
Merete Amann Gainotti

LA RELAZIONE CON L'ALTRO/A Contributi della ricerca psicologica

Nel mese di Marzo 2005 si è svolta nella Facoltà di Scienze della Formazione dell'Università di Roma Tre una Giornata di studio sul tema "La relazione con l'altro/a: prospettive psicologiche, interculturali e di genere", organizzata da chi scrive e da S. Pallini per inaugurare il Curriculum C del Corso di laurea in Scienze dell'Educazione. Il Curriculum C si propone di formare studenti in Scienze dell'Educazione, esperti in processi relazionali e psico-educativi, dando uno spazio significativo ma certamente non esclusivo nel percorso formativo, alle discipline psicologiche.

Nella relazione introduttiva alla Giornata di Studio¹ sono stati ricordati i dati di un'inchiesta, effettuata nel 2004 da chi scrive e da S. Pallini², sulle motivazioni alla scelta della Facoltà di Scienze della Formazione e alla Facoltà di Psicologia, da cui emergeva una importante motivazione "prosociale" degli studenti di queste due Facoltà, e cioè una forte motivazione ad "aiutare", ad "ascoltare" gli altri, un'attenzione per le situazioni di disagio e di difficoltà relazionale, un desiderio di lavorare e di impegnarsi nel sociale, etc., insomma una forte motivazione alla relazione di aiuto e alla promozione di relazioni positive con gli altri.

Mi sembra possa valere la pena, in questa sede, inquadrare e discutere queste motivazioni *prosociali* degli studenti nell'ambito di una più ampia cornice teorico-concettuale ed empirica che prenda in considerazione i contributi specifici che le ricerche psicologiche possono fornire alle problematiche connesse con la relazione con l'altro/a.

Da quando fu fondato nel 1879, il primo Laboratorio di Psicologia sperimentale, a Lipsia in Germania, ad opera di Wundt, la psicologia ha continuato a studiare, ad indagare, a confrontare e a verificare, e ha accumulato, esperimento dopo esperimento, indagine dopo indagine, una grande quantità di dati che consente a questa disciplina di disporre di una serie di concetti e di nozioni di riferimento relativamente sicuri per comprendere e prevedere diversi aspetti del comportamento umano, tra cui anche varie dimensioni delle relazioni interpersonali e delle relazioni tra gruppi di individui.

-
- 1 Cfr. M. Amann Gainotti, *Gli atteggiamenti prosociali e le motivazioni alla relazione di aiuto degli studenti della Facoltà di Scienze della Formazione*, in M. Amann Gainotti-S. Pallini (a cura di), *La relazione con l'altro/a, prospettive psicologiche, interculturali e di genere*, in "Quaderni della Facoltà di Scienze della Formazione", 2005, 3.
 - 2 Cfr. M. Amann Gainotti-S. Pallini-S. Pulicani-K. Matteo, *Le motivazioni alla scelta della facoltà di studenti romani di Scienze della Formazione e di Psicologia*, in "Rivista per l'Orientamento", 2004, 19, pp. 21-30.

È opportuno precisare che, secondo l'accezione generale degli addetti ai lavori la psicologia studia il comportamento umano nelle sue varie sfaccettature e dimensioni, dalla nascita all'età adulta, nei luoghi e nei contesti dove questi comportamenti si attuano e si svolgono; siamo pertanto ormai ben lontani dalle definizioni della psicologia che fanno riferimento unicamente allo studio "della mente" o "dell'anima" dell'uomo. Per gli psicologi, anche il bambino di pochi mesi, che afferra un oggetto e lo butta per terra, "si comporta" e il suo comportamento può essere osservato, analizzato e interpretato in rapporto ad una cornice teorica ed empirica di riferimento; l'adolescente che butta sassi dai cavalcavia attua un comportamento formalmente simile a quello del bambino piccolo ma il significato di questo comportamento non sarà più lo stesso e dovrà essere decodificato rispetto ad un quadro di riferimento molto più complesso che tenga anche conto dei cambiamenti comportamentali che si producono lungo l'arco dello sviluppo umano.

Per quanto riguarda le relazioni interpersonali e le relazioni con gli altri, vari settori della ricerca psicologica, come la psicologia dello sviluppo e la psicologia clinica, la psicologia sociale e la psicologia generale, hanno dato un contributo di nozioni e di dati di grande rilievo che vogliamo brevemente ricordare senza pretesa di poter, in questa sede, esaurire la problematica in oggetto.

