



# Lentezza

*C'è un legame stretto tra lentezza e memoria, tra velocità e oblio.*

Milan Kundera

*Alla monotonia non si sfugge con la velocità. Anzi, più alta è la velocità, più profonda è la noia.*

Haruki Murakami

**N**egli ultimi tempi uno dei maggiori argomenti di dibattito rispetto alla circolazione stradale è stato quello relativo al limite di velocità a 30 km/h, imposto da alcuni sindaci all'interno delle proprie città o solo in alcune zone di esse. I contrari sostengono che sia impossibile procedere così lentamente, sia perché le auto stesse faticerebbero a reggere tale minima velocità, sia perché un limite del genere, giudicato inutile, servirebbe solo a rendere impossibile la vita degli automobilisti. Credo che si potrebbe discutere sull'entità del limite, ma non di molto, come vedremo, ma non sul fatto che dei limiti stringenti e da far rispettare siano necessari. Tutti gli studi che vengono fatti sull'incidentalità dicono che i fattori causali di maggior rilievo sono le condizioni alterate del guidatore e, appunto, la velocità eccessiva, fattore quest'ultimo spesso legato al precedente.

In un articolo molto interessante che consiglio di leggere<sup>1</sup> viene spiegato molto chiaramente come anche un lieve aumento della velocità possa determinare una sostanziale differenza in termini di tempi di frenata e entità di un eventuale impatto. Brevemente, il punto della questione è che il problema deve essere affrontato avendo come parametro di riferimento l'energia anziché la velocità. L'energia cinetica di un oggetto, infatti, è proporzionale al quadrato della sua velocità, il che vuol dire che raddoppiare la velocità di una macchina significa quadruplicarne l'energia cinetica. L'aumento di velocità è quindi sempre più pericoloso in maniera esponenziale e non lineare, ciò significa che il lieve spostarsi del tachimetro dell'auto, per esempio dai 35 ai 40 km/h implica un aumento dell'energia cinetica ben maggiore di quello che appare e che, infine, viene percepito, da chi è al volante. L'articolo citato include anche un video in lingua inglese che mostra un'animazione molto chiara nello spiegare il concetto.

Da quanto detto si comprende bene come qualsiasi iniziativa diretta a diminuire la velocità dei veicoli, anche se di poco, possa produrre grandi benefici e, al tempo stesso, come ogni comportamento assunto con leggerezza nel senso di una maggiore velocità, implichi rischi superiori a quelli normalmente immaginati.

Una delle questioni da non sottovalutare è l'automatismo con cui certi comportamenti di guida vengono assunti, ossia la scarsa consapevolezza con cui ci si mette al volante. Spesso la percezione è limitata al qui ed ora, alle necessità impellenti, al bisogno di guadagnare qualche minuto per non arrivare in ritardo a un appuntamento e ciò porta a non prendere in considerazione il rischio che si corre rispetto alla sicurezza altrui e propria, dimenticando quanto siano gravi



le conseguenze cui potenzialmente si sta andando incontro. In quei momenti in cui la fretta obnubila la coscienza, forse farebbe comodo ricorrere a quello che chiamerei “metodo Fantozzi”.

In una scena della famosa e irripetibile (almeno per me) serie di film viene inquadrato l'interno dell'auto dello sfortunato ragioniere. Sulla destra, in piena vista del guidatore, c'è attaccato un magnete che contiene da un lato la foto della moglie e della figlia (si ricorderà quanto orribili) e al centro la scritta ammonitrice “non correre, pensa a noi...”.

Se non ricordo male in altri film della serie comparivano versioni alternative dello spaventevole magnete, ma sono certo di averne visti molti in passato nelle auto di genitori o nonni.

Quegli oggetti avevano uno scopo ben preciso e forse lo raggiungevano, sia pure con una modalità forse troppo ingenua e concreta. Permettevano infatti al guidatore di staccarsi dal momento presente e di rivolgere la propria attenzione all'intero arco della propria vita. Allora l'eccessiva velocità, il semaforo oltrepassato col giallo-quasi rosso, la precedenza osservata con poca attenzione e tutti gli altri comportamenti imprudenti, attuati magari solo per arrivare qualche minuto prima a destinazione, venivano inquadrati in una linea temporale più ampia, fino a mostrare la loro sconsideratezza.

