vita.³ In letteratura sono state fornite numerose e talvolta discordanti definizioni del termine “relazione”, tuttavia sembra chiaro come l'elemento fondante una relazione interpersonale risieda nell'interazione che si instaura tra i partner coinvolti e la loro influenza reciproca.⁴ Inoltre, come Hinde ha osservato «una relazione è più della somma delle sue interazioni costitutive»,⁵ in quanto oltre al ruolo fondativo dei partner interagenti, la relazione e il suo evolversi nel tempo va ad influenzare la qualità della relazione stessa.

¹ J.Y. GREENBERG – S.A. MITCHELL, *Object Relations in Psychoanalytic Theory*, Cambridge 1983.

² H.T. REIS – W.A. COLLINS – E. BERSCHIED, *The Relationship Context of Human Behavior and Development*, «Psychological bulletin» 126 (2000) n. 6, pp. 844-872; R.F. BAUMEISTER – M.R. LEARY, *The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation*, «Psychological bulletin» 117 (1995), pp. 497-529.

³ C. HAZAN – P.R. SHAVER, *Broken Attachments: Relationship Loss from the Perspective of Attachment Theory*, in *Close Relationship Loss*, New York 1992, pp. 90-108; M. WEI – D.W. RUSSELL – R.A. ZAKALIK, *Adult Attachment, Social Self-efficacy, Self-disclosure, Loneliness, and Subsequent Depression for Freshman College Students: A Longitudinal Study*, «Journal of Counseling Psychology» 52 (2005), n. 4, pp. 602-614.

⁴ H.T. REIS – W.A. COLLINS – E. BERSCHIED, *The Relationship Context of Human Behavior and Development*, cit.

⁵ R.A. HINDE, *Commentary: Aspects of Relationships in Child Development*, in *Relationships as Developmental Contexts. Minnesota Symposia on Child Psychology*, Erlbaum, 1999. p. 323-329.

Il concetto di “bene relazionale” può essere inteso come un interessante strumento teorico per superare una prospettiva individualista verso un’analisi più globale dell’effetto delle relazioni sul benessere della persona e della società. La categoria di “bene relazionale” è stata introdotta in letteratura da qualche decennio ma manca ancora di una definizione univoca e omnicomprensiva della sua natura interdisciplinare.

Tra i contributi fondamentali si possiamo annoverare quelli di Nussbaum (prospettiva filosofica),⁶ Donati (prospettiva sociologica),⁷ Gui ed Uhlner (prospettiva economica)⁸ brevemente riportati di seguito. Quest’ultima qualifica i beni relazionali come «*beni che possono essere posseduti solo attraverso intese reciproche che vengono in essere dopo appropriate azioni congiunte intraprese da una persona e da altre non arbitrarie*».⁹

Questi beni non possono essere prodotti, acquistati o consumati dal singolo ma solo in condivisione con altri, poiché dipendono profondamente dal rapporto reciproco tra i soggetti interagenti. La Uhlner sottolinea inoltre la natura intrinsecamente personalizzata di questa tipologia di beni, che non possono essere generati in forme relazionali in cui uno o entrambe le persone coinvolte restino anonime, ma nascono proprio in virtù del carattere identitario delle parti interagenti. In accordo con la definizione della Uhlner e riconoscendo l’importante valore della reciprocità, Gui¹⁰ enfatizza anche l’aspetto intangibile e non contrattabile dei beni relazionali, intrinsecamente connessi alla relazione interpersonale da cui si generano. Tali beni sono, infatti, prodotti *dall’incontro* tra due soggetti, che oltre a produrre beni materiali, generano anche prodotti di tipo relazionale. L’incontro non è quindi solo un mero trasferimento di risorse da parte dei partner della relazione, ma un processo attraverso il quale ognuna delle parti contribuisce alla creazione e al consumo di beni immateria-

⁶ M.C. NUSSBAUM, *La fragilità del bene. Fortuna ed etica nella tragedia e nella filosofia greca*, Bologna 1996 [1986].

⁷ P. DONATI, *La sociologia relazionale: una prospettiva sulla distinzione umano/non umano nelle scienze sociali*, «Nuova Umanità» XXVII (2005), n. 157, pp. 97-122.

