

Quaderni di Comunità

Persone, Educazione e Welfare

nella società 5.0

Community Notebook
People, Education, and Welfare in society 5.0

n. 3/2024
**HUMAN FLOURISHING FOR WELLBEING
IN SOCIETY, COMMUNITIES
AND ORGANIZATIONS**

edited by
Eugenia Blasetti, Cecilia Costa, Maria Chiara De Angelis,
Eugenio De Gregorio, Andrea Velardi



Iscrizione presso il Registro Stampa del Tribunale di Roma
al n. 172/2021 del 20 ottobre 2021

© Copyright 2025 Eurilink
Eurilink University Press Srl
Via Gregorio VII, 601 - 00165 Roma
www.eurilink.it - ufficiostampa@eurilink.it
ISBN: 979 12 80164 92 6
ISSN: 2785-7697 (Print)
ISSN: 3035-2525 (Online)

Prima edizione, maggio 2025
Progetto grafico di Eurilink

È vietata la riproduzione di questo libro, anche parziale, effettuata
con qualsiasi mezzo, compresa la fotocopia

INDICE

EDITORIALE <i>Cecilia Costa, Andrea Velardi</i>	11
RUBRICA EDUCATION	17
1. Benessere e partecipazione dei giovani leader nelle aree rurali dell'Europa sud-occidentale. Il progetto YouLeaders <i>Maria Chiara De Angelis, Valentina Volpi</i>	19
2. Il BEN-ESSERE nell'era delle innovazioni digitali: come affrontare i cambiamenti in campo educativo bilanciando rischi ed opportunità <i>Ezia Palmeri</i>	35
RUBRICA EMPOWERMENT	49
1. CENSIS, OCSE e una lezione dal passato per contrastare la disinformazione e promuovere il benessere della democrazia <i>Monica Constantin, Oscar Fulvio Benussi</i>	51
2. L'associazionismo familiare, luogo di promozione dell'umano <i>Pinella Crimi</i>	59
SAGGI	67
1. Il potere dell'esperienza emotiva. Riflessioni sociologiche sulle emozioni come strumenti per il benessere bio-psico-sociale <i>Mariangela D'Ambrosio</i>	69

2. Flourishing, relationships and Self <i>Sara Pellegrini</i>	95
3. La felicità tra apparenze e insidie <i>Michela Luzi</i>	123
4. Flourishing per il benessere: l'esperienza dei counselor <i>Andrea Casavecchia, Alba Francesca Canta, Maria Alessandra Molè, Benedetta Turco</i>	145
5. Human flourishing for wellbeing in society, communities and organizations: A case study in Bangladesh <i>Kamrunnahar Koli</i>	173
6. ChatGPT in ambito educativo universitario: una prospettiva integrata per il benessere della persona <i>Edvige Danna</i>	233
APPROFONDIMENTI	267
1. “Aggiustare il mondo” con Paul Farmer, l'avvocato degli ultimi della Terra <i>Jean-Gabriel Bela</i>	269

1. IL POTERE DELL'ESPERIENZA EMOTIVA. RIFLESSIONI SOCIOLOGICHE SULLE EMOZIONI COME STRUMENTI PER IL BENESSERE BIO-PSICO- SOCIALE

di Mariangela D'Ambrosio*

Abstract: Il potere dell'esperienza emotiva è centrale in molti studi transdisciplinari, dove le emozioni sono considerate non solo come processi relazionali complessi dotati di "razionalità", ma anche come strumenti di benessere olistico. Questo saggio esamina i comportamenti basati sulle emozioni attraverso la sociologia classica ed emotionale, nel contesto della *human flourishing*. Vengono, inoltre, condivisi i risultati di due studi sociali: uno focalizzato sugli studenti universitari nel periodo post-pandemico e l'altro sulla supervisione professionale degli assistenti sociali.

Keywords: emozioni; *human flourishing*; sociologia; benessere; relazioni sociali e professionali.

Abstract: The power of emotional experience is central to many transdisciplinary studies, highlighting emotions as complex relational processes with "rationality" and as tools for holistic well-being. This essay examines emotion-based behaviours through classical and emotion sociology within the context of human flourishing. It also shares outcomes from two social research studies: one focusing on college students in the post-pandemic period and the other on professional supervision of social workers.

* RtdA in Sociologia Generale, Università degli Studi del Molise,
mariangela.dambrosio@unimol.it.

Accettato Novembre 2024 - Pubblicato Dicembre 2024.

Parole chiave: emotions; human flourishing; sociology; well-being; social and professional relations.

Introduzione

L'uomo-soggetto è stato studiato, fin dalle origini, attraverso il rapporto con il mondo oggettivo senza tener conto della radice emotiva che è stata analizzata quasi esclusivamente come elemento perturbante della razionalità e, dunque, degli agiti individuali e gruppali.

Gli stati emotivi, invero, sono da sempre categorizzati culturalmente in negativi e positivi, consentiti o proibiti: in una società in cui l'organizzazione è egemone sull'emozione, sulla soggettività, il sentire sé stessi e gli altri diviene ignoto, illecito, anormale, "eccezionale", quasi patologico (Cambi, 1998).

Le emozioni sono (state) viste, cioè, come una mera disfunzione dell'azione e un deterioramento della condotta (Lacroix, 2001; Damasio, 2008).

La stessa *human flourishing* (Annas, 1998; MacIntyre, 1999; Archer, 2017), che pur si nutre della vasta gamma emozionale quale elemento fondante il benessere bio-psico-sociale e delle relazioni umane, ha stentato a trovare un suo spazio di riflessione.

