



Democratic responsibility in Italy under COVID-19

By Georgia Zara¹, PhD

Teaser: *The Order of Psychologists of Piedmont promotes socially responsible behaviors and access to mental health during COVID-19.*

This article is part of a series authored by members of the [Global Psychology Alliance](https://www.apa.org/international/global-insights/global-psychology-alliance) highlighting challenges and innovations in advancing global mental health.

The link to access the article is:

<https://www.apa.org/international/global-insights/democratic-italy-covid-19>

COVID-19 has become one of the greatest challenges of the 21st century. Different from other emergencies, COVID-19 behaves in a democratic fashion: anyone is at risk and nowhere in the world seems safe. Though certain groups are more vulnerable to serious health consequences than others (e.g. people with health conditions, elderly people, some ethnic minority groups)ⁱ, COVID-19 has altered all people's lives drastically.

Psychologists strive for international collaboration under COVID-19

The effect of COVID-19 on the psychology of people is conspicuousⁱⁱ: a pervasive solitude, a risk of stigmatisation, increased levels of anxiety, and post-traumatic stress symptoms provide a clinical identity.

Italy was the first Western country to impose a total lockdown in March 2020; many other countries have since been obliged to follow. In January 2021, the world is still under the spell of COVID-19ⁱⁱⁱ. Facing this alarming situation, the Italian government put in motion a series of measures to stop the spread of COVID-19, balancing scientific evidence with the need to maintain the economy^{iv}.

¹ Vice-President of the Order of Psychologists of Piedmont (Italy). Associate Professor at the Department of Psychology, University of Turin (Italy).

Acknowledgement: Georgia Zara is grateful to Dr. Giancarlo Marengo (President of OPP), Dr. Riccardo Bernardini (Secretary of OPP), Dr. Andrea Lazzara (Treasurer of OPP) for supporting the contents of this article. Georgia Zara and the OPP are grateful to all the colleagues of APA and GPA for this opportunity to collaborate and share professional experiences.



Psychologists have an important role in mitigating the consequences of the pandemic and helping recovery^v. The *Global Psychological Alliance* (GPA) epitomises what the science of psychology can do. The Order of Psychologists of Piedmont (OPP) in Italy has been enriched by sharing proposals with international colleagues in the GPA. This experience has showed that psychology does not have boundaries, and that, especially under strenuous conditions, psychologists can work together to improve human well-being worldwide.

The OPP was involved with the COVID-19 Crisis Unit of the regional government to help manage the impact of the pandemic upon professional health workers. We assessed the psychological needs of 4,550 health workers, finding high levels of anxiety and post-traumatic stress symptoms, with an even higher prevalence of these psychological problems among frontline workers^{vi}. This emergency has threatened mental health, and everybody must have access to psychological and mental health services^{vii}.

COVID-19 as a threat to freedom

The virus is transmitted either by travelling through the air or by contaminating an object^{viii}. *Physical distancing*, *isolation* (keeping vulnerable and infected people physically away from others), *curfew* (being allowed to leave home only at certain hours), and *lockdown* (staying at home except for essential movements) are the main measures used by governments to block the transmission of the virus. Wearing a mask and washing hands regularly are the other measures integrated into daily routines.

There is no doubt that these measures have come at a vast cost to freedom, education, job opportunities, and mental health, as well as to the global economy^{ix}. Our work and interpersonal interaction are essential, because they often define who we are and what we are striving to become. In the pre-COVID period, any governmental attempt to interfere with these core parts of life would have been unacceptable. But during COVID-19, most people have recognised that changing their behaviour and complying with these limitations saves lives^x even though they alter conspicuously their life-style as a sort of “liberal democratic curse”^{xi}.

Changing behaviour: easy to say, difficult to do

While changing behaviour is essential, it necessitates a change in our perspective about how we consider ourselves part of a community. This process is never easy or quick, made especially challenging by uncertainties and time restrictions^{xii}. Moreover, neither knowledge nor intention could ensure that people change their behaviour according to the rules.

So, how can we join these two demanding aspects (behaviour change and time) under COVID-19?