⁸ B. GUI, *Elements pour une définition d’Economie communautaire*, «Notes et Documents», 19:20 (1987), pp. 32-42; C.J. UHLNER, “Relational Goods” and Participation, *Incorporating Sociability Into a Theory of Rational Action*, «Public Choice» 62 (1989), pp. 253-285.

⁹ *Ibidem*, p. 254.

¹⁰ B. GUI, *Elements pour une définition d’Economie communautaire*, cit., pp. 32-42.

li mediante uno scambio comunicativo e affettivo. In questa prospettiva l'amicizia, il bisogno di essere accettati dagli altri rappresentano dei beni relazionali così come la relazione tra due colleghi di lavoro, quella tra cliente e commerciante o tra clienti stessi rappresenta un bene importante che si crea nell'incontro.¹¹

La Nussbaum definisce i beni relazionali come quelle esperienze umane in cui la relazione costituisce *il bene in sé* come nel caso dell'amore, dell'amicizia e dell'impegno civile. L'elemento che differenzia i beni relazionali da altre tipologie di beni è quindi la loro natura non strumentale, in cui la relazione è il bene e non uno strumento *per* il conseguimento di un fine economico.¹² Anche per la Nussbaum il bene relazionale è caratterizzato dalle dimensioni di reciprocità e identità: la relazione che si instaura con una specifica persona non può essere unilaterale né interscambiabile con altro. Infine, data la sua indipendenza rispetto alla diretta fruibilità economica dei beni relazionali, la Nussbaum ne ricorda la natura fragile e vulnerabile nel tempo.

In ultimo, Donati include i beni relazionali all'interno di un approccio relazionale ai rapporti sociali.¹³ L'autore in diverse sue opere definisce questi beni come *prodotti o effetti delle relazioni concrete*, quindi beni immateriali e non relativi oggetti, idee o prestazioni. Anche Donati riconosce ai beni relazionali, e alle relazioni da cui emergono, una natura simmetrica, libera e gratuita, sottolineando soprattutto la reciprocità e il profondo coinvolgimento tra i soggetti come aspetti imprescindibili. Tuttavia l'autore evidenzia che i beni relazionali, nonostante siano prodotti e fruiti nell'incontro tra i partner della relazione, possono modificare la volontà stessa degli attori, prescindendo la volontà del singolo. I beni relazionali coincidono con le relazioni più prossimali come la coppia, le relazioni familiari, i gruppi amicali, ma comprendono anche forme di relazioni associative come quelle del privato sociale.

Più di recente, la categoria di bene relazionale ha visto la nascita di contributi interessanti anche all'interno dell'ambito psicologico, vertice principe del presente capitolo. Tale prospettiva, soprattutto in Italia,

¹¹ B. GUI, *Economics and Interpersonal Relations: Introduction*, «Annals of public and cooperative economics» 71 (2000), pp. 133-138.

¹² M.C. NUSSBAUM, *La fragilità del bene. Fortuna ed etica nella tragedia e nella filosofia greca*, cit.

¹³ P. DONATI – R. SOLCI, *I beni relazionali: che cosa sono e quali effetti producono*, Torino 2011.

ha recentemente declinato il concetto di beni relazionali all'interno di teorie e modelli d'intervento. Ad esempio Giorgi et al. propongono una lettura congiunta delle teorizzazioni relazionali in economia e quelle della gruppoanalisi soggettuale in cui i beni relazionali sono rapporti che, attraverso il riconoscimento cognitivo-affettivo dell'Altro, promuovono lo sviluppo personale, la capacità di ottimizzare le risorse economiche e sviluppare forme di mercato sostenibile e solidale.¹⁴ Anche Lo Verso e Prestano affermano che la gruppoanalisi e più nello specifico la dimensione gruppale, con finalità clinica così come formativa, può offrire importanti contributi allo sviluppo di beni relazionali.¹⁵ Infine, nel recente contributo di Mazzeschi e Buratta¹⁶ si propone un inquadramento dei beni relazionali in una prospettiva psicodinamica: da un'iniziale felicità irrealizzabile vista come il solo appagamento del piacere proposta da Freud,¹⁷ si assiste negli anni '70-'80 ad un passaggio verso modelli relazionali, in cui si sostiene il primato delle relazioni nell'esperienza umana, interpersonale e intersoggettiva. Il mutuo riconoscimento reciproco tra il Sé e l'Altro rappresenta, in tale prospettiva, un bisogno fondamentale e costitutivo della persona che, all'interno della relazione, struttura se stesso e la relazione con l'altro.¹⁸ Si riconosce quindi il ruolo primario ed essenziale che la relazione e i beni relazionale volgono per la persona e per il suo benessere.