1. *Le prime relazioni con gli altri*

Per quanto riguarda la psicologia dello sviluppo e la psicologia clinica, le scoperte di Freud relative all'impronta profonda lasciata dalle prime relazioni con l'"oggetto d'amore" nella personalità dell'individuo, rese possibili grazie all'uso di un metodo di analisi retrospettiva e, successivamente, la "teoria dell'attaccamento" formulata da Bowlby a partire dagli anni '50, in base ad osservazioni dirette del comportamento infantile, hanno messo in luce che l'individuo, fin dalla nascita, pronto alla relazione ed è capace di interagire con l'altro/a, sebbene con mezzi inizialmente limitati: lo sguardo, i gesti, il pianto, il sorriso, sono strumenti comunicativi preverbal, non linguistici, ma efficaci, che fin dall'inizio richiedono risposte e reciprocità.

Com'è noto, alla morte di Freud, avvenuta a Londra nel 1939, sarà sua figlia Anna Freud che darà, insieme a numerosi altri studiosi inglesi, un impulso nuovo allo studio dello sviluppo psicologico introducendo ed ampliando in modo sistematico l'osservazione diretta del comportamento infantile. Tale passaggio allo studio osservativo diretto fu favorito dalle circostanze create alla fine della seconda guerra mondiale che videro numerosi bambini orfani, abbandonati, raccolti in orfanotrofi ed istituti per l'infanzia.

Mi limito qui a ricordare i nomi di alcuni eminenti studiosi e ricercatori della scuola inglese di psicologia infantile: M. Klein, J. Robertson, D. Burlingham, M. Ainsworth, R. Spitz, D. Winnicott e D. Meltzer.

Tra di loro spicca il nome di Bowlby, il quale, con un'apertura concettuale per i risultati conseguiti dall'etologia e in base ad osservazioni dirette del comportamento infantile, anche in situazioni di deprivazione e di carenze di cure parentali, formula la "teoria dell'attaccamento", tra gli anni 1951-1979³, che costituisce una prosecuzione ed un ampliamento

3 Cfr. J. Bowlby, *Maternal Care and Mental Health*, World Health Organization, Geneva 1951, tr.

innovativo delle prime scoperte di Freud sull'importanza della relazione con gli altri per lo sviluppo psicologico.

La teoria dell'attaccamento di Bowlby meriterebbe una trattazione estesa che devo purtroppo tralasciare per motivi di spazio.

Dirò soltanto che tale teoria occupa un posto centrale e costituisce un punto di riferimento per gli attuali studi osservativi ed empirici sullo sviluppo emotivo, affettivo e sociale nell'infanzia, come è stato recentemente discusso da Pallini⁴. Costituisce altresì un punto di partenza obbligato per lo studio dei disturbi relazionali in età evolutiva e per interventi nel campo della psicopatologia infantile. Tutte le ricerche condotte in campo infantile, orientate da problematiche cliniche e psicopatologiche evidenziano come la spinta a creare e a mantenere le relazioni sia centrale nell'essere umano e, come tale, organizza l'esperienza psicologica. Evidenze empiriche confermano l'ipotesi che gli infanti sono in grado molto precocemente di costruire modelli mentali su se stessi e sugli altri. Nelle situazioni di "normalità" è la regolarità degli scambi relazionali, quotidiani e gratificanti con gli adulti, che consente al piccolo di sperimentare le proprie azioni efficaci e di accrescere la propria capacità relazionale, sia per segnalare eventuali stati di tensione, ansia o bisogno, sia per suscitare nell'adulto risposte sintoniche ed adeguate.

In questo senso il legame di attaccamento che il bambino stabilisce con le figure significative di riferimento, i genitori, e più estesamente i "caregivers", cioè tutti coloro che si prendono cura del bambino quali educatrici di asilo nido, i nonni, le baby-sitter, etc., assume un'importanza determinante, perché gli permette di regolare le relazioni con gli altri in modo adattivo, consentendogli di chiedere aiuto e protezione nei momenti di disagio, di paura o di stress e di ricevere risposte appropriate dall'adulto.

La relazione risulterà invece disturbata quando sarà contraddistinta da iperregolazione (eccessivo controllo e direttività dell'adulto, ciò che limita l'autonomia e le iniziative del bambino), o da iporegolazione (poca responsività e bassa sincronicità di risposte da parte dell'adulto), oppure da aggressività e maltrattamenti da parte dei genitori.

2. La relazione con gli altri nella psicologia sociale

La Psicologia sociale ha da tempo affrontato il tema delle relazioni con gli altri, a diversi livelli, e cioè non solo per quanto riguarda le cosiddette relazioni "faccia a faccia" (o da individuo a individuo) ma anche per quanto concerne le relazioni tra l'individuo e il gruppo (o intra-gruppo), e le relazioni tra gruppi di individui (o inter-gruppi).

