

La scoperta della "carenza conflittuale"

Il benessere si costruisce nel saper vivere le contrarietà come risorsa. È importante realizzare che il conflitto è qualcosa che non si pone in antitesi alla quiete e all'armonia relazionale, quanto piuttosto l'elemento imprescindibile perché si dia una vera relazione vitale e propriamente umana.

Daniele Novara*

Nell'ambito del mio lavoro di studio e ricerca sulla gestione dei conflitti, uno degli aspetti di cui mi sono sempre occupato fin dall'inizio e che non smetterò mai di sottolineare, riguarda la fondamentale distinzione tra "conflitto" e "violenza".

La nostra cultura (ma non è così ovunque in Europa), e un reiterato quanto intenso utilizzo scorretto dei termini, ha fatto sì che oggi in Italia, nell'immaginario più o meno comune, coesistano un insieme di parole che tendono ad acquisire lo stesso significato negativo: conflitto, guerra, litigio, bullismo, violenza, aggressività, prepotenza.

Si tratta di termini che appaiono connotati da un'unica matrice semantica - come se in qualche modo appartenessero tutti a una stessa area di comportamento - e sono spesso utilizzati con una certa libertà discrezionale. Articoli di riviste e quotidiani, programmi radiofonici o televisivi, commenti di esperti ma anche il linguaggio comune, spesso persino nell'ambito educativo e pedagogico, tendono a utilizzare il termine "conflitto" come un contenitore generale, con una gamma di significati piuttosto ampi che vanno dalla discussione tra due adulti al terrorismo, dall'azione del bambino dell'asilo nido che morde il coetaneo al giovane che uccide i genitori, dalle prepotenze tipiche della fascia d'età della seconda infanzia al bullismo. Questo accade perché, in particolare la lingua e la cultura italiana, faticano a riconoscere che l'armonia, l'equilibrio relazionale, è in realtà uno stato che non si dà a priori, quanto piuttosto l'esito di un processo complesso, che include l'elemento dialettico del confronto e anche dello scontro. Di questo la cultura orientale è ben consapevole (pensiamo alla dialettica di yin e yang, o al fatto che l'ideogramma cinese della parola conflitto ha un doppio significato: catastrofe e opportunità) ma anche la stessa mitologia greca, da cui la nostra trae origine, riconosceva la dea Armonia come figlia di Ares e Afrodite, un misto di bellezza e contrasto.

È importante realizzare che il conflitto è quindi qualcosa che non si pone in antitesi alla quiete e all'armonia relazionale, quanto piuttosto l'elemento imprescindibile perché si dia una vera relazione vitale e propriamente umana, è insomma una risorsa. È questa una condizione fondamentale per riuscire a sviluppare competenze efficaci nell'ambito della gestione conflittuale e per poter imparare a riconoscere la violenza e organizzarsi adeguatamente. Anche l'Organizzazione Mondiale della

Sanità (WHO), nel suo Rapporto Mondiale sulla Violenza e la Salute del 2002, afferma che la violenza è un fenomeno complesso da definire, ma per il quale occorre individuare una definizione comune se si vuole svolgere un'efficace azione preventiva. Con questo intento l'OMS definisce la "violenza" come: "L'utilizzo intenzionale della forza fisica o del potere, minacciato o reale, contro se stessi, un'altra persona, o contro un gruppo o una comunità, che determini o che abbia un'alta probabilità di produrre, morte, danno psicologico, cattivo sviluppo o privazione"¹, quindi come qualcosa di ben diverso dalla conflittualità. Eppure, oggi sempre più spesso, accade che l'imaturità emotivo-neuronale nell'affrontare un conflitto sia confusa con la "violenza", senza rendersi conto di un aspetto che l'ultima ricerca che ho condotto in collaborazione con lo staff del CPP ha messo in luce molto chiaramente: esiste un costrutto definito *carenza conflittuale*, che permette di leggere e comprendere alcuni comportamenti, attualmente rubricati nell'area della psicolabilità o dell'instintualità, che consente di cogliere i deficit che un individuo ha accumulato nel corso della sua formazione e che lo portano a un atteggiamento di totale fragilità di fronte alle criticità relazionali.

La carenza conflittuale

Era alcuni anni che lavoravo all'ipotesi, tratta in parte da alcune tesi dello psicanalista Franco Fornari², che esistesse la possibilità di definire un costrutto in grado di creare uno stacco molto netto con le tradizioni interpretative del legame "conflitto" "violenza", sia con quelle basate sull'idea dell'*escalation* (la violenza come risultato di una tensione conflittuale che aumenta), sia con quelle che si richiamano all'idea di *contenitore* (nella violenza c'è il conflitto e nel conflitto è presente violenza).

