



# *TURISMO e Psicologia*

Rivista interdisciplinare di studi, ricerche e formazione

## **TURISMO RURALE E QUALITÀ DELLA VITA**

*Marina Mura*  
ARIPT FoR P.

**Contatto dell'autore**  
[marinamur@tiscali.it](mailto:marinamur@tiscali.it)



---

**PADOVA UNIVERSITY PRESS**

## **TURISMO RURALE E QUALITÀ DELLA VITA**

### **RIASSUNTO**

All'interno della prospettiva interdisciplinare della Psicologia di comunità, si propone di realizzare una ricerca-azione partecipata che integri interventi clinici nel turismo rurale sostenibile per una migliore qualità della vita in ambienti urbani e rurali. La vasta letteratura sulla "ristoratività" e la capacità di resilienza e cura degli ambienti naturali e quella sulla diversificazione della domanda turistica sono poste a base di una proposta che intende offrire un'alternativa ai protocolli di cura per il disagio psichico, ampiamente aggravatosi in questo periodo, e una fonte di implementazione del reddito per i territori agrari che affrontano da anni difficoltà economiche e sociali. L'interesse che sta mostrando la UE per la transizione ecologica e gli ambienti agrari fa ritenere che vi siano attenzione internazionale e risorse economiche per la realizzazione della proposta.

*Parole chiave:* turismo rurale sostenibile, qualità della vita, ricerca-azione partecipata

## **RURAL TOURISM AND LIFE QUALITY**

### **ABSTRACT**

Within a Community Psychology perspective, the study suggests a participated action-research to offer touristic and clinical opportunities in rural areas. On the bases of the specific scientific literature – restorativeness of natural environment and sustainable rural tourism - the goal is to improve the quality of life for patients and farmers. The awareness of the economic and social issues characterizing them because of globalization processes leads to a particular attention to rural areas. The renewed interest of the EU in the problems of rural areas also enables the provision of financial resources.

*Keywords:* sustainable rural tourism, quality of life, participated action-research

## TURISMO RURALE E QUALITÀ DELLA VITA

### 1. Introduzione

Il carattere multiforme e complesso del turistico è acclarato, quanto la difficoltà di individuare un “oggetto” comune di indagine per tutti i diversi punti di vista disciplinari: per esempio, le multiforme forme di turismo/viaggio, dettate dalle più svariate motivazioni (può essere anche un comportamento casuale, inserito in comportamenti altrimenti finalizzati), a seconda della fase del ciclo di vita, e il fatto che per realizzarlo si utilizzino servizi (trasporti e ospitalità) destinati anche ad altre attività (Mura, 2008), ne fanno un fenomeno difficilmente circoscrivibile affascinante.

Anche la Psicologia non sfugge a questo dato e in tutte le sue declinazioni (dalla Psicologia generale a quella sociale, dalla Psicologia clinica a quella del lavoro ecc.) coglie, a nostro avviso, le dimensioni peculiari del fenomeno, contribuendo, da un lato, alla sua comprensione insieme agli altri punti di vista scientifici (economico, sociologico, antropologico, ecc.) e, dall'altro inserendolo in quella prospettiva della qualità della vita di tutti attori coinvolti (turisti/viaggiatori, abitanti dei luoghi di destinazione-accoglienza, operatori turistici, amministratori pubblici) che ne fondano la sostenibilità e la riproducibilità: studi e ricerche dimostrano, per esempio, che la prospettiva economicista e la focalizzazione sulle sole esigenze dei “turisti”, parametrize a quelle degli operatori turistici e di certi amministratori pubblici (pensiamo agli effetti del turismo di massa), non sono in grado di salvaguardarne il valore, ovvero la capacità di produrre, oltre che un'economia per gli operatori del settore, peraltro necessariamente limitata nel tempo, resilienza e benessere nei viaggiatori e negli abitanti delle destinazioni (Mura, 2009). Se è vero, infatti, che il turismo è, anche, un'industria, senza la quale, peraltro, è difficile realizzarlo, e che moltissimi operatori, in questo momento, stanno vivendo una situazione che dire “difficile” è un eufemismo, non bisogna dimenticare la, oramai, lunga riflessione sul suo impatto in termini di inquinamento ambientale, che condivide con tutto il comparto industriale, e di inquinamento socio-culturale che modifica i luoghi fino a far perdere loro identità: la necessità di conciliare gli aspetti economici con la valorizzazione dei territori e il rispetto dei bisogni degli abitanti delle destinazioni è, dal punto di vista di un turismo sostenibile, ineludibile.

