

REGOLAZIONE DELLE EMOZIONI INTERGRUPPO: UN PERCORSO PER LA COSTRUZIONE DELLA PACE

INTERGROUP EMOTION REGULATION: A PATHWAY TO PEACEBUILDING

- Lucy Muthoni Nderi¹

RIASSUNTO

La riconciliazione post-conflitto è un requisito per una pace duratura e sostenibile. L'articolo concettualizza la costruzione della pace come un processo di regolazione delle emozioni intergruppo. La prima parte introduce un quadro teorico per l'analisi dei processi di regolazione emotiva coinvolti nei processi di pace. La seconda sezione delinea alcune prospettive di interventi psicosociali e i loro effetti su specifiche emozioni intergruppo. In particolare ci si concentra su come l'alterazione degli stati emotivi di gruppo quali odio, rabbia, senso di colpa possa aprire la strada al rafforzamento di una visione fiduciosa del futuro caratterizzata dalla speranza e dall'empatia in vista di ricostruire relazioni pacifiche tra avversari. La conclusione considera brevemente alcune implicazioni educative, accennando a qualche pista di ricerca futura.

PAROLE CHIAVE

Regolazione delle emozioni intergruppo, interventi psicosociali, costruzione della pace.

¹ Docente aggiunta di Psicologia Dinamica presso la Pontificia Facoltà di Scienze dell'Educazione «Auxilium» di Roma.

SUMMARY

Postconflict reconciliation is a requirement for lasting and sustainable peace. The article conceptualizes peacebuilding as an emotion regulation process of group based emotions. The first part introduces a theoretical framework for analyzing emotion regulation processes involved in peace processes. The second section outlines some psycho-social intervention strategies and their effects on specific intergroup emotions. More specifically the focus is on how the alteration of group emotional states such as hatred, anger, guilt can pave way to the reinforcement of a hopeful and empathetic view of the future restoration of pacific relationships between adversaries. The conclusion briefly considers some educative implications, indicating some directions for future research.

KEYWORDS

Intergroup emotion regulation, psycho-social interventions, peacebuilding.

RESUMEN

La reconciliación postconflicto es un requisito para una paz duradera y sostenible. El artículo conceptualiza la construcción de la paz como un proceso de regulación de las emociones intergrupales. La primera parte introduce un cuadro teórico a través del análisis de los procesos de regulación emotiva implicados en la reconciliación y en la construcción de la paz. La segunda sección delinea algunas perspectivas de intervención psicosocial y sus efectos sobre emociones específicas intergrupales. En particular se concentra sobre cómo la alteración de las emociones intergrupales, como el odio, la rabia, el sentido de culpa puedan abrir camino al refuerzo de una visión confiada en el futuro, caracterizada por la esperanza y la empatía con el fin de reconstruir relaciones pacíficas entre adversarios. La conclusión considera brevemente algunas implicaciones educativas, apuntando a algunas pistas de investigación futura.

PALABRAS CLAVE

Regulación de las emociones intergrupales, intervenciones psicosociales, construcción de la paz.

Introduzione

L'umanità si trova di fronte a crisi sociali, economiche, politiche e morali legate al cambiamento climatico, agli effetti della pandemia da Covid-19 e alle guerre diffuse sul pianeta. L'aspirazione profonda alla pace è gravemente minacciata dalla violenza individuale e collettiva che rischia di annientare la specie umana. Basti pensare che nel 2022 sono stati registrati 363 conflitti in tutto il mondo di cui 216 violenti.² Alcune guerre, tra altre, continuano, a vari livelli di intensità, per anni o addirittura decenni come quelle in Sudan, Etiopia, Myanmar, Afghanistan, Siria e Ucraina. Purtroppo, per fronteggiare la destabilizzazione della pace, molte società e istituzioni socio-politiche sembrano orientarsi verso risposte militarizzate aumentando la produzione e il flusso di armi, invece di intraprendere percorsi di dialogo e rafforzamento della democrazia per una pace sostenibile.