Spinto da questa convinzione elaborai il concetto di *carenza conflittuale* volendo introdurre con esso l'idea che il violento non sia in realtà un litigioso, ma qualcuno incapace di litigare, intollerante al conflitto. In pratica la mia tesi era che la violenza potesse nascere da un deficit di conflittualità piuttosto che da un eccesso. Il carente conflittuale è un individuo che vive profondi deficit relazionali, ha una biografia che lo ha portato ad accumulare pesanti mancanze, specialmente nell'ambito della competenza emotiva, e per questo di fronte anche ad un accenno limitato e parziale di contrarietà (senza la presenza di particolari tensioni o della classica *escalation*) reagisce con un comportamento totalmente fuori misura rispetto alle norme socia-

1 World Health Organization, *World report on violence and health: summary*, Geneva 2002, p. 4 (traduzione a cura dell'autore).

2 Franco Fornari ha sostenuto l'idea che la violenza si origini all'interno di relazioni fusionali che non lasciano spazio a possibilità di contrasto e che, proprio per questo, finiscono per generare pulsioni distruttive che sono proiettate all'esterno della relazione o rivolte verso l'altro della relazione stessa. Si veda: F. Fornari, *La malattia dell'Europa*, Feltrinelli, Milano 1981.

li. Proprio per la sua incapacità di reggere la conflittualità è quindi particolarmente esposto al rischio di agire comportamenti violenti verso gli altri o verso se stesso.

Spinto da queste idee ho cominciato, tre anni fa, in collaborazione con la psicologa Carmen Molinari, a impostare una ricerca per definire il concetto e verificarne l'effettiva capacità di spiegare alcuni comportamenti. Dopo alcuni focus group e periodiche riunioni d'equipe siamo arrivati alla stesura definitiva di un questionario composto da 20 domande a risposta multipla: ogni risposta rifletteva una delle tendenze ipotizzate come caratteristiche del concetto. La persona carente conflittuale infatti si caratterizza per quattro aspetti:

1) *Non valorizza la parola.* Non è in grado e/o non ha ancora imparato a valorizzare la parola, sia per problemi temperamentali di rabbia e impulsività, sia per la propria storia educativa familiare, come nel caso di modelli genitoriali con alta emotività espressa specie di tipo aggressivo. Tende a equiparare la critica verbale all'atto violento e quindi un giudizio negativo, un insulto o un “no” sono vissuti come un pericoloso attacco personale. Rispetto alla violenza inflitta agli altri invece, far equivalere parole offensive a violenza cercando una reazione immediata, forte, e tesa a ferire.

2) *Agisce le emozioni senza filtro simbolico, senza elaborazione, mettendo a nudo la propria fragilità psichica.* Quando un'emozione negativa (ansia, tristezza, rabbia) invade la persona, senza che questa riesca a pensarla o a nominarla, può accadere che chi tende a subire o auto infliggersi violenza si senta sopraffatto e agisca nei suoi comportamenti autodistruttivi, mentre nella violenza rivolta all'altro le emozioni diventano reattività rabbiosa e aggressiva, con analogica incapacità di prendere distanza.

3) *Confonde la persona col problema senza distinguere il contenuto comunicazionale dall'emittente.* Questa modalità è più collegata alla normalità rispetto alle altre due, e risulta condizionata da una reazione emotiva che è una risposta quasi fisiologica nei confronti di chi limita o interferisce con un bisogno o un interesse del carente conflittuale.

4) *Segnala una permalosità e suscettibilità eccessive, con agito di riluttanza estrema e di diniego relazionale totale.* Permalosità e suscettibilità sono tratti temperamentali correlati alla rabbia che richiamano l'area della fragilità, mentre l'agito è un comportamento non consapevole di rifiuto estremo della relazione e dell'altro.

I risultati di questo lavoro, che ha portato a sottoporre il questionario a 241 soggetti di un'età compresa tra i 15 e i 30 anni, hanno confermato la mia ipotesi: la *carenza conflittuale* è a tutti gli effetti un nuovo costrutto³, che rispetto ad altri mantiene la sua specificità proprio per il suo manifestarsi nel momento della contrarietà in ambito relazionale.

Questa scoperta è estremamente interessante. Per la prima volta si pone una speci-

3 Un costrutto è un concetto astratto derivato da modelli teorici, non direttamente osservabile ma definito da alcune caratteristiche specifiche variabili che possono essere misurate.