A favore dell'industria turistica e dei suoi operatori sappiamo che, come ci suggeriva John Urry (2002) oltre venti anni orsono, tutti i luoghi possono essere destinazioni turistiche, mentre, a favore dei viaggiatori, delle comunità ospitanti e del pianeta sappiamo che solo un'accoglienza programmata a lungo termine (da cui la centralità degli amministratori pubblici) e servizi di ospitalità di qualità che offrano occasioni di esperienze salutari e culturali, con una identità definita, sono realmente efficaci e sostenibili (Mura, 2009).

In questo quadro, si inserisce l'ambito di ricerca del turismo rurale (Mura M., 2015; Passafaro *et al.*, 2017; Mura, 2019) che appare paradigmatico in relazione a quanto detto e che individua nuove opportunità di valorizzazione di ambienti svantaggiati dall'economia globalizzata e, tuttavia, capaci, se adeguatamente valorizzati, di essere destinazioni turistiche di grande interesse.

D'altra parte, questo sembra essere il tema principale del periodo storico che viviamo: l'Europa e tutto il mondo occidentale, e non solo, richiamano alla necessità di combattere le fonti di inquinamento, mentre la pandemia da SARS-CoV-2 sembra aver evidenziato l'importanza di un diverso rapporto uomo-ambiente, facendo diventare la “sostenibilità” dei comportamenti, individuali e collettivi, economicamente rilevanti, qualcosa di “psicologicamente” più vicino, un obiettivo inderogabile.

All'interno di questa nuova sensibilità generalizzata, un'attenzione particolare è stata riservata all'agricoltura che ha visto la UE porre ingenti risorse nel Piano di Politica Agricola comune per il periodo 2021-2027. In esso si parla esplicitamente dei cambiamenti climatici e del degrado ambientale come “una minaccia enorme per l'Europa e il mondo” e della necessità di una “nuova strategia per la crescita che trasformi l'Unione in un'economia moderna, efficiente sotto il profilo delle risorse e competitiva”; il *Green Deal* europeo mira a “rendere sostenibile l'economia dell'UE [...] trasformando le problematiche climatiche e le sfide ambientali in opportunità [...] rendendo la transizione equa e

inclusiva per tutti [...], promuovendo l'uso efficiente delle risorse con un'economia pulita e circolare” che mira a “ripristinare la biodiversità e ridurre l'inquinamento” in “tutti i settori” economici”. Che non si tratti di una semplice dichiarazione d'intenti è chiaro nel fatto che, come indica il documento: “L'UE fornirà, inoltre, sostegno finanziario e assistenza tecnica per aiutare i soggetti più colpiti dal passaggio all'economia verde [...] che contribuirà a mobilitare almeno 100 miliardi di euro”; nello specifico, il terzo Obiettivo generale all'art.5 recita: “Rafforzare il tessuto socioeconomico delle aree rurali” nel senso di (art.6): “attirare i giovani agricoltori e facilitare lo sviluppo imprenditoriale”, “promuovere l'occupazione, la crescita, l'inclusione sociale e lo sviluppo locale [...] comprese la bioeconomia e la silvicoltura sostenibile” e “migliorare la risposta dell'agricoltura dell'UE alle esigenze della società in materia di alimentazione e salute, compresi alimenti sani, nutrienti e sostenibili, sprechi alimentari e benessere degli animali”.

Dal nostro punto di vista, si tratta di una cornice politico-finanziaria che rende possibile promuovere una nuova imprenditorialità agricola che, non perdendo la propria mission fondamentale e la propria identità, si apra al turismo: il turismo rurale.

La proposta di ampliare il concetto di accoglienza turistica in ambiente rurale a categorie di soggetti con problematiche psicologiche specifiche, che qui viene presentata, appare congruente con queste premesse anche se, occorre approfondire: i. in che senso le imprese agricole possono trovare nel turismo sostenibile nuove opportunità di remunerazione, mentre mantengono produzioni di qualità e di nicchia; ii. in che modo tale scelta può incrementare la qualità della vita degli imprenditori agricoli e di questa nuova categoria di “turisti”; iii. quale modello di ospitalità è valido ai fini del miglioramento delle condizioni degli attori coinvolti; ii. l'attrattiva della proposta per i *decision makers* dei servizi sanitari, delle amministrazioni pubbliche e delle agenzie turistiche.

In Italia, un allineamento alla prospettiva della UE potrebbe portare ad investimenti nei territori rurali al fine di stimolare la transizione verde, ponendosi come obiettivo lo sviluppo di una società inclusiva con progetti strategici capaci di attivare una relazione virtuosa tra ambiente urbano e rurale.

Nello specifico, si propone una ricerca-azione partecipata che valuti la fattibilità di un modello di turismo rurale per persone con disagio psicologico da lieve a grave e che si inserisca nel più generale processo di implementazione del reddito delle aree rurali.