Something that could make this connection click is promoting *social responsibility*.

Responsibility is a shared endeavour

The etymological meaning of the word *responsible* comes from the Latin «responsabilis» (answerable), and the past participle of «respondere» (respond, promise in return). The first meaning implies *to be called on to answer*. Each of us is called on to answer this emergency by adopting a behaviour that is safe for oneself and that becomes, in turn, protective for others. This is where responsibility lies.

This doesn't imply putting the weight of responsibility entirely on individuals. Governments, institutions, and societies must ensure that each person receives clear and evidence-based information about how to protect themselves and others and how to access health services.

Being responsible under COVID-19 regulations reminds us of what Bertrand Russell warned us: *democracy does not always mean more freedom*. Thus, being socially responsible becomes a way of democratising the idea that changing our behaviour implies a sense of agency and trust in what people can do together. In other words, as psychologists we must help the community to *collectivise* rather than *personalise*^{xiii}.

If COVID-19 could ever be remembered for something positive, it would be for two aspects: (1) everybody can make a difference by adopting responsible behaviours; and (2) there is no health without psychological health.

ⁱ O'Connor, D. B., Aggleton, J. P., Chakrabarti, B., Cooper, C. L., Creswell, C., Dunsmuir, S., Fiske, S. T., Gathercole, S., Gough, B., Ireland, J. L., Jones, M. V., Jowett, A., Kagan, C., Karanika-Murray, M., Kaye, L. K., Kumari, V., Lewandowsky, S., Lightman, S., Malpass, D., Meins, E., Morgan, B. P., Morrison Coulthard, L. J., Reicher, S. D., Schacter, D. L., Sherman,

- S. M., Simms, V., Williams, A., Wykes, T. and Armitage, C. J. (2020). Research priorities for the COVID-19 pandemic and beyond: A call to action for psychological science. *British Journal of Psychology*, 111, 603–629. DOI:10.1111/bjop.12468
- ⁱⁱ Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395, 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- ⁱⁱⁱ WHO (n.d.). *COVID-19 dashboard*. Retrieved from <https://covid19.who.int/>
- ^{iv} Favero, C. A., Ichino, A., & Rustichini, A. (2020). Restarting the Economy While Saving Lives Under COVID-19. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3580626> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3580626>
- ^v O'Connor et al. (2020). See note [i].
- ^{vi} See the full report at: <https://www.ordinepsicologi.piemonte.it/emergenza-covid/bisogni-psicologici-del-personale-sanitario-e-tecnico-amministrativo-piemontese-nell-emergenza-covid> For other Italian studies on the impact of COVID-19 upon the general population and on GPs see also: Castelli, L., Di Tella, M., Benfante, A., Romeo, A. (2020). The spread of COVID-19 in the Italian population: anxiety, depression, and post-traumatic stress symptoms. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue Canadienne de Psychiatrie*, 65, 731–732. DOI: 10.1177/0706743720938598
- Castelli, L., Di Tella, M., Benfante, A., Taraschi, A., Bonagura, G., & Romeo, A. (2021). The psychological impact of COVID-19 on general practitioners in Piedmont, Italy. *Journal of Affective Disorders*, 281, 244–246. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.008>
- ^{vii} Order of Psychologists of Piedmont. (nd). Utilities COVID-19 per la psicologia. Retrieved from <https://www.ordinepsicologi.piemonte.it/servizi/utilities-covid-19>.
- ^{viii} Lake, M. A. (2020). What we know so far: COVID-19 current clinical knowledge and research. *Clinical Medical Journal*, 20, 124–127. DOI: 10.7861/clinmed.2019-coron. DOI: 10.7861/clinmed.2019-coron
- ^{ix} Alegado, S. (2020). Global Cost of Coronavirus May Reach \$4.1 Trillion, ADB Says. *Bloomberg* <https://www.bloomberg.com/news/articles/2020-04-03/global-cost-of-coronavirus-could-reach-4-1-trillion-adb-says>
- ^x West, R., Michie, S., Rubin, G. J., & Amlôt, R. (2020a). Applying principles of behaviour change to reduce SARS-CoV-2 transmission. *Nature Human Behaviour*, 4, 451–459. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0887-9>
- ^{xi} Norrlöf, C. (2020). Is covid-19 a liberal democratic curse? Risks for liberal international order. *Cambridge Review of International Affairs*, 33, 799–813. DOI: 10.1080/09557571.2020.1812529
- ^{xii} Kahneman, D. & Miller, D. T. (1986). Norm theory: Comparing reality to its alternatives. *Psychological Review*, 93, 136–153.
- ^{xiii} Reicher, S. & Drury, J. (2020). The two psychologies and coronavirus. *The Psychologist*. Retrieved from <https://thepsychologist.bps.org.uk/two-psychologies-and-coronavirus>