All'opposto, oggi si sta "riscoprendo" l'interesse sociologico perché è anche *l'Homo Sentiens* a gestire ed integrare, nella società e nelle relazioni sociali, scelte, orientamenti, idee, valori, azioni in base alle sensazioni "emergenti" che possono incidere parimenti sulla razionalità in un processo di "fioritura" evolutivo (Knafl e Rodgers, 2000). Le emozioni come elementi costitutivi dei comportamenti, infatti, producono conoscenza e restituiscono conoscenza nel circolo delle interazioni (Frijda, 1988; Cattarinussi, 2000; Turner e Stets, 2005; Cerulo, 2010, 2014, 2018; Cominelli,

2016; Hochschild, 2013).

Le emozioni, va ricordato, sono «centrali per la comprensione del comportamento umano sia per quanto riguarda l'individuo e la sua storia privata sia per quanto riguarda la società e i suoi valori collettivi» (Cattarinussi, 2000:14).

1. La disciplina sociologica e l'"inesplorato emotionale"

La sociologia ha faticato, per lungo tempo, ad occuparsi delle emozioni come campo specifico di ricerca per diversi ordini di motivi: da un lato, il fatto che le emozioni fossero oggetto della scienza filosofica – si pensi alla dicotomia ragione/passioni di Cartesio¹ - e, dall'altro, tema investigativo della scienza medica e psicoanalitica (emozioni come biologiche e pulsionali).

Si pensi all'enfasi sulla distinzione netta fra ragione ed emozioni le quali rappresentano, per lo più, “aspetti primitivi, pericolosi, irrazionali, istintivi, corporei” (Costa, 2006), e “malattie dell'anima” come le descrive Platone nel Fedone; contrastanti e conflittuali fra loro dove anima e corpo sono due sostanze distinte, irriducibili l'una all'altra. In altre parole, indipendenti².

Altresì, sono da considerare anche le spinte religiose e dottrinali di riferimento che hanno inibito una più libera espressione emotiva: per l'orientamento cristiano, ad esempio, l'emozione come passione non è possibile se non come redentrice ed espressione di compassione (ossia soffro con, insieme a...). Le emozioni come passioni vanno, al contrario, rifiutate, in quanto sinonimo di peccato

¹ Si vedano, fra gli altri, gli assunti teorici di Hobbes, Pascal e Hume.

² A tal proposito, Platone descrive nel Fedro le emozioni attraverso la metafora della ‘biga alata’ la quale è trainata da due cavalli: uno sensibile alle passioni, l’altro alle questioni spirituali. La ragione è rappresentata, invece, dall’auriga che ha il compito di guidare i cavalli.

carnale (colpa).

La sociologia delle emozioni (Hochschild, 1983; Kemper, 1990; Turner e Stets, 2005) nasce, invece, in risposta a queste impostazioni unidirezionali e per porre al centro i legami e le relazioni come “ambienti” e “spazi” nei quali gli aspetti emozionali non vengono più visti come elementi disturbanti la ragione e la razionalità umana ma diventano componenti fondamentali ed essenziali (per la comprensione) dell’agire umano nell’iper-complessità.

In altri termini, il ruolo dell’attore sociale – altamente emozionale – non è

in contrapposizione all’attore razionale e normativo, ma ne è invece un’altra faccia, una sua parte costitutiva e ineliminabile e non va inteso come un soggetto spontaneo, libero da vincoli e costrizioni. Anche quest’attore si muove entro limiti e confini culturali, si esprime a seconda delle risorse che il proprio contesto sociale e culturale gli mette a disposizione e si muove all’interno di un sistema di regole che governano la formazione, l’espressione e il controllo delle emozioni. [...] Parlare di un attore puramente razionale o puramente emozionale è un’astrazione che impedisce la comprensione dell’agire individuale e collettivo e dell’azione sociale (Turnaturi, 1995:14).

Ecco, allora, che la sociologia (ri)trova vigore nell’esplorazione delle emozioni come strumento trasformativo, espressione delle relazioni e del legame sociale a partire dalla riscoperta dei sociologi classici – si pensi al maestro Durkheim – che sottolineano quanto il sistema emozionale giochi un ruolo fondamentale su quello della ragione nel mantenimento dell’ordine sociale grazie alla condivisione di norme e valori comuni. Studiare le emozioni equivale a studiare cosa tiene unite le società.

È riflettere, soprattutto nel contesto critico attuale,

sull'effervescenza collettiva³ (Durkheim, 2005) ossia sul (grado di) coinvolgimento emotivo e sull'energia emozionale utile al rafforzamento della condivisione di ideali collettivi alla base del possibile cambiamento sociale. Dalle emozioni, invero, è possibile passare alle azioni con un 'orientamento alla cognizione' (Hochschild, 1983).

L'eredità classica e contemporanea della sociologia delle emozioni, ma della stessa scienza sociologica nelle sue diverse anime è, pertanto, vastissima e consente di lavorare su piste riflessive, ermeneutiche e pragmatiche riguardanti l'"inesplorato emozionale" della e nella società iper-complessa: molti sono gli ambiti di indagine e di ricerca non ancora esplorati o poco noti alla sociologia che sono densi di connessioni ed implicazioni emozionali caratterizzanti la vita dell'attore sociale contemporaneo⁴.

L'uomo post-moderno va considerato, cioè, nella molteplicità di ruoli, di identità, di azioni, di comportamenti e di pensieri tra sfera individuale e sfera sociale⁵.

³ Durkheim si concentra sull'importanza dei simboli religiosi aventi una sorta di qualità sacra, al di là e con l'aspetto religioso. Questi hanno piuttosto il potere di suscitare emozioni intense fra gli individui che può essere, secondo il sociologo, di due tipologie: uno che rispecchia gli elementi culturali di riferimento, l'altro riguardante il controllo individuale delle proprie azioni in base alle emozioni provate. Le emozioni, non a caso, sono connesse a diversi elementi, fra questi: i valori culturali, le ideologie, le norme morali; i simboli esterni; i rituali ed i momenti sacri ad essi collegati; comunicazione e parola; eventuali "sanzioni" qualora non si rispettassero tali riti (Turner e Stets, 2005).