## 2. Ambienti agrari e imprese agricole per il turismo sostenibile

Parlare di comportamenti sostenibili, anche in riferimento al turismo, significa porsi dal punto di vista della prospettiva teorica della Psicologia ecologica di Lewin (1951)<sup>1</sup> nelle declinazioni che essa ha assunto nelle più recenti ricerche di Psicologia Ambientale e di Comunità (Sanoff, 2000), in cui l'ambiente è visto come un'entità socio-fisica, una totalità di caratteristiche fisiche e sociali che producono e sono il prodotto di significati funzionali (accoppiamenti scopi-opportunità): gli individui si pongono scopi raggiungibili, individuando opportunità nell'ambiente che, da un lato, attengono alle sue dimensioni (fisica, economico-sociale, motivazionale e valutativa) e, dall'altro, sono condivisi nei gruppi sociali che lo abitano. Tali significati, che costituiscono l'“immaginabilità sociale dei luoghi”, sono alla base dell'evoluzione dei luoghi stessi, un processo per cui uno “spazio fisico” diviene un “luogo”, una realtà molare emergente dalle relazioni tra le azioni reali o possibili associate ad esso, le rappresentazioni circa la praticabilità di quelle attività e le proprietà fisiche ad esso attribuite in riferimento a quelle azioni. Tali transazioni, persona-ambiente, possiedono dimensioni psicologiche, sociali e temporali che producono, in modo probabilistico e contemporaneamente, “stati” del sistema ed “esperienze” di esso, esito di “esplorazione” e “valorizzazione simbolica” di suoi particolari elementi, e sono alla base del comportamento e del benessere individuale e collettivo (Becthel, Churchman, 2002).

Questo paradigma è alla base degli studi da noi condotti relativamente agli ambienti rurali (Mura, 2019) sui quali grava, spesso, una focalizzazione delle sole criticità, in particolare, rispetto ad aspetti economici che, a causa dei processi di globalizzazione, hanno visto la penalizzazione di molte

---

<sup>1</sup> Bonnes, Nenci, 2002  
TURISMO E PSICOLOGIA, 14 (1), 2021

produzioni agricole. Gran parte dei territori che prima erano agrari hanno cambiato destinazione d'uso o sono caratterizzati da fenomeni di spopolamento, incuria ed abbandono, con conseguenze negative, sia a livello ambientale, per esempio sulla stabilità idro-geologica, sia sociale, a causa dello scarso ritorno economico di un lavoro faticoso e al di fuori dei modelli sociali dominanti.

Tuttavia, una maggiore attenzione alle dinamiche del turismo ha, da tempo, messo in luce anche le risorse e potenzialità di questi ambienti: oltre 40 anni orsono donne preveggenti hanno pensato ad implementare il reddito delle aziende agricole con l'agriturismo che è, oggi, una realtà significativa che ha visto, anche, l'emergere di altre forme di turismo, basate sui prodotti agro-pastorali, ovvero sul piacere del cibo, la loro principale ragion d'essere (Morvillo, Bechieri, 2021).

Studi recenti evidenziano che l'accoglienza turistica in ambienti agrari è una realtà (Mura M., 2015; Passafaro *et al.*, 2017) per le loro caratteristiche: la prevalente naturalità, le specificità architettoniche e, soprattutto, i modi di vita e un'identità sociale forte sono ricercati da molti, soprattutto "cittadini", che in tali aspetti trovano opportunità di resilienza (recupero dallo stress e della salute) e una condizione di benessere. È chiaro che il tema della transizione ecologica e della "qualità della vita" possono essere declinati, da questo punto di vista, nei termini di uno scambio più stretto tra città e ambienti rurali, vicini o lontani, e che questo implica che questi ultimi, da un alto, siano capaci di garantire modelli di vita alternativa a quella cittadina e sostenibile e, dall'altro, acquisiscano le competenze richieste. L'elemento centrale di questo modello di turismo - meglio definito come modello di ospitalità e accoglienza - è che gli abitanti dei territori interessati siano attori del cambiamento, costruiscano insieme "comunità capaci" (Chaskin e colleghi, 2009) e "ristorative" (Kaplan&Basu, 2015).