Responsabilità democratica in Italia nell'era COVID-19

Georgia Zara¹, PhD

<https://www.apa.org/international/global-insights/democratic-italy-covid-19>

***Sinossi:** L'Ordine degli Psicologi del Piemonte si fa promotore di comportamenti socialmente responsabili e dell'accesso alla salute mentale durante il COVID-19.*

Questo articolo fa parte di una raccolta di scritti dei membri della [Global Psychology Alliance](#), che mettono in evidenza le sfide e le innovazioni per far progredire la salute mentale globale.

Il link APA per avere accesso all'articolo è:

<https://www.apa.org/international/global-insights/democratic-italy-covid-19>

Il COVID-19 è divenuta una delle più grandi sfide del 21° secolo. A differenza di altre emergenze, si abbatte in modo «democratico»: tutti sono a rischio, e allo stesso tempo nessun luogo al mondo sembra essere sicuro. Sebbene determinate categorie di persone siano più vulnerabili di altre al rischio di contagio e alle sue conseguenze (e.g. persone con patologie pregresse, anziani, appartenenti a minoranze etniche)ⁱ, il COVID-19 ha alterato drasticamente le vite di ognuno.

L'impegno delle Psicologhe e degli Psicologi per una collaborazione internazionale in tempo di COVID-19

Gli effetti del COVID-19 sulla psiche delle persone sono evidentiⁱⁱ: la solitudine pervasiva, il rischio di stigmatizzazione, unitamente ad aumentati livelli di ansia e sintomi da disturbo post-traumatico da stress ne conferiscono un'identità clinica.

¹ Vice-Presidente dell'Ordine degli Psicologi del Piemonte (Italia). Professore Associato presso il Dipartimento di Psicologia, Università di Torino (Italia).

Ringraziamenti: Georgia Zara è grata al Dr. Giancarlo Marengo (Presidente dell'OPP), al Dr. Riccardo Bernardini (Segretario dell'OPP), e al Dr. Andrea Lazzara (Tesoriere dell'OPP) per il supporto ai contenuti di questo articolo. Georgia Zara e l'OPP sono riconoscenti a tutti i colleghi dell'APA e della GPA per questa opportunità di collaborazione e condivisione delle esperienze professionali.



L'Italia è stato il primo Paese occidentale a imporre un *lockdown* totale a marzo 2020; molti altri Paesi si sono visti costretti a seguire questa strategia. A gennaio 2021, il mondo è ancora nella morsa del COVID-19ⁱⁱⁱ. Di fronte a questa situazione allarmante, il Governo italiano ha dovuto mettere in moto una serie di misure per arginare la diffusione del COVID-19, bilanciando le evidenze scientifiche con l'impatto sull'economia^{iv}.

Le Psicologhe e gli Psicologi hanno un ruolo fondamentale nel mitigare le conseguenze della pandemia e nel contribuire alla ripresa^v. La *Global Psychological Alliance* (GPA) incarna ciò che la Psicologia come scienza può fare. L'Ordine degli Psicologi del Piemonte (OPP) in Italia si è arricchito dalla condivisione di proposte con le colleghe e i colleghi internazionali della GPA. Questa esperienza ha mostrato come la psicologia non conosca confini e come, specialmente in condizioni difficili, le Psicologhe e gli Psicologi possano lavorare insieme per migliorare il benessere della popolazione di tutto mondo.