Benessere: prospettive a confronto

Negli ultimi due decenni, c'è stata una forte spinta a studiare tratti e processi psicologici ritenuti positivi e benefici per il benessere della persona, che si è concretizzato con la nascita del

¹⁴ A. GIORGI, *Beni relazionali e sviluppo*, «Narrare i gruppi. Prospettive cliniche e sociali» III vol. 2 (2008), pp. 1-24; A. GIORGI – C. D'ANGELO – F. CALANDRA, *Economic and Personal Development in Mafia Contexts: The Role of Relational Goods*, «World Futures» (2015), pp. 1-13.

¹⁵ G. LO VERSO – C. PRESTANO, *Relational Goods: Costs and Effectiveness*, «Group Analysis» 36 (2003), n. 4, pp. 539-547.

¹⁶ C. MAZZESCHI – L. BURATTA, *Il bene relazionale per il III millennio*, Atti del seminario internazionale (Genova 24-25 novembre 2017), A. Modugno, P. Velotti (cur.), Genova University Press, Genova 2018, pp. 99-115.

¹⁷ S. FREUD, *Il disagio della civiltà*, Bollati Boringhieri, Torino 1989, vol. X, pp. 580-582.

¹⁸ J. BENJAMIN, *An Outline of Intersubjectivity: The Development of Recognition*, «Psychoanalytic psychology» 7 (1990), pp. 33-46.

campo di indagine della psicologia positiva.¹⁹ La psicologia prima di quegli anni era stata forse troppo focalizzata su ciò che non va nelle persone e su ciò che rende infelice l'uomo, tralasciando invece tutto ciò che lo rende felice e funzionante e le importanti conseguenze a questo associate.²⁰ Pertanto la psicologia positiva s'interessa dello studio delle caratteristiche psicologiche che possono promuovere il benessere nelle persone. In particolare, le due prospettive principali che si sono affermate nello studio del *well-being* in ambito psicologico sono: l'approccio edonistico, che si concentra sulla felicità intesa come benessere soggettivo (*Subjective Well-Being*, SWB) e l'approccio eudaimonico, che si concentra non solo sul benessere individuale ma sul processo di autorealizzazione della persona e si focalizza sul benessere psicologico (*Psychological Well-Being*, PWB). Tale prospettiva privilegia l'analisi dei fattori che favoriscono lo sviluppo e la realizzazione delle potenzialità individuali e dell'autentica natura umana.

Il benessere soggettivo (SWB) riflette come le persone valutano complessivamente la qualità della propria vita, in una prospettiva personale e soggettiva.²¹ Le prime ricerche sul SWB si sono concentrate sulle condizioni esterne come ad esempio fattori demografici, reddito, stato di salute, livello di scolarità che portano ad una vita felice e soddisfacente.²²

Ad esempio Wilson catalogò i vari fattori demografici che erano collegati alle misure di benessere soggettivo.²³ Tuttavia, dopo diversi decenni gli psicologi hanno compreso la necessità di ampliare il focus di studio sul benessere soggettivo ad aspetti più interni e stabili della persona. Infatti, la ricerca ha evidenziato che spesso i fattori esterni e oggettivi, come il reddito, hanno un modesto impatto sul benessere

¹⁹ J.K. McNULTY – F.D. FINCHAM, *Beyond Positive Psychology? Toward a Contextual View of Psychological Processes and Well-being*, «American Psychologist», 67 (2012), n. 2, pp. 101-110.

²⁰ E. DIENER, *Subjective Well-being*, «Psychological Bulletin», 95 (1984), pp. 542-575.

²¹ R.M. RYAN – E.L. DECI, *Self-regulation and the Problem of Human Autonomy: Does Psychology Need Choice, Self-determination, and Will?*, «Journal of personality» 74 (2006), n. 6, pp. 1557-1586.