Prima di illustrare alcune importanti scoperte dell'attuale Psicologia sociale, ci piace richiamare all'attenzione le pionieristiche riflessioni di Freud, padre della "psicologia indivi-

it. *Cure materne e igiene mentale del fanciullo*, Editrice universitaria, Firenze 1969; Id., *Attachment*, in *Attachment and Loss*, Hogarth Press, London, 1969, vol. I, tr. it. *L'attaccamento alla madre*, in *Attaccamento e perdita*, Boringhieri, Torino 1972, vol. I; Id., *The Making and Breaking of affectional bond*, Tavistock, London 1979, tr. it. *Costruzione e rottura dei legami infantili*, Raffaello Cortina, Milano 1982.

4 Cfr. S. Pallini, *Recenti prospettive nella teoria dell'attaccamento*, Aracne, Roma 2004.

duale” e geniale studioso della vita mentale inconscia, che riguardano la Psicologia sociale. Scriveva Freud nel 1921 in *Psicologia collettiva ed analisi dell’Io*:

Nella vita dell’individuo, l’altro rappresenta sempre un modello, un oggetto, un amico o un nemico, e sin dall’inizio la psicologia individuale è anche, sotto un certo aspetto, una psicologia sociale [...]. L’atteggiamento dell’individuo nei confronti dei genitori, dei fratelli, della persona amata, del suo medico, insomma tutti i rapporti che sono stati finora l’oggetto delle ricerche psicoanalitiche, possono senz’altro essere considerati fenomeni sociali [...].

E ancora

Così la psicologia collettiva prende in considerazione l’individuo in quanto membro di una tribù, di un popolo, di una casta, di una classe sociale, di un’istituzione, o in quanto membro di una moltitudine umana che ad un certo punto, e in vista di un determinato fine si è organizzata in collettività [...]. La psicologia collettiva, sebbene sia ancora agli inizi, abbraccia un numero incalcolabile di problemi ed impone al ricercatore innumerevoli compiti ancora male e sufficientemente differenziati. La sola classificazione delle diverse forme di raggruppamenti collettivi e la descrizione dei fenomeni psichici che producono richiedono un enorme lavoro di osservazione⁵.

Così si esprimeva Freud nel 1921. Da allora, nell’ambito della Psicologia sociale, lo studio sperimentale delle relazioni intra-gruppo e inter-gruppo ha prodotto scoperte di rilievo che consentono di capire meglio molti aspetti importanti dell’attività umana e del comportamento sociale degli individui.

In questa sede ci limiteremo ad alcuni esempi:

– È stato evidenziato, in classici esperimenti condotti nel 1936 da M. Sherif, e più tardi nel 1956 da S. E. Asch, come l’individuo possa cambiare atteggiamenti e modi di pensare qualora si trovi ad agire non come un singolo individuo ma come membro di un gruppo. Nell’esperimento di Asch, ad esempio, viene dimostrata la disponibilità dei soggetti a negare la propria opinione, o il proprio giudizio corretto, pur di allinearsi (o “andare con”) alla maggioranza. Tali esperimenti che hanno assunto uno *status* classico nella storia della psicologia sociale sono alla base di due importanti filoni di ricerche attuali sull’influenza sociale⁶ e sul conformismo⁷.

– Altre rilevanti ricerche sono quelle relative all’ubbidienza all’autorità o all’“ubbidienza distruttiva”, condotte da S. Milgram⁸ negli anni ’60 e ’70, che dimostrano in maniera inequivocabile come un individuo possa comportarsi in modi che non riflettono le sue abitudi-

5 S. Freud, *Massenpsychologie und Ich-Analyse* (1921), tr. it. *Psicologia collettiva e analisi dell’Io*, in Id., *Psicoanalisi della società moderna*, Newton Compton, Roma 1991, pp. 102-166.

6 Cfr. S. Moscovici-W. Doise, *Dissensions et consensus. Une théorie générale des décisions collectives*, PUF, Paris 1991, tr. it. *Dissensi e consensi. Una teoria generale delle decisioni collettive*, il Mulino, Bologna, 1992.

7 Cfr. A. Mucchi Faina, *L’influenza sociale*, il Mulino, Bologna 1996.

8 Cfr. S. Milgram, *Obedience to authority*, Harper&Row, New York 1974; tr. it., *Obbedienza all’autorità*, Bompiani, Milano 1975.

li inclinazioni qualora egli si trovi invischiato in una relazione gerarchica, di sottomissione, che lo costringe ad ubbidire all'autorità.