⁴ Si pensi al ruolo delle tecnologie e alle implicazioni dell'IA in tutti i campi relazionali e del sapere umano con un forte impatto sulla stessa società umana.

⁵ Sono sfere che, ad oggi, sono influenzate dall'*onlife* ossia da una condizione ibrida fra mondo tangibile e digitale che sempre più connota le nostre società. Come le mangrovie vivono a metà fra acqua dolce e salata così noi tutti viviamo nella doppia dimensione reale-virtuale (Floridi, 2015).

2. Emozioni, interazione sociale e benessere: una connessione complessa ma interdipendente ed interconnessa nell'era della post-modernità

L'attore sociale non è soltanto ‘razionale’ ossia guidato da logiche strumentali ed utilitaristiche ma è anche *Homo Sentiens* (*o Patiens*) le cui emozioni rappresentano la possibilità di sentire e gestire, attraverso specifiche regole emozionali (Hochschild, 1983), gli agiti quotidiani nella società. Più ci si sente in “sintonia” con sé e soprattutto con gli altri, più il legame sociale è saldo (Ritzer e Stepnisky, 2018). E, dunque, più si è in ‘equilibrio’.

D'altra parte, va considerato che il legame sociale rappresenta uno tra i fattori protettivi alla frammentazione e alla fragilità individuale e sociale connotante la società attuale⁶.

In tal senso, le emozioni tutte giocano un ruolo cruciale anche quando si riflette sulla connessione fra legame sociale e benessere: i fattori biologici, psicologici e sociali concorrono, invero, ad una condizione di completa salute (OMS, 1946; 1998; von Bertalanffy, 1968). Si tratta, cioè, di uno status esistenziale nel quale le emozioni, in particolare, mettono in moto, muovono⁷ l'agente sociale in una dimensione di costante (ri)definizione del suo sé e di formazione della società nell'interazione.

Invero, l'individuo esiste e pensa grazie all'interazione sociale (Mead, 1934; Blumer, 1969; Rose, 1962; Mains e Meltzer, 1978) in quanto egli è in una dinamica reciprocità con gli altri, costituendo se stesso sulla base di questi processi interattivi che, a

⁶ In tal senso, si veda la riflessione sull'indebolimento dei legami sociali e la crisi del Welfare e dei sistemi di politiche ed interventi socio-assistenziali, nel più ampio panorama di “crisi” che l'individuo, ad oggi, sta vivendo: Ascoli e Sgritta (2020).

⁷ Da e (ex) - “moveo”, che vuol dire “muovere”. Il prefisso “e” genera il suo significato di “muovere da” e conduce all'emozione come movimento da, come flusso di un agire che si trasferisce sempre dinamico. Dunque, dal livello individuale al livello sociale.

loro volta, costituiscono la società.

Le stesse emozioni, secondo tale impostazione, sono dinamiche poiché riflettono gli impulsi relazionali, culturali e sociali del contesto di riferimento: essi si modulano in base al comportamento effettivo e atteso dagli altri (Cattarinussi, 2006). Le emozioni permettono nella relazione di esplicarsi nel sistema di aspettative socialmente condivise e nel sistema di comportamenti ad esse collegato (Harré, 1992). Nell'interazione sociale c'è, infatti, una comprensione di tipo intersoggettivo intriso di emotività.

In altre parole, sono i processi di socializzazione e la costruzione dell'identità sociale dell'uomo ad essere caratterizzati dalle emozioni nell'incontro con e nella società⁸.

Un processo di co-costruzione delle emozioni che può incidere sulla sfera del proprio benessere dove importante diventa la loro regolazione: controllo, gestione, autocontrollo e autogestione delle emozioni sono strumenti che consentono di accomodare un'attivazione emotiva (o più) in una data circostanza comunicativo-relazionale. Si tratta di lavorare sull'interdipendenza fra intelligenza cognitiva e intelligenza emotiva⁹, di quella parte razionale ed emozionale che, nella sintesi relazionale, consente di elaborare una strategia per l'equilibrio delle due sfere.

Il benessere emotivo, come parte integrante del sistema benessere nella sua globalità e della *human flourishing* (Bishop, 2015) è, dunque, di tipo sociale oltre che individuale (ed è razionale allo stesso tempo) perché implica il dotarsi di piani di azione utili all'evoluzione e alla gestione delle emergenze della vita (Goleman,

⁸ Va sottolineata, a tal proposito, la teoria del sé riflettente (*looking glass-self*) di Cooley (1902): l'individuo proietta sé stesso nella società e quel suo riflesso va a definire sé stesso poiché frutto delle percezioni che gli altri hanno e gli rimandano di lui.

⁹ Invero, vi è una terza intelligenza quella sociale di cui parla Goleman (2016) come consapevolezza sociale (ascolto, cognizione sociale, etc.) e come abilità sociale o gestione della relazione sociale (influenza, sollecitudine, etc.).

2016).

Al contrario, molti modelli di socializzazione (anche digitali) – interagendo in un contesto sociale “incerto” – non rendono facile questo compito in quanto inibiscono o favoriscono emozioni specifiche rispetto ad altre, finendo per disorientare l’individuo¹⁰ e per rendere faticoso il processo di ri-acquisizione del benessere¹¹.

Ecco perché risulta necessario considerare il reale potere dell’esperienza relazionale nella sua compagine ed espressione emotiva quale strumento di emancipazione e “fioritura” della società.