²² E. DIENER – S. OISHI – R.E. LUCAS, *Personality, Culture, and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life*, «Annual review of psychology» 54 (2003), n. 1, pp. 403-425.

²³ W. WILSON, *Correlates of Avowed Happiness*, «Psychological bulletin» 67 (1967), pp. 294-306.

soggettivo, inoltre la percezione del benessere è più stabile e duratura nel tempo rispetto alla variabilità di alcuni fattori esterni come l'età.²⁴ Pertanto la ricerca sul SWB ha iniziato a focalizzarsi anche su variabili come la personalità o il soddisfacimento di bisogni fondamentali, l'autostima e l'autodeterminazione.²⁵

Dall'altro lato, il benessere psicologico (PWB) è stato ampiamente studiato da Ryff che afferma come il PWB non possa essere riassunto nella felicità, in quanto il benessere psicologico è più ampio e complesso.²⁶ L'autrice definisce il PWB come un processo multidimensionale e dinamico, il cui sviluppo contribuisce a determinare la soddisfazione verso la propria vita e lo sviluppo personale lungo tutto il ciclo di vita.²⁷ Esso implica un processo di interazione e mutua influenza tra benessere individuale e collettivo, tale per cui la felicità individuale si realizza nell'ambito dello spazio sociale.²⁸ Tale concezione comporta un cambiamento anche rispetto alle tradizionali pratiche di salute, inevitabilmente non più considerata come assenza di malattia, verso modelli di promozione volti a sostenere l'autogestione efficace delle abitudini di vita che aiutano le persone a mantenere il loro stato di benessere.

Di seguito sarà proposta una rassegna di studi volta ad approfondire il legame tra i beni relazionali e il benessere in entrambe le sue declinazioni.

²⁴ E. DIENER – E.M. SUH – R.E. LUCAS – H.L. SMITH, *Subjective Well-being: Three Decades of Progress*, «Psychological bulletin» 125 (1999), n. 2, pp. 276-302.

²⁵ E. DIENER, *New Findings and Future Directions for Subjective Well-being Research*, «American psychologist» 67 (2012), n. 8, pp. 590-597; H.C. TRIANDIS, *Cultural Syndromes and Subjective Well-being*, in E. Diener, M.E. Suh (eds.), *Culture and Subjective Well-being* (pp. 13-36), Cambridge 2000; L. TAY – E. DIENER, *Needs and Subjective Well-being Around the World*, «Journal of Personality and Social Psychology», 101 (2011), pp. 354-365.

²⁶ C.D. RYFF, *Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-being*, «Journal of Personality and Social Psychology» 57, (1989), n. 6, pp. 1069-1081.

²⁷ C.D. RYFF, *Psychological Well-being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia*, «Psychotherapy and psychosomatics» 83 (2014), n. 1, pp. 10-28.

²⁸ A. DELLE FAVE – S. MARSICANO (cur.), *L'umanizzazione dell'ospedale: riflessioni ed esperienze*, Milano 2004.

Beni relazionali per il benessere soggettivo

Relazione e beni relazionali sono diventati costrutti imprescindibili per comprendere e spiegare le dinamiche connesse al benessere della persona e del suo contesto sociale. Riconoscendo questa importante interconnessione, sono aumentati i contributi sul tema offerti da numerose e differenti prospettive. Numerose ricerche hanno quindi evidenziato importanti implicazioni della dimensione relazionale (declinata come beni relazionali) sul benessere soggettivo.²⁹ Ad esempio uno studio empirico condotto in Spagna evidenzia come variabili economiche, quali il reddito o l'inclusione nel mercato del lavoro, abbiano un minore valore esplicativo per il benessere soggettivo rispetto ai beni relazionali.³⁰ Infatti, la stabilità relazionale, la presenza di reti di legami forti, l'associazionismo, la percezione di sicurezza e la fiducia risultano correlate positivamente con il benessere delle persone. Anche i risultati degli studi di Helliwell confermano come le relazioni sociali, nelle loro diverse declinazioni (ad es. matrimonio, atteggiamenti verso il prossimo, partecipazione alla vita civile, associazionismo) possano influenzare, in modo maggiore, il benessere individuale e la soddisfazione verso la propria vita rispetto ad alcune variabili economiche.³¹ Per esempio, l'autore mostra come, per quanto riguarda la soddisfazione di vita, avere qualcuno su cui fare affidamento ha un effetto dieci volte maggiore rispetto ad una variazione del 5% del reddito; così come la fiducia verso un vicino di casa o nella polizia rendono le persone più soddisfatte della propria vita. Anche Bruni e Stanca evidenziano una correlazione positiva tra il tempo dedicato a svolgere una qualche attività sociale e il benessere soggettivo

