PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 21 - numero 4578 di Lunedì 11 novembre 2019

Densità e affollamento: come incidono sulla sicurezza?

Perché è importante ridurre lo stress associato all'affollamento, migliorare la soddisfazione nei confronti dell'ambiente e aumentare le condizioni di sicurezza.

Immaginiamo due scenari: nel primo, ci troviamo in un treno affollato la domenica sera quando siamo di ritorno a casa; nel secondo, siamo al concerto al quale abbiamo sempre sognato di andare in mezzo a una folla di persone che balla e canta. Dove non vorremmo trovarci? Se fossimo nel treno affollato a stretto contatto fisico con persone che non conosciamo, e che come noi non hanno nessuna intenzione di essere infastiditi, avvertiremmo sensazioni di disagio fisico e psicologico; al contrario, nel secondo caso, anche la presenza prossima di molte persone ci farebbe sentire più coinvolti e ci farebbe provare forti emozioni di piacere.

Perché queste differenze? Dipende dal numero dei presenti o c'è qualcos'altro? Per rispondere a queste domande è indispensabile cercare di fare una distinzione tra "densità" e "affollamento". A livello giuridico e fisico, la densità è una condizione oggettiva di limitazione spaziale definita in base al numero di persone per metro quadrato.

Ci sono due tipi di densità: sociale e spaziale. La prima è in funzione del numero di persone (variazione del numero delle persone mantenendo invariato lo spazio), la seconda è in funzione dello spazio disponibile (variazione dello spazio tenendo invariato il numero delle persone). Ecco allora che tra gli studiosi si è posto il problema di definire il numero massimo di persone che può sostare in un metro quadrato. Questo ragionamento è stato fatto tenendo in considerazione il fatto che la densità determina la velocità con cui le persone possono defluire da una zona: al di sopra di una certa soglia le persone risultano intrappolate senza la possibilità di muoversi, e si può arrivare allo schiacciamento (elemento non da poco in ambito di sicurezza e di emergenza).

Ma si è visto che, manipolando la densità (sia aumentando le dimensioni del gruppo sia modificando lo spazio a disposizione), non sempre nelle situazioni ad alta densità le persone sperimentano disagi dovuti all'affollamento. Ci sono, infatti, situazioni ad altissima densità (come concerti, manifestazioni o feste) che risultano gradite proprio perché ricercate da molti individui in occasioni particolari di divertimento (Horn, 1994). Viceversa, esperienze tipo aeroporti molto ampi in cui poche persone (bassa densità) si siedono vicino a noi ci danno una sensazione di disagio e di affollamento.

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0596] ?#>

L'affollamento

L'affollamento è, quindi, una percezione e sensazione che si realizza quando viene superato il livello di contatto fisico socialmente accettato per quella data situazione. Questo perché esiste una sorta di territorio primario all'interno del quale si fatica a tollerare la presenza di estranei. L'invasione di tale terreno, senza che ci si possa opporre, provoca stress e disagio (Zuliani, 2017). Questo è l'effetto di una sentita minacciata prima di tutto della privacy, intesa come la possibilità di ritirarsi in uno spazio privato e difendibile, indispensabile per il benessere psicologico dell'individuo (Baroni, 1998).

Il problema dell'affollamento nasce, di conseguenza, dal rapporto con gli altri, o meglio, dall'interazione non desiderata con gli altri e dal fatto che in certe situazioni ci si aspetta che le persone parlino tra di loro anche quando non desiderano farlo (Baum e Valins, 1977). Questo significa però anche che non sempre l'affollamento viene percepito in maniera negativa. Quando è volontariamente scelto la presenza della folla agisce da facilitatore, amplificando le emozioni e creando un senso di coinvolgimento, oppure da attenuante (ad esempio, se in un autobus affollato qualcuno ci viene addosso saremmo meno propensi ad attribuirgli cattive intenzioni; Baroni e Berto, 2013). Questo ci indica che per alcuni compiti fisici semplici la folla può diventare uno stimolo, come ad esempio correre a piedi o in bicicletta in gruppo determina velocità e rendimenti maggiori rispetto a correre in gruppi piccoli o da soli. Viceversa, in compiti complessi e più cognitivi il trovarsi insieme ad altri solitamente determina un peggioramento delle prestazioni (Costa, 2009). Quando l'affollamento viene imposto dall'esterno, invece, dà origine ad aspetti negativi e si configura come un'esperienza stressante.

L'affollamento dipende anche da variabili individuali e di personalità e da variabili culturali. Infatti, la preferenza per certi livelli di privacy non solo varia da individuo a individuo, ma dipende anche dal genere e dalla cultura di riferimento (Altman e Chemers, 1980). In generale, i maschi sono meno tolleranti all'affollamento poiché mostrano più territorialità (intesa come difesa dello spazio che li circonda), hanno bisogno di spazi personali maggiori e tendono a mantenere distanze interpersonali più elevate rispetto alle femmine (Freedman e altri, 1972). Essendo più sensibili all'affollamento, i maschi manifestano maggiore stress, ansia e aggressività.

A livello culturale, è possibile distinguere tra due tipi di culture: quelle "contact" e quelle "non contact". Le prime (popolazioni Mediterranee, del Medio Oriente e dell'America Latina) sono composte da individui che si affrontano più direttamente, interagiscono più da vicino, si toccano di più e parlano a voce più alta di quanto fanno gli appartenenti alle culture non contact (Europa del Nord, Nord America). Le prime preferiscono relazioni più strette, mantengono minore spazio interpersonale e sono più tolleranti nei confronti dell'affollamento e delle situazioni ad alta intensità rispetto alle seconde (Hall, 1966).