3. Gli “spazi relazionali” della human flourishing e il potere dell’esperienza emotiva nella società dell’incertezza

Nel disordine globale della società post-moderna sembra esistere una diffusa incertezza che non riguarda solo aspetti materiali, ma che si estende alla dimensione esistenziale (Bauman, 1999). Invero, i tradizionali punti di riferimento sociali come la famiglia, la comunità e la possibilità di trovare uno spazio occupazionale sono venuti meno, con un conseguente aumento dell’ansia, dello stress e della paura del futuro. A fronte anche delle numerose “crisi” – ambientale, politica, economica, socio-culturale, etc. – tipiche del momento storico attuale.

La società dell’incertezza, quella nella quale viviamo, pare sia quindi marcata da un processo di individualizzazione, dove gli individui sono sempre più manchevoli di reti di supporto collettive; una condizione che amplifica il senso di vulnerabilità e isolamento (*Ibidem*).

¹⁰ Si veda la questione della “commercializzazione” delle emozioni in Hochschild (1983; 1997; 2003).

¹¹ Si pensi alla depressione, al *burn-out*, all’isolamento sociale, all’angoscia verso il futuro, al suicidio.

In un contesto così delineato, parrebbe allora che non ci sia “spazio” per la *human flourishing* e per le emozioni ad essa connesse: al contrario, è proprio il potere relazionale connotato dalle esperienze emotive a rappresentare una fra le vie possibili della ricerca del benessere non individuale ma collettivo e della “rinascita” sociale.

La promozione dell’equità, del legame sociale, dell’egualianza e le pari opportunità rappresentano, più propriamente, quel potenziale che consente di superare i conflitti, le diseguaglianze e le violazioni di diritti (Brewis, 2017).

Se la *human flourishing* è la condizione in cui tutti gli aspetti della vita della persona sono positivi e buoni (VanderWeele, 2017) è realistico, dunque, considerare le emozioni come sotse e creative dei legami sociali fra le persone, gli altri e ai mezzi per raggiungere il pieno sviluppo umano (Sen, 1979; Nussbaum, 1995; 1997; 2003; 2009; 2011). La stessa empatia – o risonanza empatica come espressione dell’esercizio relazionale, dell’attenzione profonda verso gli altri – ne è un esempio importante. Si pensi, altresì, alla gratitudine e all’amore fra le emozioni esperite che rappresentano, fra le altre, modalità e possibilità di sostenere la vita sociale ossia quegli spazi relazionali a carattere altamente emotivo (Lee e Contreras, 2023).

Come sottolinea Cerulo (2018) richiamando Manstead (1991), le emozioni svolgono funzioni sociali fondamentali non solo perché creano valori e credenze ma perché danno vita a comportamenti quali espressione e manifestazione dell’appartenenza ad un gruppo e alla società.

Supportare tali capacità implica, pertanto, «riflettere sulla sua libertà di condurre differenti tipi di vita» (Sen, 1993:100) e, dunque, emanciparsi, autodeterminarsi¹² nonché esercitare i diritti

¹² Si tratta del *sense of self-efficacy* che rientra tra i determinanti la *Human flourishing*.

umani (anche nella loro accezione di diritti sociali) ed usufruirne, soprattutto quelli afferenti alla sfera delle libertà.

La connessione fra la vasta gamma emozionale e la *human flourishing* è, allora, molto stretta anche in tempi di cambiamenti sociali e “traumi” profondi: le emozioni sono fondamentali per il benessere e lo sviluppo umano, in termini di obiettivi, scopi e possibilità (Ryan, *et al.*, 2013) in quanto già intrinsecamente votate al senso di prosperità e di *flourishing* (Gallager, 2009), nutrimento per vivere una vita sociale piena e soddisfacente (Plumb, 2014).

To flourish means to live within an optimal range of human functioning, one that connotes goodness, generativity, growth, and resilience (Fredrickson *et al.*, 2005.) Quindi la *human flourishing* non tanto come individuale ma elemento contributivo alle “*flourishing societies*” (Stevenson, 2022).

3.1 Il benessere in accademia nel periodo post-pandemico. Focus sugli studenti e sulle studentesse in Unimol

Per cercare di indagare le possibili esperienze emotive e le pratiche sociali, nonché le conseguenze e l’impatto emotivo e relazionale che il Covid-19 ha generato sui giovani e sulle giovani studiosi/e¹³, ho condotto una ricerca di tipo esplorativo su un campione di 115 studenti e studentesse dell’Unimol, Università degli Studi del Molise nell’ a.a. 2022/2023¹⁴.

La prevalenza del campione è di genere femminile, fra i 21 e

¹³ La ricerca si è inserita nella più ampia volontà di indagare il tema della costruzione di possibili memorie pandemiche create (eventualmente) nei due lockdown del 2020 da parte dei giovani studenti e delle giovani studentesse insieme alle relative emozioni esperite. Per questo, si veda D’Ambrosio (2023).

¹⁴ In particolare, la ricerca è stata condotta su due Dipartimenti dell’Ateneo: Economia e Medicina (per la Filiera del Corso di Studi in Scienze del Servizio Sociale, afferente ad Economia e il Corso di laurea in Scienze Motorie e magistrale AMPA - Scienze Motorie Adattate, afferente a Medicina).

i 25 anni, iscritte ad un percorso di laurea triennale maggiormente a vocazione sociale-umanistico. Inoltre, agli stessi studenti e alle stesse studentesse è stato chiesto di inoltrare ai colleghi il link, quindi tramite lo *snowball sampling* ossia il campionamento a valanga.

Per lo studio è stato utilizzato lo strumento della *web survey*, una fra le metodologie della ricerca sociale più immediata e pratica che ha consentito non solo la registrazione automatica dei dati nella matrice ma anche e soprattutto la possibilità di raggiungere quanti più rispondenti.