²⁹ A. LEUNG – C. KIER – T. FUNG – L. FUNG – R. SPROULE, *Searching for Happiness: The Importance of Social Capital*, in *The Exploration of Happiness*, Dordrecht 2013, pp. 247-267; L. BRUNI – S. ZAMAGNI, *The Challenges of Public Happiness: An Historical-methodological Reconstruction*, in World happiness Report, (2016). Retrieved from <https://worldhappiness.report/ed/2016/>.

³⁰ J.A. PENA-LÓPEZ – J.M. SÁNCHEZ-SANTOS – M. MEMBIELA-POLLÁN, *Individual Social Capital and Subjective Wellbeing: The Relational Goods*, «Journal of Happiness Studies» 18 (2017), n. 3, pp. 881-901.

³¹ J.F. HELLIWELL, *How's Life? Combining Individual and National Variables to Explain Subjective Well-being*, «Economic modelling» 20 (2003), n. 2, pp. 331-360; J.F. HELLIWELL – H. HUANG, *How's your Government? International Evidence Linking Good Government and Well-being*, «British Journal of Political Science» 38 (2008), n. 4, pp. 595-619.

riportato dalla persona stessa.³² Ulteriori studi condotti sia in Europa che negli Stati Uniti mostrano come le persone che partecipano alla comunità e alla vita associativa sono più felici, sperimentano un maggior livello di autostima e identità, che a sua volta tende ad aumentare la loro soddisfazione soggettiva.³³ A livello comunitario, Sarracino e Gosset hanno empiricamente evidenziato, attraverso uno studio condotto in Lussemburgo, che in una città che presenta un numero maggiore di organizzazioni sociali, il livello di benessere soggettivo è più alto e duraturo.³⁴

Anche le attività culturali rappresentano delle matrici di beni relazionali, in quanto implicano la presenza concomitante di diverse persone che sono generalmente motivate da una spinta intrinseca alla partecipazione.³⁵ Infatti, la partecipazione culturale diventa fonte di benessere soggettivo individuale laddove rappresenta un bene relazionale. Bruni e Stanca hanno indagato le implicazioni per il benessere soggettivo di alcune attività svolte nel tempo libero come quelle sportive, religiose e il guardare la televisione.³⁶ I risultati mostrano una correlazione positiva tra attività socialmente orientate e soddisfazione di vita, mentre si evidenzia una relazione negativa tra il tempo speso a guardare la televisione e il consumo di beni relazionali. Infatti, gli alti livelli di visione della televisione hanno un effetto negativo sul tempo trascorso con amici e colleghi che a sua volta riduce il grado di soddisfazione.

Anche lo studio di Becchetti, Pelloni e Rossetti evidenzia come la partecipazione ad eventi culturali, religiosi, sportivi e ad attività di vo-

³² L. BRUNI – L. STANCA, *Watching Alone: Relational Goods, Television and Happiness*, «Journal of Economic Behavior & Organization» 65 (2008), pp. 506-528.

³³ M.M. HOWARD – L. GILBERT, *A Cross-national Comparison of the Internal Effects of Participation in Voluntary Organizations*, «Political Studies» 56 (2008), n. 1, pp. 12-32; T. TIEFENBACH – P.S. HOLDGRÜN, *Happiness Through Participation in Neighborhood Associations in Japan? The Impact of Loneliness and Voluntariness*, «VOLUNTAS: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations» 26 (2015), n. 1, pp. 69-97.

³⁴ F. SARRACINO – A. GOSSET, *The Non-economic Outcomes of Social Entrepreneurship in Luxembourg*, Conference report of 5th EMES conference (Helsinki, 30 Giugno-3 Luglio 2015). Retrieved from <https://mpr.ub.uni-muenchen.de/69347/>.