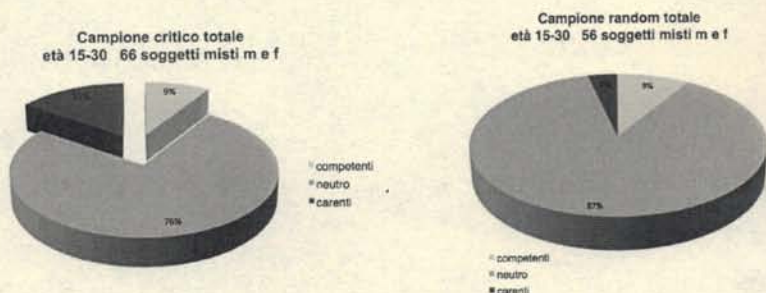
fica correlazione tra l'incapacità di reggere le situazioni di grave o lieve contrarietà e la fragilità psicologica di alcuni soggetti. Se di fronte a una situazione di contrasto relazionale ciascuno di noi può manifestare un comportamento che mette in luce alcune mancanze della propria capacità di affrontare e gestire i conflitti, e sebbene alcuni atteggiamenti come la permalosità, la suscettibilità e la reazione rabbiosa possano essere occasionalmente propri di chiunque, la differenza tra un soggetto che esprime queste difficoltà in modo socialmente accettabile e un carente conflittuale, sta nell'intensità e nella pervasività in cui il secondo percepisce il contrasto, e nella sua modalità reattiva che si manifesta con agiti impulsivi e rabbiosi propri del soggetto violento verso se stesso o gli altri. La carenza conflittuale cioè si pone in mezzo tra la violenza e quella che, durante la ricerca, è stata definita come competenza conflittuale, cioè come la capacità di stare nella tensione relazionale affrontandola come una situazione che può essere gestita.

CARENZA	COMPETENZA
La perturbazione verbale viene assimilata alla violenza	La parola consente l'incontro e anche la divergenza (“le parole servono a litigare senza farsi male” dicono giustamente i bambini)
Le emozioni vengono gite come filtri (“sono arrabbiato e te lo faccio sentire”)	Metto un filtro alle emozioni, riconosco i miei tasti dolenti infantili e non mi lascio travolgere
La persona che mi ostacola è il problema da eliminare	“Ho un problema con te, niente di personale”
L'altro può sempre ferirti	L'altro è una risorsa

La competenza conflittuale si può imparare

I risultati di questo lavoro di ricerca sono stati diversi e interessanti. Il questionario, sottoposto a un campione critico (che ipotizzavamo rivelarsi carente conflittuale) e a un campione random di soggetti, oltre a dimostrare che la carenza con-

flittuale, nelle sue varie declinazioni, è un fattore effettivamente presente in modo significativo nel campione critico (si vedano i grafici relativi), e a mettere in luce come, in particolari condizioni educative i comportamenti carenti possano diventare reversibili, ha prodotto risultati in linea con le più recenti ricerche neuroscientifiche sullo sviluppo della corteccia prefrontale. In pratica, avendo dovuto per necessità sottoporre il questionario a un campione di soggetti più giovani rispetto a quelli ipotizzati in una prima fase di lavoro, ci siamo resi conto che effettivamente si può presupporre che le competenze legate alla capacità di gestione dei conflitti possano essere mediate dalle aree cerebrali prefrontali, che sono quelle implicate nella pianificazione dei comportamenti cognitivi complessi, nell'espressione della personalità, nell'assunzione di decisioni e nella moderazione della condotta sociale.



Questo mi porta, come pedagogo, a sottolineare le implicanze del ruolo dell'educazione nell'ambito dello sviluppo della capacità umana di gestire la conflittualità. Un'educazione che mortifica, un'educazione puramente correttiva, un'educazione che nega il valore del conflitto e che impedisce a bambini e ragazzi di apprendere da questa fondamentale esperienza umana contribuisce a ridurre l'autostima, e a spingere le persone verso comportamenti di aggressività violenta o di autolesionismo. Certamente negli ultimi decenni su questi aspetti sono stati fatti passi importanti e significativi: l'educazione è sempre più orientata verso modelli non mortificanti o correttivi, ma ritengo che l'ambito dell'apprendimento dalla e sulla gestione della conflittualità sia ancora da esplorare per raggiungere nuove consapevolezze.

La scoperta di questi nuovi costrutti e la scoperta che durante l'infanzia ma anche durante l'adolescenza è possibile intervenire con particolari programmi centrati sull'apprendimento di una conflittualità sana, relazionale e capace di ascolto profondo di se stessi e degli altri, può davvero contribuire a costruire un futuro migliore, in cui la violenza lasci sempre più spazio alla competenza emotiva e relazionale.

** Pedagogo, consulente e formatore, fondatore del Centro Psicopedagogico per la Pace e la gestione dei conflitti e direttore della rivista Conflitti*