Dalle parole di quest'ultimi è emerso che il Covid-19 sia stato, innanzitutto, un ‘fatto eccezionale’ e anche ‘traumatico’ che ha comportato un radicale cambiamento nella gestione della quotidianità i cui tratti emotivi sono stati “forti”. In un’indagine pilota sulle Memorie pandemiche fra locale e globale, infatti, è ricorso molto l’aggettivo “surreale”, quasi ad indicare un momento di alterazione profondo della normalità.

Lo stesso legame sociale è stato messo in discussione per gli intervistati e le intervistate, fra momenti piacevoli vissuti nelle cerchie sociali primarie – famiglia e coppia – e momenti spiacevoli, dolorosi in cui la volontà di ricordare quanto esperito trovava un qualche bilanciamento nella volontà di dimenticare o di “dislocare” la memoria (50%). Anche perché, a detta loro, hanno dovuto ri-centrarsi rispetto al ciclo di vita che stavano vivendo e rispetto al confinamento sociale (50%).

L’esperienza del lockdown (e della pandemia nel suo complesso) ha influito, allora, sul modo di pensare e costruire il futuro (e quello degli altri) dove il rischio corso è stato, altresì, quello di non riporre speranze in progetti e programmi sul lungo periodo.

Molti e molte (il 57%) hanno riportato un cambiamento rispetto al modo di sentire, provare e gestire le proprie ed altrui emozioni, dove tutto era molto “amplificato” e intenso e fra le

emozioni sentite soprattutto tristezza, in una riscoperta del lato emozionale, anche se in maniera più intensa.

Allo stesso tempo, il potere emotivo è stato tendente (almeno in parte) all'apatia e al distacco emotivo dove molti e molte hanno sottolineato la tendenza a focalizzarsi su di sé e poco sugli altri (famiglia, amici). Riflessioni queste che ripropongono il tema emozionale quale movente delle azioni sociali, fino a quelle intimità fredde (Illouz, 2017) dove, in generale, il rapporto con l'altro viene mediato al ribasso, evitando il trasporto e l'empatia.

A ciò ha contribuito, in gran parte, l'assenza dell'esperienza universitaria nel suo complesso intesa come insieme delle relazioni sociali e fra pari, esperienza di apprendimento dal vivo, di confronto e sperimentazione di attività formative, curriculari (ad es., fra gli altri, la partecipazione agli stage e ai tirocini) e non. La mancanza tangibile dei "luoghi" e di questi momenti interagenti ha rappresentato un deficit nel legame sociale che ha impattato fortemente sul benessere degli studenti e delle studentesse: quest'ultimi/e hanno dovuto traslare tali esperienze fisiche nel digitale, con un connaturato (nella comunicazione mediata dalla tecnologia) appiattimento dell'empatia e del coinvolgimento.

Inoltre, gli intervistati hanno provato spesso emozioni antitetiche (*"provo emozioni spesso contrastanti"*) che non sapevano ben discriminare e a cui non sapevano "razionalmente" dare una risposta ma che trovavano senso nello stesso momento storico-sociale pandemico: la gestione emotiva, e quindi la più complessa gestione della salute mentale della Generazione Z, è stata ugualmente (se non più) difficile nel contesto di crisi pandemica globale.

Una soddisfazione per la vita, quindi, che nelle fasi più acute di isolamento sociale ha riguardato le emozioni come carenza del legame sociale: il potere dell'esperienza emotiva, nel suo complesso e soprattutto in periodi di forte crisi sociale concerne, allora, il potere

di ragionare e investire sull'esperienza di vita, sul suo scopo e sul suo significato profondo nonché sulle azioni e sulle relazioni le quali possono anche risentire – in contesto “anomico”, come si è visto – del più vasto disorientamento sociale.

La *human flourishing*, infatti, considera il benessere anche come l’insieme di felicità e di soddisfazione per e della vita e, proprio per questo, va studiato e “misurato” tenendo conto di una molteplicità di fattori, fra cui quelli emotivi come motore attivo e generativo di comportamenti e non solo risposta agli stimoli esterni (Vander Weele, 2017; Rule *et al.*, 2024)¹⁵.

Health creation is so much more than prevention. Health and wellbeing are about human flourishing and agency, the conditions and communities in which we live, learn, play, and work, our social relationships, and planetary health. Creating health depends on nurturing environments, communities, and, above all, relationships that enable people to grow and develop. The best example is how a good parent, mentor, teacher, or leader acts. It is about creating resilience and confidence as well as physical, mental, and social wellbeing. In other words, human flourishing (Cirsp, 2021:1055).

3.2 La supervisione professionale come strumento di benessere emotivo per gli assistenti sociali. Un’esperienza riflessiva fra positività e limiti

«Il LEPS¹⁶ Supervisione del personale dei servizi sociali si colloca (...) nel quadro nazionale di rafforzamento del sistema complessivo di risposta ai bisogni sociali e si pone come un livello

¹⁵ Sul tema si veda: Fredrickson (1998) e Link al questionario: https://hfh.fas.harvard.edu/files/pik/files/globalfLOURISHINGstudy_report.pdf Si consulti anche *The Global Flourishing Study* (GFS) al link: https://hfh.fas.harvard.edu/global-flourishing-study?admin_panel=1.

¹⁶ LEPS - I livelli essenziali delle prestazioni sociali. Si veda, in particolare: <https://www.lavoro.gov.it/strumenti-e-servizi/strumento-di-accompagnamento-al-leps-supervisione>.

essenziale trasversale a tutti quelli previsti e definiti dal Piano Sociale Nazionale, al fine tanto di individuare le migliori risposte ai bisogni quanto di prevenire e contrastare i fenomeni di burn-out» (Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali)¹⁷.