È utile approfondire e specificare questi due ultimi concetti. Il Modello della "Capacità di comunità" di Chaskin e colleghi (2009) dimostra che la trasformazione, sostenibile (a livello di processi fisico-sociali interrelati) di un luogo è possibile solo se esso funziona come comunità che progredisce e migliora, perché "capace". Il costrutto di "capacità di comunità" rimanda al "contenere", ad un possesso, un patrimonio, un deposito, relativo ad "abilità" cognitive e comportamentali; ad un'abilità di fare, sperimentare e capire o avere competenze specifiche. Fondamentalmente, per gli autori, la capacità è connessa all'autopromozione e al benessere della comunità, che non va vista come qualcosa di vago, ma l'interconnessione di individui, gruppi informali, organizzazioni formali, reti sociali e ambiente fisico: "La capacità della comunità è l'interazione del capitale umano, risorse organizzative e capitale sociale esistente all'interno di una comunità data, che può essere usata con il massimo vantaggio per risolvere problemi collettivi e sviluppare o mantenere il benessere di quella comunità. Può operare attraverso processi sociali informali e/o sforzi organizzati di individui, organizzazioni e reti sociali esistenti, sia tra essi che tra essi e i sistemi più ampi di cui sono parte" (Chaskin *et al.* 2009, p.7). Un ambiente, come comunità è, dunque, un sistema complesso di capacità, all'interno del quale la capacità della comunità è costituita da quelle individuali che non riguardano solo essa, perché gli individui le utilizzano anche per connettersi e relazionarsi con il sistema più ampio nel quale è inserita. D'altra parte, le comunità possono essere individuate e caratterizzate da punti di vista diversi (fisico-geografico, socio-economico-produttivo, psicologico-sociale, culturale, ambientale) come realtà dinamiche, sia al loro interno che all'esterno: gli usi di un luogo e le esperienze che li accompagnano variano nello spazio, oltre che nel tempo, in relazione alle popolazioni o ai gruppi sociali, caratterizzati da differenze di ricchezza e potere e in relazione alle modalità dell'abitare. La capacità di comunità è costituita da un nucleo di caratteristiche in relazione reciproca ai diversi livelli e opera attraverso le iniziative di individui, organizzazioni e reti sociali che esercitano funzioni specifiche, tuttavia condizionate da livelli contestuali locali e sovraordinati. Strategicamente, costruire e rafforzare capacità di comunità significa sviluppare la *leadership* e le organizzazioni, organizzare la comunità promuovendo la collaborazione, l'associazionismo, le reti organizzative e sociali. Ciascuna componente della comunità si dovrebbe focalizzare su un livello di *agency*, cercando di rafforzare alcune caratteristiche critiche rispetto al benessere, sia in relazione a risorse disponibili che a quelle attivabili, compresi gli sforzi per svolgere le diverse funzioni e raggiungere gli obiettivi. L'implementazione delle capacità di *leadership* deve considerare che più persone della comunità devono essere coinvolte nel ruolo e formate al perseguimento di cambiamenti effettivi all'interno di un assetto di lavoro di rete.

Tale modello appare utile ad identificare i punti di riferimento del processo che potrebbe portare i territori rurali a divenire attrattive turistiche sostenibili, posto che la ricerca ha evidenziato che i visitatori trovano in paesaggi e modalità di vita diversi dai propri (cittadini-ambienti agrari) quell'“Altrove” (Perussia, 1991) che è, da sempre, il principale motivatore turistico, una spinta incoercibile al viaggiare per l'aspettativa di acquisire nuove conoscenze e recuperare stati di benessere.

Se la pandemia da Sars COV2, con il suo portato di incertezza e di isolamento, ha ampliato, soprattutto tra i giovani, la domanda di luoghi di resilienza e riabilitativi a cui il turismo agrario potrebbe dare una risposta, da quanto detto è chiaro che realizzare questo tipo di ospitalità richieda un intervento progettuale anche formativo che permetta ai territori di costituirsi come comunità (reti di servizi che comprendono gli imprenditori agricoli e le loro famiglie) e a tutti di acquisire ruoli nuovi: interventi di Psicologia di comunità e di Psicologia del lavoro integrati a cui l'ARIPT-ForP può dare un contributo significativo.

### 3. Gli ambienti agrari come agenti rigenerativi e di cura

Sulla base del paradigma ecologico e degli studi sulla rigeneratività dei luoghi (Kaplan, Kaplan, 1989), Rachel Kaplan e Avik Basu (2015) hanno dimostrato che la “ragionevolezza” degli individui, concettualizzata come mettere in essere comportamenti funzionali al perseguimento dei propri scopi individuali e di quelli collettivi, è ad essa legata. Il *Reasonable Person Model* (RPM, Kaplan & Basu, 2015) sottolinea che la “ragionevolezza” dipende meno dalle caratteristiche di personalità di ciascuno e di più da quelle degli ambienti in cui le persone vivono e che contribuiscono a costruire: la causa dei fallimenti individuali e collettivi sarebbe legata ai contesti, alle condizioni, agli interventi, ai programmi e alle situazioni di “luoghi” che non sono in grado di fornire le informazioni di cui ciascuno ha bisogno. Soddisfare le necessità informative fondamentali, stimolando e sostenendo l'esplorazione e la comprensione, rendendo possibili azioni significative, facilitando l'acquisizione e l'utilizzo delle competenze, così come la conoscenza e chiarezza circa la realtà, sarebbe sufficiente per suscitare il meglio di ciascuno.