È da notare, comunque, che alcuni conflitti si concludono con un accordo di pace formale che ruota principalmente attorno a questioni pragmatiche e tangibili. Infatti, tra il 1990 e il 2018 sono stati firmati oltre 1.700 accordi di pace in oltre 200 processi di pacificazione.³

Tuttavia, la rappacificazione formale è solo una illusione di sconfiggere la guerra, perché non risolve completamente le questioni legate ai bisogni e agli interessi delle parti, alla giustizia strutturale, alla responsabilità condivisa e alla distribuzione di potere, ricchezza e risorse e, di conseguenza, il rapporto tra gli avversari rimane danneggiato. Occorre impegnarsi sulla via della pace attiva e creativa, trovando insieme un modo diverso di impostare le relazioni internazionali. Ripristinare relazioni pacifiche sostenibili richiede profondi cambiamenti del repertorio socio-psicologico che include credenze, orientamento emotivo, chiusura identitaria e memoria collettiva.⁴

In quest'ottica, alcuni studiosi hanno cercato di sviluppare interventi per promuovere un cambiamento affettivo positivo tra gruppi coinvolti nel conflitto, al fine di facilitare la riconciliazione. Uno dei contributi più studiati è l'ipotesi del contatto di Gordon Allport secondo il quale il contatto prolungato e profondo tra membri di diversi gruppi sociali può ridurre i pregiudizi profondamente radicati nel contesto conflittuale. Per l'autore, perché un tale contatto sia efficace, è necessario assicurare tre condizioni: la parità di *status*, la cooperazione per il raggiungimento di un fine

² Cf HEIDELBERG INSTITUTE FOR INTERNATIONAL CONFLICT RESEARCH, *Conflict barometer 2022*, in https://hiik.de/wp-content/uploads/2023/05/CoBa_2022_00_01.pdf (20-04-2023).

³ Cf FORSTER Robert, *Peace agreements*, in ROMANIUK Scott - MARTON Péter (a cura di), *The Palgrave Encyclopedia of Global Security Studies*, s.l., Palgrave Macmillan Cham 2020, 1-7.

⁴ Cf BLOOMFIELD David - BARNES Teresa - HUYSÉ Luc, *Reconciliation after violent conflict. A handbook*, Stockholm, IDEA 2003, 12-21.

comune e il sostegno sociale e istituzionale.⁵ A partire dalla formulazione iniziale di Allport sono stati sviluppati interventi basati sul contatto per migliorare la percezione, gli atteggiamenti e le relazioni intergruppo.⁶

Per spiegare come i cambiamenti negli atteggiamenti di pregiudizio possano trascendere la situazione in cui è avvenuto il contatto, alcuni studiosi hanno sviluppato tre modelli di intervento basati sulla teoria dell'identità sociale. Gli interventi basati sul modello della *deategorizzazione* mirano ad indebolire la salienza dell'identità di gruppo derivante dal processo di categorizzazione sociale per consentire ai membri di gruppi rivali di interagire come individui. L'interazione frequente e personalizzata rende irrilevanti le informazioni stereotipate basate sulla categoria e dilata i confini dei gruppi.⁷ Le strategie fondate sul modello dell'*identità dell'ingroup comune*, invece, propongono di stimolare i membri di gruppi diversi a crearsi un'identità comune sovraordinata in modo che gli atteggiamenti e i comportamenti positivi che si sviluppano nei confronti dei membri dell'*ingroup* possano estendersi anche a coloro che appartengono all'*outgroup*.⁸ Infine, le prospettive di intervento sviluppate in base al *modello di categorizzazione incrociata* sono finalizzate a offuscare i confini tra i gruppi avversari evidenziando le categorie sociali condivise.⁹

Sebbene gli interventi fondati sugli approcci classici per promuovere le relazioni intergruppi si siano dimostrati efficaci in un gran numero di contesti, le ricerche evidenziano che il fattore delle emozioni è stato trascurato. Per colmare questo divario, recentemente, l'attenzione degli psicologi sociali si è rivolta all'orientamento emotivo come meccanismo chiave alla base di atteggiamenti, percezioni e comportamenti politici nei conflitti violenti e protratti nel tempo.¹⁰ La comprensione della natura, del

⁵ Cf ALLPORT Gordon, *The nature of prejudice*, Cambridge, Addison-Wesley Publishing Company 1954, 261-281.

⁶ Cf PETTIGREW Thomas - TROPP Linda, *A meta-analytic test of intergroup contact theory*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 90(2006)5, 753-757; Id., *How does intergroup contact reduce prejudice? Meta-analytic tests of three mediators*, in *European Journal of Social Psychology* 38(2008)6, 922-934.

⁷ Cf BREWER Marilynn - MILLER Norman, *Beyond the contact hypothesis. Theoretical perspectives on desegregation*, in Id. (a cura di), *Groups in contact. The psychology of desegregation*, Los Angeles, Academic Press 1984, 286-288.