– Infine si può menzionare tutto il vasto filone di ricerca, a metà strada tra la Psicologia sociale e la Psicologia generale sulla cognizione sociale e sulla categorizzazione sociale, sull'attribuzione sociale, ossia sulle modalità con cui gli individui percepiscono e categorizzano gli altri, da cui derivano importanti problematiche relazionali inerenti gli stereotipi sociali e i pregiudizi.

3. La categorizzazione sociale, gli stereotipi sociali e i pregiudizi

Lo studio dei processi di categorizzazione sociale e le ricerche sui processi cognitivi che gli individui mettono in atto, in quanto interpreti attivi della realtà sociale che li circonda, sono iniziati intorno agli anni '60 ad opera di studiosi quali H. Tajfel, J.P. Forgas, J.C. Turner e molti altri.

Le numerose ricerche compiute mettono in evidenza che vi è nell'individuo una tendenza spontanea a categorizzare gli stimoli che provengono dall'ambiente. Tale tendenza non ha nessuna connotazione patologica, ma ubbidisce a utilissime funzioni di economia cognitiva in quanto consente l'organizzazione dei numerosi stimoli che continuamente ci colpiscono e che, se non venissero categorizzati, finirebbero coll'indurre uno stato di *caos* percettivo e conoscitivo. In un saggio pubblicato nel 1978, dal titolo *La struttura dei nostri modi di vedere la società*, Tajfel⁹ riflette su “funzioni” e “disfunzioni” del processo di categorizzazione, e sulle semplificazioni che esso comporta. Mostra che il processo di categorizzazione, fondamentale nei processi di conoscenza per i suoi effetti di semplificazione e ordinamento della complessità del reale, è accompagnato dall'impiego dell'accentuazione delle differenze, accentuazione che si spiega anche in base a variabili motivazionali o di valore.

Un esempio tipico di categorizzazione sociale sono gli *stereotipi sociali* perché risultano dalla tendenza generale alla semplificazione e alla generalizzazione. Un aspetto significativo degli stereotipi è la loro natura collettiva e condivisa e il fatto che siano specifici di determinati gruppi sociali.

Lo stereotipo può assumere la forma del *pregiudizio*, e questo avviene in particolar modo nelle situazioni di contatti tra gruppi minoritari e maggioritari, o di conflitto tra gruppi, ossia quando il proprio gruppo si sente minacciato. Il pregiudizio può essere definito come uno schema mentale derivante da una categorizzazione, che viene formulato secondo modalità negative, sfavorevoli o grossolane. Il pregiudizio è espressione di atteggiamenti di disprezzo e di comportamenti discriminatori verso i membri di uno, o più, “*out-groups*”. Altri caratteri distintivi dei pregiudizi sono la rigidità e la inflessibilità per cui non si lasciano modificare neanche da informazioni che li contraddicono.

Infine, diverse ricerche riportate da K.J. Gergen e M. Gergen¹⁰ dimostrano che la percezione che abbiamo di noi stessi e degli altri è influenzata dall'appartenenza ad un gruppo, mag-

9 Cfr. H. Tajfel, *The structure of our Views about Society*, in H. Tajfel-C. Fraser (a cura di), *Introducing Social Psychology*, Penguin, London 1978; tr. it. *Introduzione alla Psicologia sociale*, il Mulino, Bologna, 1984.

10 Cfr. K.J. Gergen-M. Gergen, *Social Psychology*, Springer, New York 1986; tr. it. *Psicologia sociale*, il Mulino, Bologna, 1990.

giormente in alcuni contesti piuttosto che in altri, in particolar modo nelle situazioni di conflitto e di discriminazione tra i gruppi. Sembra che il comportamento degli individui vari in funzione del tipo di situazione sociale in cui essi si trovano: più si ha a che fare con una situazione di conflitto inter-gruppo, più il comportamento dei singoli diventa omogeneo e conforme agli stereotipi comportamentali, valoriali e di pensiero del proprio gruppo di appartenenza.

4. Il riconoscimento delle emozioni altrui e l'“intelligenza” emotiva

Un ulteriore ambito della ricerca psicologica attinente alla problematica della relazione con gli altri, che ha prodotto numerose ricerche empiriche riguarda la funzione delle emozioni nelle relazioni sociali.