Nello specifico, le dimensioni interconnesse degli ambienti supportivi sono identificate e fanno riferimento alla loro capacità di favorire la costruzione negli individui di “modelli mentali” dei luoghi che permettano loro di “percepirsi efficaci” e di “agire in modo significativo”: i bisogni informativi sarebbero legati alla possibilità di sviluppare tale “modello mentale” dell'ambiente che permette di dargli senso e stimola l'esplorazione e di rispondere lucidamente e con appropriatezza all'abbondanza, talvolta eccessiva, di informazioni<sup>3</sup>, che da esso provengono. In tal modo gli individui sviluppano senso di competenza (la percezione di avere adeguate conoscenze su cosa è possibile fare con le risorse disponibili, proprie e ambientali), la base dell'agire significativo, ovvero partecipare, come parti attive, al reperimento dei mezzi di sussistenza e a tutti gli sforzi che vengono fatti per costruire la comunità: il soggetto percepisce “di fare la differenza”, di essere ascoltato e rispettato, di “far parte” di qualcosa.

Rispetto a questo scenario, tuttavia, gli ambienti, all'opposto, possono creare malessere a causa dell'inadeguatezza delle proprie componenti: la componente fisica può essere confusiva per sovrabbondanza di elementi a cui non si riesce, o si riesce con difficoltà, a dare un senso, con ciò impedendo il raggiungimento dei propri obiettivi; la componente sociale può rendere difficoltoso individuare gruppi in cui esercitare ruoli diversi; la componente temporale può impedire di organizzare i propri impegni in modo da ridurre lo stress ed avere energie per l'esplorazione. Viceversa, è possibile creare un “circuito virtuoso” (Basu, 2015) quando gli individui giungono alla consapevolezza dei propri stati di confusione, di non partecipazione e di fatica e sono indotti a modificare aspetti specifici (fisici, sociali e temporali) dei propri ambienti: tali modifiche influenzano, sia il proprio stato che quello di altri individui perché producono empatia, rispetto ai bisogni, e azioni congiunte, mentre le azioni reciproche rispetto all'ascoltare ed essere ascoltati, rispettare ed essere

---

<sup>3</sup> uno dei problemi odierni è la sovrabbondanza informativa che affatica per la impossibilità ad intervenire, e che può produrre sentimenti di impotenza, demoralizzanti.

rispettati, aiutare ed essere aiutati costruiscono comunità che si contrappongono alla frammentazione sociale.

L'integrazione dei due modelli presentati, il Modello della "Capacità di comunità" (Chaskin *et al.*, 2009) e l'RPM (Kaplan & Basu, 2015) può essere considerata il punto di riferimento teorico di ciò che intendiamo per processo evolutivo di ambienti rurali in luoghi di ospitalità, microambienti alternativi per persone con disagio psicologico lieve o medio-grave. Riteniamo che tale integrazione sarebbe in grado di implementare il modello originario sulla "rigeneratività" dei luoghi (Ulrich, 1979; Kaplan & Kaplan, 1989) anche perché ricerche recenti hanno dimostrato gli effetti positivi sulla salute delle aree verdi (foreste), in relazione alla loro capacità di produrre regolazione emotiva (la diminuzione dello stress è stata misurata sulle onde cerebrali con elettroencefalogramma e con immagini di risonanze, Song *et al.*, 2020).

Ulteriori prove sono presenti in ricerche sulla cura delle dipendenze, tra le quali è di particolare interesse lo studio sperimentale di Boyd (2018) che ha confrontato il camminare in mezzo alla natura, rispetto al farlo in luoghi urbani, verificando l'efficacia della prima modalità nel combattere le ricadute in tossicodipendenti. La ricerca di Logan e Selhub (2013) evidenzia come l'essere in mezzo alla natura abbia effetti positivi, sia rispetto ai livelli di dopamina, con diminuzione dello stress e aumento dell'abilità a formare legami, sia rispetto all'ossitocina, che aumenta il piacere e diminuisce i livelli di ansia in persone che affrontano difficoltà o traumi, e alla serotonina, che produce una significativa diminuzione dell'ansia. Nelle dipendenze, nelle quali è stato riscontrato un deficit di serotonina che innesca la ricerca di droghe e aumenta la vulnerabilità alle ricadute, questi risultati sono particolarmente significativi, sia dal punto di vista clinico che economico per il sistema sanitario: il contatto con la natura aumenterebbe i livelli dei neurotrasmettitori che agiscono sul tono dell'umore, oltre che sullo stress (Kirby, Zeeb, & Winstanley, 2011), diminuendo la necessità di farmaci.