La supervisione professionale per gli assistenti sociali, in particolare, è stata prevista in contesto italiano nel Piano Nazionale degli Interventi e dei Servizi-Sociali 2021-2023¹⁸ e viene definita come processo di supporto alla globalità dell'intervento professionale dell'operatore sociale, come accompagnamento di un processo di pensiero, di rivisitazione dell'azione professionale ed è strumento per sostenere e promuovere l'operatività complessa, coinvolgente, difficile degli operatori. In maniera ancora più dettagliata, essa è:

un sistema di pensiero-meta sull'azione professionale, uno spazio e un tempo di sospensione dove ritrovare, attraverso la riflessione guidata e il confronto di gruppo, una distanza equilibrata dall'azione, per analizzare con lucidità affettiva sia la dimensione emotiva, sia la dimensione metodologica dell'intervento per ricollocarla in una dimensione corretta, con spirito critico e di ricerca (Allegri, 2013:685).

La volontà, quindi, è quella di sviluppare conoscenze e competenze negli assistenti sociali utili per il lavoro professionale con le persone in termini metodologici, relazionali, deontologici e valoriali (nel e per il processo di aiuto) nonché per se stesse/i in termini di prevenzione e riconoscimento di condizioni stressanti e possibilmente logoranti. Si tratta di migliorare la soddisfazione e la qualità complessiva del lavoro svolto tramite incontri dedicati, sia individuali sia gruppali (ad es. mono-professionali ma non in via esclusiva), tramite l'auto-riflessione, l'auto-valutazione e l'analisi

¹⁷ In: <https://www.lavoro.gov.it/strumenti-e-servizi/LEPS-Supervisione/Pagine/default>.

¹⁸ In <https://www.lavoro.gov.it/priorita/Documents/Piano-Nazionale-degli-Interventi-e-dei-Servizi-Sociali-2021-2023.pdf>, p. 38 e pp. 54-59.

accompagnata e mediata da un professionista supervisore esperto assistente sociale (Merlini e Filippini, 2007).

Sono processi complessi che richiamano, a mio avviso, elementi propri della *human flourishing* declinati in contesto professionale: l'assistente sociale, infatti, deve quotidianamente confrontarsi con la complessità (culturale, sociale, organizzativo-relazionale)¹⁹, in un quadro di possibili strategie che deve individuare per risolvere problemi. Anche di carattere emotivo, dove il coinvolgimento nella relazione con le persone a lei/lui “affidate” necessita di essere mediato e guidato²⁰. In tal senso, trovare lo spazio e il tempo adeguati per riflettere e ragionare su tali dinamiche emotive rappresenta un necessario e buon fattore protettivo per il benessere globale dell'assistente sociale nonché per la sua autodeterminazione come professionista (Ryan, 2017).

Per chiarire ancora meglio, è bene operare un “parallelismo” fra il concetto di *human flourishing* e quanto connesso alla supervisione professionale in contesto sociale. Se è vero che il benessere secondo la *Human flourishing* è l’insieme di più aspetti della vita di una persona ossia di “happiness and life satisfaction; mental and physical health; meaning and purpose; character and virtue; close social relationships; financial and material stability” (Crabtree, *et al.*, 2021:8), è vero altresì che la supervisione tende a favorire e a far raggiungere, fra gli altri, proprio la salute mentale e fisica dell'assistente sociale (nell’elaborazione dei vissuti emotivi), in un sistema di riflessione sui significati e sugli scopi del suo lavoro (anche come insieme dei valori che muovono le azioni e le relative

¹⁹ E, in coerenza, si pensi al suo triplo mandato: istituzionale, professionale e sociale e a quanto previsto dal Codice Deontologico. Link al Codice degli assistenti sociali: <https://cnoas.org/wp-content/uploads/2020/03/Il-nuovo-codice-deontologico-dellassistente-sociale.pdf>.

²⁰ Si veda il tema della “giusta distanza”, dell’empatia e dell’ascolto attivo. Fra gli altri elementi-competenze richieste all’assistente sociale.

questioni deontologiche e responsabilità etiche)²¹.

Ciò è anche coerente con quanto previsto dal Codice Deontologico che, al Titolo III - Doveri e responsabilità generali dei professionisti, art. 16 che così recita: “*L’assistente sociale ricerca la collaborazione di altri colleghi o altri professionisti e percorsi di supervisione professionale ogni volta che lo valuti opportuno*”.

Quindi, la supervisione ha lo scopo di rafforzare l’identità professionale individuale e di gruppo insieme alla ristrutturazione degli strumenti relazionali e comunicativi che possono supportare il/la supervisionato/a fare analisi critica della propria attività, riconoscendo i momenti di affaticamento (in casi estremi burn-out) e i problemi emergenti e cercare di elaborarli.

In maniera specifica, si riportano alcuni brevi risultati di una prima progettualità di supervisione professionale sul territorio molisano svoltasi fra luglio e dicembre 2023 (e da maggio 2024, in essere), coinvolgendo tre assistenti sociali in ATS (Ambito Territoriale Sociale).

Lo spazio di riflessione sulla soddisfazione per la propria vita, anche e soprattutto professionale (Locke, 1976), ha considerato la vasta gamma emozionale che le professioniste provano quotidianamente in termini di regolazione emotiva (Gross, 2024).

Nello specifico, ed in accordo con la letteratura sul tema (Allegri, 2013; Bini, Pieroni e Bollino, 2017), fra le emozioni indagate emerse durante le ore di supervisione, in maniera ricorrente durante le attività sia di gruppo sia individuali: l’ansia, insieme alla paura, intesa come apprensione e sollecitazione continua, risposta all’attivazione delle richieste della dirigenza e delle performance richieste molto stringenti e legate a periodi di scadenze (rendicontazioni, verifiche finali, etc.); senso di solitudine ed impotenza soprattutto legati alla poca e non chiara comunicazione con la

²¹ In <https://www.lavoro.gov.it/strumenti-e-servizi/strumento-di-accompagnamento-al-leps-supervisione>, p. 14.

dirigenza, fra colleghi/e, con i beneficiari.