³⁵ T. O'SULLIVAN, *All Together Now: A Symphony Orchestra Audience as a Consuming Community*, «Consumption, Markets and Culture» 12 (2009), n. 3, pp. 209-223.

³⁶ L. BRUNI – L. STANCA, *Watching Alone: Relational Goods, Television and Happiness*, cit.

lontariato sia significativamente associata alla soddisfazione di vita.³⁷ In particolare, la partecipazione a eventi culturali è legata a maggiori sentimenti comunitari ed empowerment personale, rafforzando in tal modo il piacere soggettivo. Mooney e Manglos-Weber hanno condotto un'indagine etnografica dimostrando come i beni relazionali, quali fiducia e intimità, possano essere espressi e sostenuti attraverso la religione. I risultati della ricerca evidenziano infatti come la preghiera e la liturgia possono rappresentare delle pratiche importanti per la società, attraverso cui le persone si impegnano a sostenere le relazioni con gli altri.³⁸ Un'ulteriore attività che merita attenzione è quella sportiva: lo sport genera una forma di beni sociali indivisibili e congiunti, che sono prodotti e consumati nell'incontro tra soggetti. Come gli altri beni relazionali, lo sport promuove una dimensione relazionale positiva per il benessere delle persone e della società.³⁹ Caruso attraverso uno studio empirico italiano ha analizzato l'impatto della partecipazione sportiva su diversi tipi di illeciti, evidenziando come lo sport sia negativamente correlato con diverse forme di crimine e pertanto possa avere un ruolo nel ridurre la devianza sociale.⁴⁰

I beni relazionali possono essere strumenti importanti anche per ridurre il senso di emarginazione in alcune fasce più fragili della popolazione, come anziani e diversamente abili. Infatti, la disabilità può comportare una scarsa accettazione sociale e una limitata partecipazione alla vita comunitaria, così come conseguenze negative per la felicità delle persona.⁴¹ In uno studio condotto in Germania tra il 1984 e il 2011, Pagan indaga l'effetto dei beni relazionali sui livelli di soddisfazione della vita riportati da persone con e senza disabilità. I risultati mostrano una relazione positiva tra la soddisfazione di vita e il tempo trascorso con gli altri ed in particolar modo la relazione si intensifica per le persone con disabilità le quali evidenziano elevati punteggi nella

³⁷ L. BECCHETTI – A. PELLONI – F. ROSSETTI, *Relational Goods, Sociability and Happiness*, «KYKLOS» 61 (2008), pp. 343-363.

³⁸ M.A. MOONEY – N.D. MANGLOS-WEBER, *Prayer and Liturgy as Constitutive-Ends Practices in Black Immigrant Communities*, «Journal for the Theory of Social Behaviour», 44 (2014), n. 4, pp. 459-480.

³⁹ D. FORREST – I. McHALE, *Public Policy, Sport and Happiness: An Empirical Study*, paper presented at the Annual conference of Arbeitskreis Sportökonomik, Sport and Urban Economics, Berlin 2009.

⁴⁰ R. CARUSO, *Crime and Sport Participation: Evidence from Italian Regions over the Period 1997-2003*, «The Journal of Socio-Economics», 40 (2011), n. 5, pp. 455-463.

⁴¹ M. NAGLER, *Perspectives on Disability*, Palo Alto 1992.

partecipazione a eventi culturali e sociali. Pertanto i beni relazioni promotori di benessere soggettivo, diventano promotori anche di benessere psicologico, di salute mentale laddove (per esempio) riducono il senso di isolamento nelle persone con disabilità.⁴²

*Beni relazionali per il benessere psicologico**

La letteratura esistente in campo psicologico ha riconosciuto da tempo la relazionalità come un importante fattore legato al benessere generale e alla salute delle persone, in termini di sostegno sociale, legami di attaccamento e presenza dell'altro come risorsa utile a soddisfare bisogni e obiettivi.⁴³ Ad esempio, Giorgi e collaboratori partendo dall'imprescindibile interconnessione tra sviluppo psichico, sociale ed economico, riconoscono come i beni relazionali possono essere uno strumento per comprendere – e superare – il fenomeno del pensiero mafioso in Sicilia, diventando risorse per la trasformazione e la progettazione per lo sviluppo sociale.⁴⁴ Il concetto di beni relazionali supera la sua utilità come costruito interdisciplinare, ma diventa anche uno strumento per realizzare modelli di sviluppo locali adeguati e di crescita. Lo Verso e Prestano, già citati in precedenza, affermano che l'esperienza relazionale “è il cuore della vita stessa” a cui è connessa la nostra identità, il nostro sviluppo psichico, la nostra sofferenza e il nostro benessere generale.⁴⁵ La relazione e il gruppo diventano quindi strumenti di cura psicoterapeutica che intervengono sul mondo interno relazionale dei pazienti, facendosi spazio di crescita e di dialogo che aiutano il processo di civiltà, di tolleranza e di condivisione, riconoscendo l'altro come ricchezza.