Una ricerca qualitative (Black, 2015), che si è occupata della relazione tra eco-psicologia e recupero dei tossicodipendenti, ha utilizzato interviste codificate, secondo un processo multifasico, che hanno messo in evidenza tre temi principali: l'evoluzione della relazione con la natura, i livelli di integrazione con la natura, gli effetti sulla salute della relazione con la natura. Tutti i soggetti hanno dichiarato un innato sentimento di connessione con la natura, iniziato nella fanciullezza e diminuito negli anni; l'integrazione con la natura sarebbe associata alla ricerca di un riequilibrio emotivo e una stabilizzazione dell'umore e degli atteggiamenti che ha sostenuto il proprio impegno ad applicare l'approccio dei 12 passi<sup>4</sup> nelle loro vite. Tutti hanno ritenuto tale relazione centrale nell'aiutarli a raggiungere lo stato di astinenza e recupero nel tempo, in quanto il vissuto è di un'esperienza che va oltre il livello utilitaristico del semplice programma da seguire e porta a cambiamenti nello stile di vita e nel sistema di valori, sostenendo le relazioni; molti hanno inserito, in gradi diversi, il contatto con la natura nelle loro vite e diversi hanno dichiarato di volere che esso aumenti. I partecipanti, in generale, hanno affermato che la relazione con la natura aveva portato ad una guarigione profonda rispetto alla dipendenza che riguardava sia aspetti fisici che intellettuali, emotivi e spirituali.

Una specifica modalità di contatto con la natura e con effetti di resilienza è la coltivazione delle piante (Berger & Berger 2017) che si è rivelata un'utile strategia per la riabilitazione di persone che facevano abuso di alcool. Nello studio, in cui sono stati confrontati soggetti dipendenti e no, il focus è posto sui processi sensoriali (guardare, toccare, odorare e assaggiare piante): a ciascun partecipante è stato chiesto di scegliere una pianta preferita per modalità sensoriale e di esprimere quale emozione, desiderio e ricordo erano indotti dalla pianta. Si è osservato che i soggetti alcolisti sceglievano, significativamente di più, alcune piante (il girasole, la lavanda, il basilico dolce, l'ortica da toccare e il crisantemo da odorare) associandole a sentimenti negativi e, tuttavia, tali associazioni e l'elaborazione dei ricordi dolorosi, che l'esperienza con le piante selezionate attivava, li aiutava ad apprendere nuovi e positivi atteggiamenti. Gli autori concludono che il processo emotivo, i desideri e i ricordi legati alla percezione di piante non presentano differenze significative tra i soggetti, ma che la connessione con la natura non è disturbata dall'alcolismo e che le piante provocano emozioni positive e dovrebbero essere utilizzate nella orticoltura terapeutica.

---

4 Il Programma dei dodici passi è un insieme di principi guida per il recupero da dipendenza, compulsione o altri problemi comportamentali, adattato dal metodo proposto da Alcolisti Anonimi (VandenBos, 2007)

Anche le ricerche di Summers & Vivian (2018) e di Buckley e colleghi (2019) hanno esaminato il ruolo della natura e gli effetti dell'eco-terapia sulla resilienza biologico-mentale di soggetti dipendenti mettendo in evidenza come servizi di cura a base ecologica siano da valorizzare anche per la loro valenza economica.

I risultati di queste ricerche dovrebbero essere tenuti nel dovuto conto dai *decision makers* dei servizi sanitari e delle amministrazioni pubbliche dato che supporta l'importanza di una valutazione, oltre che dell'efficacia clinica, della sostenibilità economica di modelli di intervento socio-sanitari nei territori rurali.

#### **4. Conclusioni: proposta di una ricerca-azione partecipata di turismo rurale per soggetti fragili**

La rassegna di studi e ricerche presentata ha avuto l'obiettivo di sostenere una proposta di turismo rurale con caratteristiche di integrazione nei servizi sanitari che si basa su: i. un paradigma e modelli consolidati sul comportamento umano e sui contesti necessari a renderlo "ragionevole", sostenendo il benessere individuale e collettivo; ii. problematiche relative ai territori agricoli che il turismo rurale può contribuire a far evolvere positivamente e in modo sostenibile; iii. evidenze scientifiche sull'efficacia di attività svolte nella natura e della possibile sostenibilità finanziaria di esse come modalità di cura che potrebbe portare ad investimenti, stabili e remunerativi, in questo tipo di ospitalità.

Si tratta di basi concettuali robuste per una ricerca-azione partecipata che realizzi, in ambienti rurali specifici, interventi di cura e resilienza e fornisca ulteriori conferme ai risultati scientifici presentati.

In questa sede non sarà possibile andare oltre qualche indicazione di massima, date le caratteristiche della metodologia della ricerca, da utilizzare come punti di riferimento e di attenzione per coloro che, spero, vorranno costituire l'unità base promotrice (almeno un imprenditore/imprenditrice agricola, un responsabile di un'equipe socio-sanitaria, un amministratore pubblico locale e regionale).