Oltre a caratteristiche proprie dell'essere umano, anche la disposizione fisica degli oggetti e degli elementi architettonici può influenzare direttamente il grado di prossimità e di interazione tra le persone (Aiello, 1987; Kaya e Erkip, 1999) e di conseguenza la sensazione di affollamento. Ad esempio, i soffitti bassi, le stanze con angoli curvi (anziché ad angolo retto), le stanze quadrate (anziché rettangolari), la scarsa quantità di finestre (anziché una vista abbondante su uno spazio esterno) e i colori scuri sono aspetti architettonici che aumentano di molto la soglia di percezione del sovraffollamento. Inoltre, l'uso di paratie, pareti divisorie e scaffali all'interno dei singoli ambienti

tende a ridurre la sensazione di affollamento (Costa, 2009). Questo ci fa anche capire che, dovendo scegliere tra densità spaziale e densità sociale, le persone tendono a preferire un'alta densità spaziale. Meglio cioè, stare in luoghi piccoli ma soli (o in pochi) rispetto al fatto di stare in tanti insieme in un luogo molto ampio (Baum e Paulus, 1987).

Ricordiamoci infine che l'affollamento può essere visto come risultato di molte variabili quali la situazione, le condizioni fisiche, la conoscenza dell'ambiente, la capacità di orientarsi in esso e le caratteristiche di chi le vive (Zuliani, 2017).

Quali conseguenze

Quali sono le conseguenze dell'affollamento e di un'elevata densità? Entrambi, sia l'affollamento sia un'elevata densità, hanno numerosi effetti negativi a livello fisiologico, a livello psicologico, sulla prestazione cognitiva e sul comportamento sociale (aggressività, isolamento sociale e comportamento criminale), che persistono anche dopo tre settimane dall'esposizione allo stressore (Epstein e Karlin, 1975; Aiello e altri, 1977). In alcuni casi, è possibile che, come spesso accade in una situazione che determina affollamento, una stimolazione eccessiva, incerta e ambigua causi un sovraccarico di informazioni, portando il soggetto a sentirsi incapace di affrontare la situazione e a mettere in atto comportamenti di ritiro e rinuncia. In altri casi, stare in ambienti affollati provoca un sovraccarico di attivazione fisiologica (arousal) che si traduce in un aumento del battito cardiaco e della pressione arteriosa (Evans, 1979), in maggiori quantità di catecolamine nelle urine (cioè residui di adrenalina e noradrenalina, ormoni secreti durante un'attivazione fisiologica e di stress) e nell'aumento dei livelli di cortisolo (ormone strettamente legato allo stress psicofisiologico). In questo caso, l'individuo manifesta uno stato sgradevole di eccitazione, diminuisce la sua capacità di sopportare le frustrazioni e aumentano i comportamenti aggressivi (Mc Andrew, 1993).

Da ciò è possibile dedurre che una condizione di sovraffollamento prolungata e imposta può portare ad un aggravamento delle condizioni di salute delle persone. Altri effetti negativi sono rappresentati dalla restrizione forzata delle opzioni comportamentali dell'individuo (dovute al fatto che gli estranei interferiscono con la nostra possibilità di comunicare o di raggiungere i nostri scopi) e dalla mancanza di controllo sulle nostre azioni e sull'ambiente, che porta a stati d'animo negativi e una tendenza forzata alla passività. Per riacquistare il controllo della situazione in questi casi, le strategie che spesso vengono messe in atto sono principalmente due: il ritiro sociale e il comportamento aggressivo (Baum e Paulus, 1987). La prima strategia di coping viene attuata per affrontare la sovra-stimolazione sociale, mentre la seconda viene concretizzata in risposta alla frustrazione generata da alti livelli di densità.

Inoltre, più aumenta la densità di popolazione in un ambiente, più aumenta il grado di de-individualizzazione e di anonimato. Di conseguenza, diminuisce l'interesse nei confronti degli altri, diminuiscono i comportamenti prosociali e di aiuto (Bickman e altri, 1973) e vengono messi in atto comportamenti di cut-off (cioè di esclusione sensoriale, secondo cui il soggetto cerca di guadagnare intimità e spazio; ad esempio evitando di guardare negli occhi le persone vicine, girando lo sguardo dove non c'è nessuno, guardando in lontananza oppure in basso). Ciò ha conseguenze anche sui giudizi sociali: in un luogo affollato tendiamo a valutare gli altri come meno attraenti e meno amichevoli (Costa, 2009).

Conclusioni

Tutte le considerazioni fatte fin ora sull'affollamento e sulla densità risultano essere molto utili per la progettazione degli spazi in quanto permettono di adottare degli accorgimenti per prevenire il sovraffollamento, consentono di ridurre lo stress associato a queste situazioni e aumentano la soddisfazione nei confronti dell'ambiente e aumentano le condizioni di sicurezza. Considerare quanto detto rispetto all'affollamento deve portare l'organizzazione a sviluppare consapevolezza e accorgimenti utili a prevenire gli effetti negativi associati a questa condizione. In conclusione, dal momento che le persone occupano gli spazi sulla base di valutazioni di benessere personale, è possibile agire a livello organizzativo e sulle caratteristiche fisiche di un ambiente al fine di aiutare i presenti a sentirsi più a proprio agio (Kimes e Robson, 2004). Una buona progettazione può fare la differenza sul modo in cui le persone reagiscono all'affollamento.

Wilma Dalsaso e Elisabeth Gesualdi

Tratto da *PdE, rivista di psicologia applicata all'emergenza, alla sicurezza e all'ambiente*.

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.