⁴² R. PAGAN, *Are Relational Goods Important for People with Disabilities?*, «Applied Research in Quality of Life», 11 (2016), n. 4, pp. 1117-1135.

⁴³ S. COHEN, *Psychosocial Models of the Role of Social Support in the Etiology of Physical Disease*, «Health Psychology», 7 (1988), pp. 269-297; B.N. UCHINO – J.T. CACIOPPO – J.K. KIECOLT-GLASER, *The Relationship Between Social Support and Physiological Processes: A Review with Emphasis on Underlying Mechanisms and Implications for Health*, «Psychological Bulletin», 119 (1996), pp. 488-531.

⁴⁴ A. GIORGI, *Beni relazionali e sviluppo*, cit.; A. GIORGI – C. D'ANGELO – F. CALANDRA, *Economic and Personal Development in Mafia Contexts: The Role of Relational Good*, cit.

⁴⁵ G. LO VERSO – C. PRESTANO, *Relational Goods: Costs and Effectiveness*, cit.

* Paragrafo scritto in collaborazione con la dott.ssa Veronica Raspa.

Mazzeschi e collaboratori del Centro Universitario Ricerca Interdipartimentale Attività Motoria (C.U.R.I.A.MO.), approfondiscono il legame tra beni relazionali e salute esplorando il cambiamento della qualità di vita in un gruppo di pazienti con diabete (tipo 2) e obesità, attraverso un intervento intensivo (4 mesi) multidisciplinare, che ha previsto un programma individualizzato di attività fisica svolta in gruppo, counseling nutrizionale, gruppo di educazione nutrizionale, counseling psicologico individuale e gruppi psicoeducativi di supporto al cambiamento. I risultati di una ricerca relativa a più di 280 pazienti evidenziano come da un lato l'attività sportiva in gruppo favorisca la riduzione dell'indice di massa corporea (BMI), dall'altro la partecipazione ai gruppi di supporto al cambiamento potenzia le dimensioni più emotive e sociali della persona.⁴⁶ Dunque l'intervento nel suo insieme appare in grado di promuovere un ampio spettro di benefici, non solo favorendo la riduzione di peso, ma anche migliorando la percezione dello stato di salute generale (benessere psicologico) sia fisico che emotivo (riduzione di sintomi depressivi). Così come riportato dai partecipanti stessi, l'esperienza relazionale e la possibilità di condividere difficoltà e progressi con professionisti e altri pazienti all'interno di una dimensione gruppale, ha rappresentato una spinta e un rinforzo verso il cambiamento. Infatti, tramite la relazione con l'Altro, è stato possibile passare da una dimensione individuale e solitaria di responsabilità al cambiamento alla possibilità di acquisire un più sano stile di vita, e quindi migliorare il proprio benessere.⁴⁷ A conferma di questo, un lavoro successivo che ha coinvolto circa 40 pazienti è andato ad indagare, a distanza di 3 anni, gli effetti a lungo termine e i fattori di sostegno al cambiamento dell'intervento multidisciplinare lifestyle del C.U.R.I.A.M.O. L'indagine è stata condotta attraverso il metodo della Consensual Qualitative Research, una metodologia qualitativa, rigorosa e sistematica, appropriata per

⁴⁶ C. MAZZESCHI – C. PAZZAGLI – L. BURATTA – G.P. REBOLDI – D. BATTISTINI – N. PIANA – P. DE FEO, *Mutual Interactions Between Depression/Quality of Life and Adherence to a Multidisciplinary Lifestyle Intervention in Obesity*, «The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism» 97 (2012), n. 12, pp. E2261-E2265.