Tale filone prende avvio con il libro famoso di Darwin, pubblicato nel 1872¹¹, dal titolo: *L'espressione delle emozioni nell'animale e nell'uomo*, in cui l'autore discute il valore adattivo delle emozioni e la loro funzione di regolazione delle interazioni sociali; sottolinea anche i caratteri universali nell'espressione delle emozioni in base a dati raccolti in diverse culture da etnologi, medici e missionari.

Nel 1972, per celebrare il centenario della pubblicazione dell'opera di Darwin, è stato pubblicato da P. Ekman, W. Friesen, P. Ellsworth¹², un volume intitolato *Emotion in the human face*, che raccoglieva numerose ricerche a sostegno dell'universalità nell'espressione delle emozioni definite “di base” quali la felicità, la sorpresa, la paura, la tristezza, la collera e l'interesse.

Secondo gli autori, le espressioni facciali delle emozioni di base costituiscono un bagaglio specie-specifico programmato su base neurale; la cultura di appartenenza dei singoli interviene poi per dettare le regole di esibizione delle emozioni, e cioè quando, come e con chi, intensificare, ridurre, mascherare e controllare l'espressione delle emozioni.

Da alcuni anni, l'attenzione di alcuni ricercatori come Gardner¹³, Goleman¹⁴ e molti altri, si è orientata sullo studio della cosiddetta “intelligenza emotiva”, ossia quella forma di intelligenza consistente nella capacità di gestire e di controllare le proprie emozioni e di riconoscere quelle degli altri. Dalle ricerche effettuate risulta che le persone “emotivamente intelligenti” sono particolarmente abili e capaci nelle relazioni con gli altri; sanno ascoltare, sono comprensive e protettive, sanno assumersi responsabilità e facilmente si dedicano ad una causa.

È evidente che i risvolti applicativi di questo filone di studio sono rilevanti in campo educativo, formativo, nei contesti lavorativi, nei rapporti di coppia e in modo generale in tutti i rapporti sociali.

11 Cfr. C. Darwin, *The Expression of Emotions in Man and Animals*, Murray, London 1872; tr. it. *L'espressione delle emozioni nell'uomo e negli animali*, Unione Tipografica, Torino 1982.

12 Cfr. P. Ekman-W.V. Friesen-P. Ellsworth, *Emotion in the Human Face*, Pergamon, New York 1972.

13 Cfr. H. Gardner, *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*, Basic, New York 1983; tr. it., *Formae mentis*, Feltrinelli, Milano 1987.

14 Cfr. D. Goleman, *Intelligenza emotiva*, Rizzoli, Milano 1996.

5. Annotazioni per concludere

L'obiettivo di questo breve intervento era di mostrare come il tema della relazione con l'altro/a, dal punto di vista psicologico, chiama in causa numerosi orientamenti della ricerca passata ed attuale, che spaziano dalla psicologia individuale alla psicologia dei gruppi.

Nessuna di queste prospettive di ricerca può, da sola, esaurire la complessità del problema, può soltanto contribuire a metterne in luce alcuni aspetti.

Sarà poi compito degli studiosi e degli studenti nel campo delle scienze umane stabilire collegamenti e contestualizzare la tematica delle relazioni con gli altri, storicamente e culturalmente, tenendo conto anche degli apporti forniti da altre discipline come la sociologia, la filosofia e l'antropologia culturale.

Ad esempio, in campo sociologico, fu Comte, nel 1852, a coniare il termine "altruismo" opponendolo a quello di "egoismo", per indicare un atteggiamento sociale basato sull'amore per l'altro, sul desiderio di vivere per gli altri. Tale atteggiamento sarebbe determinato, secondo Comte, da istinti e da motivazioni simpatetiche, gradualmente incrementabili da un'educazione ispirata al positivismo.

La filosofia, dal canto suo, ha da sempre speculato sulla natura umana, sui principi dell'ordine sociale e sul ruolo dell'autorità nel suo mantenimento. Emblematiche al riguardo sono le contrapposte concezioni di Hobbes (1588-1679) e di Rousseau (1712-1778). Per il primo, le persone sarebbero inclini all'aggressività verso i propri simili, quindi necessitano di istituzioni sociali in grado di reprimere le tendenze antisociali ed assoggettarle alle esigenze della convivenza civile. Al contrario Rousseau sostiene la concezione di una natura umana fondamentalmente buona, corrotta proprio dalle esigenze della società.

Al dibattito sulla relazione con l'altro/a, la psicologia può contribuire con delle categorie di analisi e delle unità di osservazione specifiche che sono relative al *comportamento umano* (e non alla *natura umana*), lungo l'arco dello sviluppo e in rapporto alle situazioni ambientali e sociali nelle quali l'individuo agisce e pensa.