Il management emotivo, per un’assistente sociale e per i professionisti – in particolare di coloro che si occupano di questioni sociali complesse in contesti di integrazione (socio-sanitario, socio-educativo, etc.) tramite servizi di prossimità –, diventa cruciale per favorire non solo la loro adesione identitaria alla professione più coinvolgente e consapevole ma anche e soprattutto per contribuire al loro benessere lavorativo, organizzativo e personale (Barba, D’Ambrosio, 2021).

Acquisire tale autoconsapevolezza diventa un prerequisito fondamentale per l’assistente sociale nel lavoro di aiuto che svolge poiché è alla base dell’azione di definizione di sé nella relazione professionale con l’altro/i: comprendere di essere esseri “senzienti” rispetto alla persona che richiede aiuto è necessario affinché eventuali derive emotive possano essere controllate attraverso ruoli e confini ben definiti²². Si tratta di un lavoro con connotazione meta-cognitiva, che integra mente ed emozioni, che il professionista dovrebbe attuare anche per verificare l’andamento delle proprie azioni e le conseguenti conseguenze sull’utente (*Ibidem*).

È chiaro, d’altra parte, che bisognerebbe mettere a sistema questo percorso e dargli continuità in modo da accompagnare gli assistenti sociali in un tempo più lungo in cui elaborare le criticità incontrate e lavorare insieme, con il confronto e i diversi approcci metodologico-scientifici, sulle capacità di resilienza e sulla gestione di eventi ‘traumatici’.

La *human flourishing*, in tal senso e in questa declinazione, è principio guida rispetto al sostegno (alla resilienza) degli assistenti sociali degli operatori sociali tutti al fine di “prevenire fenomeni di burn-out; rafforzare l’identità professionale individuale; garantire la qualità del servizio offerta alla popolazione); (...) incrementare e

²² Si veda anche la questione legata ai Dilemmi Etici della professione.

migliorare le pratiche collaborative; migliorare la gestione dei conflitti; (...); favorire l’elaborazione dei vissuti emotivi” (Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, 2021-2023:27)²³.

Conclusioni

Come si è cercato di argomentare, il potere dell’esperienza emotiva nel perseguitamento del benessere e secondo l’accezione della *Human Flourishing*, è grandissimo e applicabile come paradigma per riflettere sulle molteplici manifestazioni ed implicazioni delle emozioni. Invero, sia la ricerca sociologica sia il servizio sociale, con le proprie peculiarità e specifiche finalità – nell’alveo della transdisciplinarietà, mirano a riflettere e a promuovere il benessere individuale e collettivo tramite un approccio scientifico attento alle emozioni dove vi è un’attenzione trasformativa del sociale in termini di politiche ed interventi pubblici che promuovono la giustizia sociale, l’uguaglianza e il sostegno delle comunità. Le emozioni orientate sociologicamente, dunque, influenzano profondamente il nostro benessere bio-psico-sociale, le relazioni sociali e la nostra capacità di realizzare il nostro potenziale: esse sono integrate allo sviluppo umano e sociale; modellano le interazioni quotidiane, influiscono sulla costruzione dell’identità, rafforzano le relazioni sociali e possono essere strumenti di (auto)controllo (nei contesti relazionali formali e informali) e di cambiamento sociale. Comprendere il ruolo sociale delle emozioni significa, allora, capire l’importanza della *Human Flourishing* quale sistema a più dimensioni in grado di gettare le basi per il raggiungimento di una vita piena, significativa e soddisfacente per tutti.

²³ Link al documento: <https://www.lavoro.gov.it/strumenti-e-servizi/strumento-di-accompagnamento-al-leps-supervisione>.

Bibliografia

- Allegri, E. (2013). Supervisione. In A. M. Campanini (a cura di), *Nuovo dizionario di servizio sociale* (pp. 684-688). Roma: Carocci.
- Annas, J. (1993). *The morality of happiness*. Oxford: Oxford University Press.
- Archer, M. S. (2017). *Morphogenesis and human flourishing*. Cham: Springer.
- Ascoli, U., & Sgritta, G. B. (2020). Logoramento dei legami sociali, sistemi di welfare e solidarietà di base. *La Rivista delle Politiche Sociali*, 2, 19-42.
- Barba, D., & D'Ambrosio, M. (2021). The role of emotions in aid relationships and educational practice: For an integrated reflection between professions and social disciplines. *WSC - World Complexity Science Academy*, 2(2), 7. <https://doi.org/10.46473/WCSAJ27240606/20-10-2021-0007>.
- Bishop, M. A. (2015). *The good life: Unifying the philosophy and psychology of wellbeing*. Oxford: Oxford University Press.
- Blumer, H. (1969). *Symbolic interactionism: Perspective and methods*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Cambi, F. (2000). *Nel conflitto delle emozioni. Prospettive pedagogiche*. Roma: Armando Editore.
- Cattarinussi, B. (2000). *Emozioni e sentimenti nella vita sociale*. Milano: FrancoAngeli.

Cattarinussi, B. (2006). *Sentimenti, passioni, emozioni: Le radici del comportamento sociale*. Milano: Franco Angeli.

Cerulo, M. (2010). *Introduzione alla sociologia delle emozioni*. Roma: Carocci.

Cerulo, M. (2014). *La società delle emozioni: Teorie e studi di caso tra politica e sfera pubblica*. Napoli-Salerno: Orthotes.

Cerulo, M. (2018). *Sociologia delle emozioni*. Bologna: Il Mulino.

Cominelli, L. (2016). *La cognizione del diritto*. Milano: FrancoAngeli.

