

ECO-LOGOS

Pensiero ecologico, ruolo della scienza, riflessioni sugli esseri umani e il loro rapporto con il pianeta

AMMALARSI DI SOLASTALGIA: IL DOLORE DI RESTARE IN UN LUOGO CHE NON CONSOLA PIÙ

Annamaria Colacci • Arpa Emilia-Romagna



Ci sono perdite che non fanno rumore. Non hanno la chiarezza definitiva di un lutto, non hanno una data precisa, non si lasciano registrare in un certificato.

Eppure segnano, bruciano.

Accadono quando il luogo che ci ha custoditi cambia volto: l'albero che guardavamo dalla finestra scompare, la riva dove costruivamo castelli di sabbia arretra sotto la pressione del mare, il prato dietro la casa dei nonni, dove inseguivamo le lucciole nelle sere d'estate accompagnati dal frinire dei grilli, è diventato cemento.

Resta una ferita aperta che non si rimargina mai, un dolore che non ha consolazione: ci si ammala di solastalgia.

Il termine *solastalgia* viene coniato nel 2003 dal filosofo Glenn Albrecht, un pioniere del pensiero transdisciplinare, che ha riconosciuto la necessità di arricchire il lessico quotidiano con nuovi termini adatti a descrivere quelle che lui chiama *le emozioni della Terra*.

Albrecht introduce la categoria delle *psicopatologie terratiche* o *psicoterratiche*, per descrivere forme di sofferenza psichica che derivano da una relazione compromessa con gli ambienti di appartenenza: luoghi devastati dall'estrazione mineraria, paesaggi resi irriconoscibili dal cambiamento climatico, territori resi invivibili da inquinamento, incendi o siccità prolungate.

All'interno di questo quadro, le psicoterratiche includono un ventaglio di fenomeni che va dall'eco-ansia alla disperazione climatica, dal lutto ecologico alla nostalgia per paesaggi perduti, fino a esperienze più diffuse di alienazione e disorientamento

legate alla percezione di un pianeta in rapido mutamento.

Ciò che le accomuna è il nesso esplicito tra vissuto emotivo e condizioni ecologiche, non più sfondo neutro dell'esistenza umana ma dimensione attiva e vulnerabile, capace di generare nuove forme di disagio.

Questo lessico emergente non ha soltanto una funzione descrittiva: offre strumenti concettuali per riconoscere e nominare sofferenze che, altrimenti, rischierebbero di essere lette esclusivamente in chiave individuale o psicopatologica tradizionale. Contemporaneamente apre uno spazio di riflessione transdisciplinare, in cui psicologia, filosofia, scienze ambientali e discipline sociali possono dialogare per comprendere come i processi di degradazione ecologica stiano ridefinendo le traiettorie della salute mentale.

Albrecht considera la nostalgia come una forma antica di malattia psicoterratica, anche se questo termine fu coniato nel 1688 dallo studente di medicina alsaziano Johannes Hofer.

Un tempo la nostalgia era concettualizzata come una patologia diagnosticabile, associata alla melanconia e sperimentata da persone lontane dalla propria casa e desiderose di farvi ritorno. Le popolazioni indigene e i rifugiati, espropriati o costretti a fuggire dalle loro terre d'origine, sono probabilmente soggetti a sperimentare la patologia della nostalgia. Guerra, sovrappopolazione e cambiamento climatico sono destinati a diventare, nel XXI secolo, importanti fattori generatori di nostalgia come grave forma di malattia psicoterratica.

Se l'espropriazione e la separazione forzata dalla propria casa possono essere fattori scatenanti di sofferenza indotta dall'ambiente, che dire di una sofferenza analoga in persone

che non sono state costrette a spostarsi? Anche chi continua a vivere nel proprio ambiente domestico può sperimentare una sofferenza legata al luogo, di fronte all'esperienza vissuta di un profondo cambiamento ambientale. Ciò che a queste persone manca è il sollievo o il conforto derivante dal loro rapporto presente con la "casa". Per questo è necessario definire una nuova forma di malattia psicoterratica, la solastalgia.

Solastalgia deriva dall'unione della parola latina *solacium*, conforto, rifugio, e del termine greco *algos*. Nella mitologia greca Algos era il dio del dolore, figlio della Discordia (Eris), fratello e compagno di Limos (la fame) e di Lethe (l'oblio). Algos personifica una forza oscura e irrazionale che porta sofferenza, disordine e una percezione distorta della realtà.

È in questa radice etimologica che va ricercato il vero significato di solastalgia, al di là delle derive che questa parola ha subito negli ultimi anni.

Solastalgia è il dolore per la perdita del proprio rifugio, del posto del cuore, è il rapporto spezzato con il proprio ambiente quotidiano, è la sofferenza provocata dal cambiamento ambientale nel luogo in cui si vive, mentre si continua a viverci, è la nostalgia di casa quando ancora si è a casa, è la fame di memoria quando i ricordi si perdono e si rischia l'oblio. Non è la mera preoccupazione del futuro, come l'eco-ansia. La solastalgia è un dolore più intimo, infinitamente personale, difficile da condividere e che, proprio per questo, a lungo andare, genera depressione. Eco-ansia e solastalgia si intrecciano, ma non coincidono.

Chiunque abbia sperimentato la violazione o la mutilazione di un luogo intimamente familiare sa quanto questo effetto possa essere concreto. Non è necessario pensare a catastrofi spettacolari: basta talvolta la perdita improvvisa di un albero antico, di una visuale quotidiana, di una trama di ombra, suoni e continuità sedimentata negli anni. Il luogo resta lì, eppure non è più lo stesso. E con esso non è più lo stesso nemmeno lo sguardo di chi lo abita.