L'OPP è stato coinvolto dall'Unità di Crisi della Regione Piemonte per affrontare la gestione del rischio COVID-19 tra gli operatori sanitari. Sono stati valutati i bisogni psicologici di 4,550 professionisti sanitari (e.g. medici, infermieri, altro personale sanitario, personale tecnico amministrativo), osservando livelli elevati di sintomatologia ansiosa e da stress post-traumatico, con una prevalenza ancor maggiore in coloro operanti in prima linea^{vi}. Questa emergenza ha messo a repentaglio la salute mentale, e chiunque deve poter ricevere supporto e avere accesso ai Servizi di Psicologia^{vii}.

COVID-19 come minaccia alla libertà

Il virus si trasmette sia in modalità aerea che contaminando le superfici^{viii}. *Distanziamento sociale*, *isolamento* (mantenere le persone infette e a rischio fisicamente separate dalle altre), *coprifuoco* (essere autorizzati a lasciare l'abitazione solo a determinate ore) e *lockdown* (rimanere presso la propria abitazione, fatta eccezione per spostamenti strettamente necessari) sono le principali misure adottate dai Governi per arrestare la propagazione del virus. Indossare la mascherina e lavarsi regolarmente le mani sono ulteriori azioni che hanno integrato le abitudini quotidiane.

Non vi è dubbio che tali disposizioni abbiano avuto un costo enorme per la libertà, lo studio, le opportunità lavorative e la salute mentale, così come per l'economia globale^x. Essere parte di un gruppo professionale e interagire con gli altri è essenziale, in quanto definisce chi siamo e cosa cerchiamo di diventare. Nel periodo pre-COVID, qualsiasi tentativo da parte del Governo di interferire con questi aspetti sarebbe stato considerato inaccettabile. Al contrario, durante il COVID-19, le persone hanno riconosciuto come cambiare le proprie condotte e adattarsi a queste limitazioni potesse salvare delle vite^x, pur alterando in modo evidente il proprio stile di vita. Un aspetto quest'ultimo non trascurabile e che potrebbe per l'appunto rimandare ad una sorta di «maledizione liberal-democratica»^{xi}.

Cambiare comportamento: facile a dirsi, difficile a farsi

Quando cambiare comportamento diviene fondamentale, ci rendiamo conto di quanto implichi soprattutto un cambiamento nelle nostre prospettive e nel modo in cui ci consideriamo parte di una comunità. Questo processo non è mai facile o immediato dal momento che non c'è nulla di più complesso che prendere decisioni in condizioni di incertezza e quando la pressione a fare delle scelte e a comportarsi è dettata dalla carenza di tempo^{xii}. Inoltre, né le conoscenze né le intenzioni possono dare garanzia che le persone modifichino il proprio agire secondo le regole.

Dunque, come far collimare questi due importanti aspetti (cambiamento nel comportamento e tempo) nel periodo COVID-19?

Ciò che potrebbe far scattare questo collegamento è la promozione della *responsabilità sociale*.

La responsabilità è uno sforzo condiviso

Il significato etimologico della parola *responsabile* deriva dal latino “responsabilis” (responsabile), e dal participio passato di “respondere” (rispondere, promettere di rimando). Il primo significato rimanda all'*essere chiamati a rispondere*. Ognuno di noi è chiamato a rispondere a questa emergenza adottando un comportamento che sia sicuro per se stessi, e che diventi, a propria volta, rispettoso e protettivo per gli altri. La responsabilità è proprio qui.

Questo non significa addossare sul singolo il totale carico di responsabilità. I Governi, le istituzioni, le società devono assicurare che ogni persona riceva informazioni chiare, sostenibili e

scientificamente fondate in merito a come proteggere se stessi e gli altri, e a come accedere ai servizi sanitari.

Essere responsabili con le norme anti-COVID-19 ci ricorda ciò su cui Bertrand Russell ci ha messo in guardia circa l'essenza della democrazia: *democrazia non sempre significa maggiore libertà*.