Costa, M. (2006). Voce Emozioni (filosofie delle). In A. A. Vv. (a cura di), *Enciclopedia filosofica* (pp. 33-36). Milano: Bompiani.

Crisp, N. (2020). Human flourishing in a health-creating society. *The Lancet, Perspectives, The Art of Medicine*, 397(10279), 1054-1055. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00585-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00585-7)

Damasio, A. R. (2008). *L'errore di Cartesio: Emozione, ragione e cervello umano*. Milano: Adelphi.

Durkheim, É. (1912). *Les formes élémentaires de la vie religieuse* (trad. *Le forme elementari della vita religiosa*, 2005). Roma: Meltemi.

Fredrickson, B. L., & Losada, M. F. (2005). Positive affect and the complex dynamics of human flourishing. *American Psychologists*, 60(7), 678-686. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.7.678>.

Frijda, N. H. (1988). The laws of emotion. *American Psychologist*, 43(5), 349–358. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.43.5.349>.

Gallagher, P. (2009). The grounding of forgiveness: Martha Nussbaum on compassion and mercy. *American Journal of Economics and Sociology*, 68(1), 231-252.

Goleman, D. (1995). *Intelligenza emotiva*. Milano: BUR.

Goleman, D. (2006). *Intelligenza sociale*. Milano: BUR.

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>.

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>.

Gross, J. J. (2024). Conceptual foundations of emotion regulation. In J. J. Gross & B. O. Ford (Eds.), *Handbook of emotion regulation* (3rd ed., pp. 3-12). New York: Guilford.

Gross, J. J., & Ford, B. O. (2024). *Handbook of emotion regulation* (3rd ed.). New York: Guilford.

Harré, R. (Ed.). (1992). *La costruzione sociale delle emozioni*. Milano: Giuffrè.

Hochschild, A. R. (1983). *The managed heart: Commercialization of human feeling*. Berkeley: University of California Press.

Hochschild, A. R. (2013). *Lavoro emotionale e struttura sociale*. Roma: Armando Editore.

Illouz, E. (2017). *Intimità fredde: Le emozioni nella società dei consumi*. Milano: Feltrinelli.

Knafl, K. A., & Rodgers, B. L. (2000). *Concept development in nursing: Foundations, techniques, and applications*. Philadelphia: Saunders.

Lacroix, M. (2001). *Il culto dell'emozione*. Milano: Vita & Pensiero.

Locke, E. A. (1976). The nature and causes of job satisfaction. In M. D. Dunnette (Ed.), *Handbook of industrial and organizational psychology* (pp. 1297-1343). Chicago: Rand McNally.

MacIntyre, A. (1999). Social structures and their threats to moral agency. *Philosophy*, 74, 311-329. <https://doi.org/10.1017/S0031819199000431>.

Manis, J. G., & Meltzer, B. N. (1978). *Symbolic interaction: A reader in social psychology*. Boston: Allyn and Bacon.

Manstead, A. S. R. (1991). Emotions in social life. *Cognition and Emotions*, 5(5-6), 353-362.

Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society from the standpoint of a social behaviorist*. Chicago: University of Chicago Press.

Nussbaum, M. C. (1995). Human capabilities, female human beings. In M. C. Nussbaum & J. Glover (Eds.), *Women, culture, and development: A study of human capabilities* (pp. 61-104). Oxford: Clarendon Press.

Nussbaum, M. C. (1997). *Cultivating humanity: A classical defense*

of reform in liberal education. Cambridge: Harvard University Press.

Nussbaum, M. C. (2003). *Upheavals of thought: The intelligence of emotions.* Cambridge: Cambridge University Press.

Nussbaum, M. C. (2009). *L'intelligenza delle emozioni.* Bologna: Il Mulino.

Nussbaum, M. C. (2011). *Creating capabilities: The human development approach.* Cambridge: The Belknap Press of Harvard University Press.

Plumb, D. (2014). Emotions and human concern: Adult education and the philosophical thought of Martha Nussbaum. *Studies in the Education of Adults*, 46(2), 145-162.

Ritzer, G., & Stepnisky, J. (2018). *Teorica sociologica.* Torino: Utet.

Rose, A. M. (1962). *Human behavior and social processes: An interactionist approach.* London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315008196>.

Rule, A., Abbey, C., Wang, H., Rozelle, S., & Singh, M. K. (2024). Measurement of flourishing: A scoping review. *Frontiers in Psychology*, 15, 1293943. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1293943>.

Ryan, R. M., Curren, R., & Deci, E. L. (2013). What humans need: Flourishing in Aristotelian philosophy and self-determination theory. In A. S. Waterman (Ed.), *The best within us: Positive psychology perspectives on eudaimonic functioning* Washington, DC: American Psychological Association Books, pp. 57–75.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford.

Sen, A. (1979). Equality of what? *The Tanner Lecture on Human Values*. Stanford: Stanford University. In J. Rawls *et al.* (Eds.), *Liberty, equality and law* (pp. XX-XX). Cambridge: Cambridge University Press, 1987.

Sen, A. (2003). Capability and well-being. In M. Nussbaum & A. Sen (Eds.), *The quality of life* (Oxford, 1993; online edn, Oxford Academic). <https://doi.org/10.1093/0198287976.003.0003>.

Sicora, A. (2021). *Emozioni nel servizio sociale*. Roma: Carocci.

Stevenson, M. (2022). *Education for human flourishing*. Melbourne: Centre for Strategic Education.

Turnaturi, G. (a cura di). (1995). *La sociologia delle emozioni*. Milano: Anabasi.

Turner, J. H., & Stets, J. E. (2005). *The sociology of emotions*. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511819612>.

VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(31), 8148-

8156. <https://doi.org/10.1073/pnas.1702996114>.

Von Bertalanffy, L. (1968). *General system theory: Foundations, development*. New York: George Braziller.