È possibile indicare l'obiettivo generale: sperimentare un modello di soggiorno residenziale in azienda agricola o in una rete di servizi in ambiente rurale per la resilienza di "turisti" con basso vs alto disagio psico-sociale.

In tale obiettivo è chiara la complessità delle azioni da mettere in essere: occorre costituire un rete di istituzioni pubbliche (Comuni, Regioni, Aziende sanitarie) e di privati (ospiti, operatori turistici, associazioni, imprenditori agricoli, imprenditori del commercio, operatori turistici) che progettino la ricerca-azione individuando quale configurazione strutturale e processuale darsi, quali caratteristiche debbano avere le aziende o le reti di servizi rurali (possibilmente organizzate in comunità) ed i bisogni formativi connessi, quali caratteristiche e quale articolazione debbano avere i programmi psico-educativi e terapeutici, individuali e/o di gruppo (Yalom, Leszcz, 2009), atti a produrre autoconsapevolezza e resilienza.

Sicuramente, tra le variabili da valutare, vi saranno: il tempo di permanenza necessario in relazione alle diverse problematiche dei partecipanti, le caratteristiche di efficacia dei laboratori psico-educativi e dei gruppi di terapia rispetto ai diversi bisogni di salute e l'efficacia di questo tipo di intervento rispetto ai trattamenti «tradizionali» in ambiente urbano, anche in merito alle risorse finanziarie necessarie a realizzarli.

La variabile centrale, gli ambienti rurali come "luoghi di cura", dovrebbe avere una particolare attenzione dato che, mentre vi sono diverse esperienze e ricerche sui modelli di intervento specifici per il distress e le problematiche psicologiche più gravi (pensiamo al fatto che le comunità per il recupero delle dipendenze sono da sempre collocate, prevalentemente, in luoghi rurali), poco si sa su come costruire una rete di servizi, una comunità competente di accoglienza turistica, strutturalmente in rete con altri servizi in grado di accogliere diverse tipologie di utenza: quali competenze debbano possedere, per esempio, gli ospiti e quali le caratteristiche degli ambienti: gli ospiti, come detto, devono essere attori dei programmi di accoglienza ed ospitalità turistica e sanitaria, facendo diventare

le proprie attività, agricole e/o di allevamento, “terapeutiche”. Ciò che differenzia questa proposta dalle consolidate attività terapeutiche nelle comunità - è utile ribadirlo - è il fatto che esse sono comunità organizzate per attività ricettive e di ospitalità, aperte a turisti-visitatori che utilizzano i canali turistici tradizionali e a quelli che presentano problematiche specifiche; la sfida è che siano in grado di operare come reti di servizi, realizzando, attraverso capacità di flessibilità e organizzazione a geometria variabile, processi inclusivi di convivenza di persone con differenti esigenze.

Non mi soffermo sul metodo della ricerca-azione partecipata (Bond, Serrao-García, Keys, 2017), ampiamente conosciuto, richiamo l'attenzione sul carattere esplorativo della ricerca e sulla sua necessità di avvalersi di dati sia qualitativi che quantitativi. L'ipotesi orientativa è già stata indicata: le attività svolte a contatto con la natura (escursioni, lavoro nei campi, produzione di cibo e pietanze, riposo, ecc.) e i momenti di acquisizione di una maggiore consapevolezza in laboratori psico-educativi e/o in gruppi di terapia, come in attività individuali, sono in grado di promuovere la qualità della vita e resilienza anche in soggetti con patologie psicologico-sociali gravi.

Spero di trovare qualche temerario o temeraria disposto a realizzare questo progetto di ricerca che, com'è chiaro, è molto affascinante ed importante, ma non facile.