Pertanto, essere socialmente responsabili diventa un modo per rendere democratica l'idea che cambiare il nostro comportamento implica un senso di libertà e fiducia in quello che le persone possono fare insieme. In altre parole, come Psicologhe e Psicologi dobbiamo aiutare la comunità a *collettivizzare* piuttosto che a *individualizzare*^{xiii}.

Se il COVID-19 potrà mai essere ricordato per qualcosa di positivo, sarà per due aspetti. (1) tutti possono fare la differenza adottando un comportamento responsabile; (2) non c'è salute senza salute psicologica.

ⁱ O'Connor, D. B., Aggleton, J. P., Chakrabarti, B., Cooper, C. L., Creswell, C., Dunsmuir, S., Fiske, S. T., Gathercole, S., Gough, B., Ireland, J. L., Jones, M. V., Jowett, A., Kagan, C., Karanika-Murray, M., Kaye, L. K., Kumari, V., Lewandowsky, S., Lightman, S., Malpass, D., Meins, E., Morgan, B. P., Morrison Coulthard, L. J., Reicher, S. D., Schacter, D. L., Sherman, S. M., Simms, V., Williams, A., Wykes, T. and Armitage, C. J. (2020). Research priorities for the COVID-19 pandemic and beyond: A call to action for psychological science. *British Journal of Psychology*, 111, 603-629. DOI:10.1111/bjop.12468

ⁱⁱ Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395, 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

ⁱⁱⁱ WHO (n.d.). *COVID-19 dashboard*. Retrieved from <https://covid19.who.int/>

^{iv} Favero, C. A., Ichino, A., & Rustichini, A. (2020). Restarting the Economy While Saving Lives Under COVID-19. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3580626> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3580626>

^v O'Connor et al. (2020). See note [i].

^{vi} See the full report at: <https://www.ordinepsicologi.piemonte.it/emergenza-covid/bisogni-psicologici-del-personale-sanitario-e-tecnico-amministrativo-piemontese-nell-emergenza-covid> For other Italian studies on the impact of COVID-19 upon the general population and on GPs see also: Castelli, L., Di Tella, M., Benfante, A., Romeo, A. (2020). The spread of COVID-19 in the Italian population: anxiety, depression, and post-traumatic stress symptoms. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue Canadienne de Psychiatrie*, 65, 731–732. DOI: 10.1177/0706743720938598

Castelli, L., Di Tella, M., Benfante, A., Taraschi, A., Bonagura, G., & Romeo, A. (2021). The psychological impact of COVID-19 on general practitioners in Piedmont, Italy. *Journal of Affective Disorders*, 281, 244–246. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.008>

^{vii} Order of Psychologists of Piedmont. (nd). Utilities COVID-19 per la psicologia. Retrieved from <https://www.ordinepsicologi.piemonte.it/servizi/utilities-covid-19>.

^{viii} Lake, M. A. (2020). What we know so far: COVID-19 current clinical knowledge and research. *Clinical Medical Journal*, 20, 124–127. DOI: 10.7861/clinmed.2019-coron. DOI: 10.7861/clinmed.2019-coron

^{ix} Alegado, S. (2020). Global Cost of Coronavirus May Reach \$4.1 Trillion, ADB Says. *Bloomberg* <https://www.bloomberg.com/news/articles/2020-04-03/global-cost-of-coronavirus-could-reach-4-1-trillion-adb-says>

^x West, R., Michie, S., Rubin, G. J., & Amlôt, R. (2020a). Applying principles of behaviour change to reduce SARS-CoV-2 transmission. *Nature Human Behaviour*, 4, 451–459. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0887-9>



^{xi} Norrlöf, C. (2020). Is covid-19 a liberal democratic curse? Risks for liberal international order. *Cambridge Review of International Affairs*, 33, 799–813. DOI: 10.1080/09557571.2020.1812529

^{xii} Kahneman, D. & Miller, D. T. (1986). Norm theory: Comparing reality to its alternatives. *Psychological Review*, 93, 136–153.

^{xiii} Reicher, S. & Drury, J. (2020). The two psychologies and coronavirus. *The Psychologist*. Retrieved from <https://thepsychologist.bps.org.uk/two-psychologies-and-coronavirus>