



Claudio Antonelli
Presidente di PIU+

(Professioni Intellettuali Unite)
presidente@professionipiù.it

Il volontariato fa bene anche a chi lo fa

Volontariato professionale: si può? si deve?

Ricevere un aiuto, frutto di una generosità, ci fa sempre piacere. A volte l'aiuto volontario è necessario per correggere o riparare le inique disuguaglianze che si vengono a creare per eccesso di competizione sregolata. Spesso è un equilibratore indispensabile nella società.

Ma il volontariato porta benefici anche a chi lo fa e non solo a chi lo riceve. Ci sono tanti validi motivi per farlo. Per prima cosa, contribuisce al bisogno vitale di sentirsi utili alla società e a non chiudersi nel proprio guscio. Inoltre, chi fa volontariato entra in contatto con tante persone diverse, conosce nuovi amici volontari che spesso sono persone attive, generose e intraprendenti; e questo ci aiuta a compensare lo stato d'animo nei momenti di malinconia e di solitudine.

Il valore più importante che si "guadagna" nel volontariato è l'arricchimento del proprio bagaglio di esperienze di vita, che si ottiene affrontando situazioni nuove che allargano gli orizzonti della realtà conosciuta. Ci si mette nei panni di persone ed eventi fuori dalla nostra zona di comfort.

Impegnarsi fa bene al beneficiario e anche al volontario, lo dice la scienza.

Richard Davidson, neuroscienziato dell'università del Wisconsin, studia da anni gli effetti a livello cerebrale dell'esercizio di com/passione e di gentilezza nel fare qualcosa per se stessi o per gli altri. Davidson è arrivato alla conclusione che quando facciamo qualcosa per noi stessi le emozioni positive che proviamo durano poco; mentre il fare qualcosa per gli altri risulta benefico a lungo per il cervello in quanto le emozioni che proviamo sono più durature, anche dopo molto tempo da quando abbiamo compiuto l'azione.

Gli aspetti benefici sul lato psicologico sono confermati, ma c'è anche chi fa ricerca sulla tesi che fare volontariato aumenti le probabilità di vivere più a lungo.

Alcuni ricercatori ipotizzano che, grazie al nostro sistema neuro-immuno-endocrino, i benefici sulla mente del volontario si diffondono in tutto l'organismo generando un benessere generale.

Come dire che il volontariato allunga la vita...

Gli studiosi dell'università di Exeter in Gran Bretagna hanno analizzato e messo a confronto i risultati di ben 40 ricerche sul volontariato avendo la conferma che chi lo esercita apprezza di più la propria vita e contrasta meglio gli effetti di depressione rispetto a quando non lo faceva. Cresce in lui la consapevolezza che facendo del bene agli altri, sta meglio con se stesso.

Con una battuta scherzosa possiamo dire: *se non ce la fate a dedicarvi al volontariato per altruismo, fatelo almeno per preservare il vostro personale ben-essere.*

Confucio, più saggiamente, direbbe:

«se lo fai per sentirti bene con te stesso, è cosa buona; se lo fai anche per generosità, allora è cosa virtuosa!»

Sembrerebbe che ci troviamo in un'area idilliaca, ma bisogna analizzare bene in profondità il quando e il come si realizza la situazione *win-win*, al fine di capire anche i margini entro cui si realizza la sintesi virtuosa.

Prendiamo, dunque, il caso concreto del *volontariato professionale*, che vorremmo approfondire meglio.

Presento, per questo, qualche quesito introduttivo, di provocazione, come stimolo per affrontare il dilemma ed aprire un dibattito.

- Un aiuto volontario, per essere efficace ed utile, richiede competenze professionali?
- Il volontariato professionale è una pratica di *dumping* verso altri professionisti?
- Pagare il servizio professionale fa parte della "terapia"? Il pagamento è necessario per indurre nell'utente un atteggiamento attento e attivo?
- Tariffe, costi e gratuità sono logiche che possono convivere?
- Professione, etica e volontariato sono conciliabili?

L'associazione PIU+ (Professioni Intellettuali Unite) ha avviato un ambito di riflessione, confronto e discussione su questo tema:

«Quali opportunità e quali controindicazioni per il volontariato professionale?»

N.B.: Chi fosse interessato a contribuire con le proprie riflessioni a questo tema e ad essere invitato nel gruppo di discussione che si sta costituendo, può comunicarlo via mail all'indirizzo: presidente@professionipiù.it