## BIBLIOGRAFIA

- Basu, A. (2015). Bringing Out the Best in Ourselves. In Kaplan R., Basu, A. (Eds). *Fostering Reasonableness. Supportive environments for Bringing out our Best* (pp.87-103). Michigan: Michigan Publishing.
- Bethel, R.B., Churchman, A. (2002). *Handbook of Environmental Psychology*. New York: Wiley & Sons.
- Berger, P., Berger T.W. (2017). The Use of Sensory Perception of Plants in Horticultural Therapy of Alcohol Addiction. *Journal of Therapeutic Horticulture*, V. XXVII, II, 1-18.
- Black, M. (2015). *The Trees Were Our Cathedral - A Narrative Inquiry Into Healing From Addiction Through A Relationship With Nature*. ProQuest LLC.
- Bond, M. A., Serrao-García, I, Keys C.B. (Eds.) (2017). *APA Psicologia di comunità vol.1 Fondamenti teorici, concetti centrali, sfide emergent*. American Psychological Association
- Bonnes, M., Nenci A.M (2002). «Ecological Psychology», Unesco- *Encyclopedia Of Life Support System*, Oxford: Unesco-Eolls.
- Boyd, R.J. (2018). *Evaluating the Role of Time Spent in Nature on Addiction Recovery*. New York: New York University Press.
- Buckley, R.; Brough, P.; Hague, L.; Chauvenet, A.; Fleming, C.; Roche, E.; Sofija, E.; Harris, N. (2019). *Economic value of protected areas via visitor mental health*. *Nature Communications*. 2019, 10, 5005
- Chaskin, R.J., Brown, P., Venkatesh, S., Vidal A. (2009). *Building Community Capacity*. New Brunswick (USA): Aldin Transation.
- Joongsub, K. & Kaplan, R. (2004) Physical and Psychological Factors in Sense of Community: New Urbanist Kentlands and Nearby Orchard Village, *Environment and Behavior*, 36, 3, 313-340.
- Kaplan R., Basu, A. (2015). *Fostering Reasonableness. Supportive environments for Bringing out our Best*. Michigan: Michigan Publishing.
- Kaplan, R., Kaplan, S., (1989). *The experience of nature: a psychological perspective*. New York: University Press.
- Kirby, L.G., Zeeb, F.D., Winstanley, C.A. (2011). Contributions of serotonin in addiction vulnerability. *Neurofarmacology*, 61, 3, 421-432.
- Korpela K. M. & Hartig, T. (1996). Restorative qualities of favorite places, *Journal of Environmental Psychology*, 16, 221-233.
- Korpela, K. M., Hartig, T., Kaiser, F G. & Fuhrer, U. (2001). Restorative experience and self-regulation in favorite places. *Environment and Behavior*, 33 (4), 572-589.
- Lewin K. (1951). *Field Theory in Social Science*. New York: Harper & Row. Trad. it. di Baccianini M. (1972). *Teoria e sperimentazione in Psicologia Sociale*. Bologna: Il Mulino
- Morvillo, A. Bechieri, E. (a cura di) (2021). *Rapporto sul Turismo Italiano. XXIV Edizione 2019-2020*, Cnr Edizioni.

- Mura, M. (2008). *Che cos'è la Psicologia del turismo*. Roma: Carocci.
- Mura, M. (2009). Ecoturismo, paesaggio e identità, *Turismo e Psicologia*, 2, 211-237.
- Mura M. (2015). Riflessioni preliminari sul turismo rurale e lo sviluppo rurale sostenibile. *Turismo e Psicologia*, 1 154-172.
- Mura M. (2019). Turismo Rurale: Il contributo della Psicologia al Turismo sostenibile. *Ricerche di Psicologia*, 2, 769-789.
- Mura M. (2019). Turismo Rurale: Il contributo della Psicologia al Turismo sostenibile. *Ricerche di Psicologia*, 2, 769-789.
- Mura, M., Nenci, A. (2011). “Che meraviglia”. Wonderland nel turismo, *Agribusiness Paesaggio & Ambiente*.
- Passafaro, P., Mura, M., Albanese, A., Bocci, E. (2017). Potential preferences for alternative forms of sustainable tourism: The case of rural and intergenerational tourism. Richard H. Price (Ed). *Ecotourism and Sustainable Tourism: Management, Opportunities and Challenges* (29-84) New York: Nova Science Publishers.
- Perussia F. (1991), La ricerca sulle immagini turistiche: metodologie e problemi, in C. Ferrari (a cura di), *Psicologia del turismo*. (pp. 181-199). Roma: Armando.
- Rae Jean Boyd, MA in Environmental Conservation Education - Steinhardt School of Culture, Education, and Human Development Department of Teaching & Learning)
- Sanoff, H. (2000). *Community participation Methods in Design and Planning*. New York: Wiley.
- Summers, J.K., Vivian, D.N. (2018). Ecotherapy-A Forgotten Ecosystem Service: A Review, *Environmental Psychology*, 1389.
- Song, C., Ikei, H., Park, B.-J., Lee, J., Kagawa, T., Miyazaki, Y. (2020). Psychological Benefits of Walking through Forest Areas. *Journal of Environment Research and Public Health*, 17, 1316.
- UE (2020) Piano di Politica Agricola comune per il periodo 2021-2027.
- Ulrich, R.S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224, 420-421.
- Urry J. (2002 II ed.). *The tourist gaze*. London: Sage Publications
- VandenBos, G.R. (Ed.) (2007). *APA Dictionary of Psychology*. Washington, DC, American Psychological Association
- Yalom, I.D. Leszcz, M. (2009) *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*. Torino: Bollati Boringhieri