La storia della solastalgia è interessante anche dal punto di vista epistemologico. Il concetto nasce come parola potente, capace di intercettare un vissuto reale, ma il primo tentativo di accreditarlo scientificamente appare debole. I casi studiati da Albrecht, nei contesti dell'estrazione mineraria a cielo aperto e delle ricadute delle centrali elettriche così come della grave siccità, entrambi studiati nello Stato del New South Wales, in Australia, hanno un valore suggestivo e descrittivo, ma non bastano da soli a fondare un costrutto robusto, delimitato e generalizzabile. Sarebbe però un errore concludere, da questa debolezza iniziale, che il fenomeno sia irrilevante. Più correttamente, si può dire che la parola ha preceduto la maturazione della ricerca. Molte esperienze umane vengono nominate prima sul piano fenomenologico e solo successivamente descritte con maggiore precisione sul piano psicologico o psichiatrico.

La letteratura recente collega la solastalgia ad ansia, depressione, stress post-traumatico, rabbia, impotenza e perdita di continuità identitaria, specialmente nei contesti segnati da incendi, siccità, estrazione e degradazione progressiva del paesaggio. Per rendere queste esperienze analizzabili sul piano empirico, la solastalgia è stata progressivamente tradotta in costrutti operazionalizzabili, mediante strumenti psicometrici dedicati. I concetti operazionalizzabili sono costrutti teorici astratti come, ad esempio, intelligenza, ansia, qualità della vita che possono essere tradotti in variabili empiriche osservabili e misurabili. Sono stati così sviluppati e, in misura diversa, sottoposti a validazione vari questionari, tra cui la sottoscala di solastalgia

dell'*environmental distress scale*, la più recente *brief solastalgia scale* e la *scale of solastalgia* (Sos).

Le scale di solastalgia permettono di quantificare l'intensità del vissuto di *distress* legato al degrado del proprio ambiente di vita e di correlare questo indice con esiti psicologici (ansia, depressione, sindrome post-traumatica e benessere).

Questi strumenti sono stati applicati in popolazioni esposte a incendi, siccità e ad altre forme di degrado ambientale, con l'obiettivo di quantificare l'intensità del vissuto solastalgico e di esplorarne le associazioni con diversi esiti di salute mentale. In alcune coorti, ogni incremento di un punto nelle misure di solastalgia è associato a un aumento significativo (circa 26%) della probabilità di *distress* psicologico clinicamente rilevante. Studi recenti mostrano che la solastalgia può mediare la relazione tra esposizione a eventi come i grandi incendi (per esempio il *bushfire* 2019-2020 in Australia) e gli esiti di salute mentale, inserendosi come anello psicologico intermedio tra impatto ambientale e sintomi.

In termini più generali, le *review* concludono che la solastalgia è probabilmente uno dei fattori che contribuiscono agli effetti negativi del cambiamento climatico e del degrado ambientale sulla salute mentale, e che andrebbe considerata nei programmi di prevenzione e intervento.

La crisi ecologica non produce soltanto danni fisici, economici o sanitari in senso stretto. Produce anche una ferita affettiva e identitaria: la perdita del legame con i luoghi che ci definiscono. Chiamarla solastalgia aiuta a darle dignità culturale, clinica e politica.

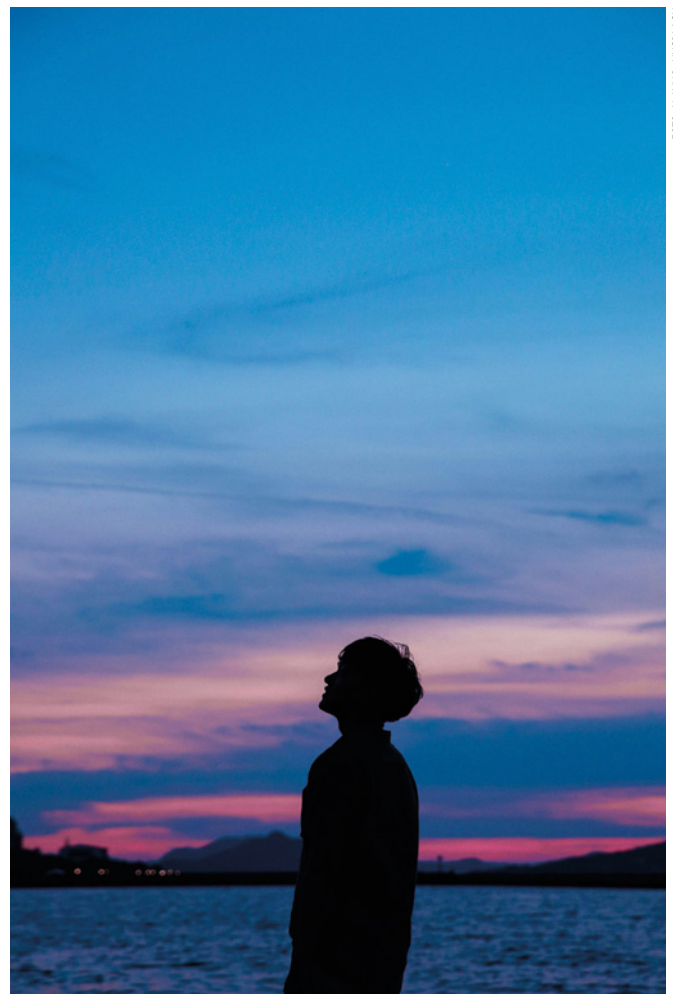


FOTO: N. INHO, UNISPLASH