⁴⁷ N. PIANA – D. BATTISTINI – L. URBANI – G. ROMANI – C. FATONE – C. PAZZAGLI – P. DE FEO, *Multidisciplinary Lifestyle Intervention in the Obese: Its Impact on Patients' Perception of the Disease, Food and Physical Exercise*, «Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases» 23 (2013), n. 4, pp. 337-343.

indagare la complessità di una realtà come quella di chi è affetto da una malattia cronica e necessita di un cambiamento dello stile di vita.⁴⁸ Di rilievo per il presente scritto, sono i risultati relativi ai fattori di sostegno al cambiamento che evidenziano come la dimensione relazionale, l'esperienza di condivisione, ascolto e confronto poste alla base dell'intervento stesso, rappresentano degli elementi cardine per il cambiamento. Dalle interviste emerge come per più della metà dei partecipanti, il cambiamento è stato possibile poiché avvenuto all'interno di una relazione che ha saputo "prendere per mano", "sostenere", incoraggiare e coinvolgere nel percorso, in cui il principale fattore di sostegno è stato rappresentato dal "sentirsi bene" al Centro e con gli operatori. La sensazione di "essere in buone mani", di vedere persone che "sanno prendersi cura dell'Altro" con pazienza, fiducia, comprensione, professionalità sono aspetti ricorrenti nelle interviste. Ulteriori punti di forza per gli intervistati sono le competenze umane e relazionali del personale del C.U.R.I.A.MO., di cui restano, anche a distanza di tre anni, ricordi circa la loro "preparazione", "gentilezza", "presenza costante", "disponibilità", "capacità di avere una parola per tutti e di spiegare le cose con semplicità" e "umanità". Analogo valore viene riconosciuto al gruppo, quale contesto privilegiato del modello di cura e punto di forza dell'esperienza. L'ultimo aspetto vincente individuato dalla ricerca, è il benessere generato dal modello stesso, in termini di positività e piacevolezza del percorso intrapreso. In altre parole, il legame affettivo che si instaura durante l'intervento con professionisti e altri utenti rende l'ambiente più familiare, facilitando la frequenza al Centro, riducendo gli indici di drop out e supportando l'impegno al cambiamento.

Questi risultati sembrano avvalorare l'ipotesi per cui non sia solo il percorso di cura ad avere in sé gli "ingredienti" per il cambiamento, ma essi sono enfatizzati (e resi possibili) dalla co-partecipazione, collaborazione, scambio affettivo tra gli attori del percorso stesso, nella relazione tra loro e con i professionisti. In tale prospettiva il bene relazionale contribuisce al benessere, promuovendo uno stile di vita più salutare.

⁴⁸ S. BLASI – C.E. HILL, *La Ricerca Qualitativa Consensuale come metodo di ricerca qualitativa per le scienze sociali, la psicologia e la psicoterapia: aspetti teorici e linee guida pratiche*, «Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale» 21 (2015), n. 1, pp. 73-97.

Riflessioni conclusive

Contributi psicologici sul tema dei beni relazionali, enfatizzano come il benessere della persona e della società non sia solamente correlato a beni materiali, ma anche intimamente alla dimensione profondamente relazionale. Il presente lavoro desidera sollecitare l'attenzione del lettore sulla dimensione psicologica del bene relazionale che, sebbene ancora poco approfondita, offre un contributo saliente in merito alle molteplici declinazioni del costrutto sia a livello di benessere soggettivo che di benessere psicologico.

In conclusione, riprendendo il titolo del presente contributo *Beni relazionali e benessere: un "incontro" possibile?* emerge come tale incontro non sia soltanto possibile ma soprattutto auspicabile, quasi necessario. Se il benessere (nelle sue diverse accezioni) è un bene relazionale, la relazione è un bene che sostiene il benessere. Dunque la relazione è il bene. E il bene è la relazione. Per questa via i beni relazionali sono beni che consentono la realizzazione piena (benessere soggettivo) dell'individuo e concorrono alla realizzazione del Bene della comunità, del Bene Comune contribuendo quindi al benessere psicologico, alla salute in generale intesa come l'insieme delle risorse (non solo delle difficoltà) e dei significati che gli individui danno agli eventi.