Propongo allora di provare a sostituire le antiestetiche calamite, oggi tralaltro poco utilizzabili dato che negli abitacoli odierni vi è ben poco di metallico cui farle attaccare, con una operazione mentale, un pensiero. La prossima volta che capiterà di trovarsi alla guida e di tenere comportamenti imprudenti, perché in ritardo o anche solo per il gusto della velocità, oppure per il desiderio di terminare prima un lungo viaggio, perché non provare a chiedersi perché lo si stia facendo, che senso abbia tutto ciò rispetto all'intera durata della nostra vita, e subito dopo richiamare alla mente l'immagine di un volto amato, come pure quella di qualcosa che ci appassiona e che davvero dà valore alle nostre giornate. Credo che in molti allora sentiranno i muscoli, fino a quel momento tesi, rilassarsi improvvisamente e magicamente il piede si sollevierà dall'acceleratore. Finalmente la prospettiva sarà diversa e più facile sarà dare il giusto peso alle cose. Questo “metodo” potrebbe funzionare in particolare modo con le persone adulte, con coloro che hanno vissuto e proprio per questo ogni giorno si confrontano col pensiero della fine. Chi ha qualche anno sulle spalle dà più valore a ciò che un giorno sa che perderà e guardandosi indietro può ripensare a tutti gli errori, le sciocchezze e i rischi corsi in

gioventù. È consapevole di quanto se in passato non si è procurato gravi danni, né ad altri ne ha procurati, ciò dipenda in gran parte dalla buona sorte che lo ha assistito, mentre ha ben alla mente le storie di coloro che quella fortuna non l'hanno avuta.

Ciò non vale per i più giovani che spesso tendono a ricercare le emozioni forti senza porsi troppe domande. È una questione di maturità che è stata riscontrata anche a livello cerebrale. La dottoressa Wundersitz<sup>2</sup>, infatti, del “Centre for Automotive Research” degli Stati Uniti, ha condotto una ricerca sul comportamento aggressivo e poco responsabile dei giovani alla guida, scoprendo che dipende anche dalla struttura del loro cervello. La corteccia prefrontale, secondo questo studio, non è completamente sviluppata prima dei vent'anni, per cui le competenze nella pianificazione a lungo termine e le capacità di ragionamento sono inferiori rispetto a quelle degli adulti. Questo non vale per tutti, ma per molti le cose stanno così. Si comprende bene allora come le strategie da utilizzare con questa categoria debbano essere specifiche. Se infatti non si è in grado di comprendere il senso a lungo termine di un comportamento, né ad esso si è interessati, sarà necessario puntare su altre “leve”. Si tratta di una situazione simile a quando si vuole insegnare a un bambino a rimettere a posto i propri giochi o a riordinare la propria cameretta. Un bambino non ha di solito interesse a tenere le cose in ordine, né prova particolare fastidio a trovarsi nel disordine, né tantomeno pensa che se continua a lasciare oggetti ovunque un giorno il disordine si trasformerà in un caos nel quale i suoi amati giochi potrebbero perdersi o anche solo venire calpestati. Il bambino vive per lo più al presente e segue i suoi desideri. È quindi più utile rivolgere la sua e la nostra attenzione non sul senso di un comportamento bensì sulle sue conseguenze. L'incentivo diviene allora l'essere lodato perché ha fatto quello che gli è stato chiesto, il piacere di aver fatto felice il genitore, nonché l'intima soddisfazione e il senso di efficacia derivanti dall'aver fatto bene qualcosa. Dall'altro lato saranno le conseguenze negative derivanti dal non aver aderito alle richieste a far capire che “conviene” di più comportarsi bene. È un po' quello che accade a scuola dove i bambini si impegnano per ottenere l'approvazione degli insegnanti e per evitare i loro rimproveri, come pure perché provano piacere nell'acquisire un senso di competenza, non certo perché in futuro certe conoscenze saranno loro utili. In sintesi, se non si è in grado di seguire delle regole perché ne si comprende e condivide il significato e l'utilità, lo si può fare perché non farlo ha un prezzo che si preferisce non pagare. Per questo motivo credo che alle campagne rivolte ai giovani guidatori che puntano ai valori più alti (hai una vita davanti, non sprecarla, e argomenti simili) sia utile affiancare una pratica di applicazione di un sistema di regole e sanzioni non esageratamente severo ma certo, consistente, anche in termini di probabilità di accertamento, in modo che la sanzione non sia un evento casuale che capita a chi è stato sfortunato bensì la naturale e prevedibile conseguenza del comportamento non desiderabile.

C'è insomma molto da fare, iniziando dal non dimenticare che proprio “dimenticando” si compiono gli errori più grandi.

**\*Psicologo-Psicoterapeuta**

1 - <https://www.esquire.com/it/lifestyle/auto-e-motori/a15375691/video-perche-la-velocita-e-pericolosa/>

2 - [https://www.alvolante.it/news/giovani\\_guida\\_prudenza-233786](https://www.alvolante.it/news/giovani_guida_prudenza-233786)