⁸ Cf GAERTNER Samuel et alii, *The common ingroup identity model. Recategorization and the reduction of intergroup bias*, in *European Review of Social Psychology* 4(1993)1, 5-9.

⁹ Cf CRISP Richard - HEWSTONE Miles, *Crossed categorization and intergroup bias. The moderating roles of intergroup and affective context*, in *Journal of Experimental Social Psychology* 36(2000)4, 357-383.

¹⁰ Cf HALPERIN Eran, *Emotions in conflict. Inhibitors and facilitators of peace making*, New York, Routledge 2016, 155-157. Per un approfondimento sul ruolo delle emozioni intergruppo nell'esplosione, nel mantenimento e nella risoluzione del conflitto, si veda NDERI Lucy Muthoni, *Il fattore delle emozioni collettive e di gruppo nei conflitti intrattabili e nei processi di costruzione della pace*, in *Rivista di Scienze dell'Educazione* 61(2023)1, 45-70.

ruolo e delle implicazioni delle emozioni nelle guerre ha consentito lo sviluppo di un approccio che indaga i modi in cui l'aspetto emotivo alla base delle azioni bellicose possa essere modificato a favore della pace.¹¹ Tale prospettiva si avvale delle conoscenze sulla regolazione delle emozioni e si basa su due presupposti: che le emozioni, anche quelle potenti, possono essere modificate e che, spesso, le persone hanno forti motivazioni per modificare le proprie emozioni e quelle degli altri.¹²

A partire da tali considerazioni, con quest'articolo intendo sostenere che la regolazione emotiva può costituire un percorso per la costruzione della pace. In quest'ottica, ipotizzo che si possa intervenire sugli individui e sulle società aiutandoli a modificare le emozioni intergruppo come l'odio, la rabbia e il senso di colpa al fine di rafforzare una percezione empatica nei confronti dell'*outgroup* e una visione di speranza nella ricostruzione di rapporti positivi tra avversari. Si introduce, innanzitutto, un quadro teorico per l'analisi dei processi di regolazione delle emozioni coinvolti nella riconciliazione tra gruppi o società rivali. In seguito, si delineano alcuni interventi psico-sociali, concentrandosi sul modo in cui l'efficacia di questi interventi è subordinata alla loro capacità di regolare specifiche emozioni intergruppo.

1. La regolazione delle emozioni nel processo di costruzione della pace

James Gross definisce la regolazione emotiva come l'insieme dei processi attraverso i quali gli individui influenzano le proprie emozioni, il momento in cui provarle e il modo in cui farne esperienza ed esprimerle. È da notare che i processi emozionali presentano diverse componenti, quali la latenza, l'insorgenza, l'intensità, la durata e le risposte fisiologiche, esperienziali e comportamentali, che si evolvono nel tempo. Quindi, la regolazione delle emozioni può comportare cambiamenti in alcuni aspetti del processo emotivo, aumentando o diminuendo l'intensità e/o la durata delle emozioni negative o positive.¹³ Anche se la maggior parte della ricerca sulla regolazione emotiva si è concentrata su individui o diadi, alcu-

¹¹ Cf HALPERIN Eran - REIFEN TAGAR Michal, *Emotions in conflicts. Understanding emotional processes sheds light on the nature and potential resolution of intractable conflicts*, in *Current Opinion in Psychology* 17(2017)5, 94-98.

¹² Cf HALPERIN Eran - SHARVIT Keren - GROSS James J., *Emotion and Emotion Regulation in Intergroup Conflict. An Appraisal-Based Framework*, in BAR-TAL Daniel (a cura di), *Intergroup conflicts and their resolution. Social psychological perspective*, New York, Psychology Press 2011, 83-103.

¹³ Cf GROSS James - THOMPSON Ross, *Emotion Regulation. Conceptual foundations*, in GROSS James (a cura di), *Handbook of emotion regulation*, New York, The Guilford Press 2007¹, 3-24.

ne intuizioni derivanti da tali studi possono essere applicate alle emozioni di gruppo al fine di ridurre i conflitti.¹⁴

1.1. Il modello del processo di regolazione delle emozioni intergruppo

Gross ha ideato due modelli per spiegare il processo generativo delle emozioni e il processo di regolazione emotiva: il *Modal Model of Emotion* e il *Process Model of Emotion Regulation*. Secondo il *Modal Model of Emotion* la sequenza secondo cui si genera un'emozione inizia con una situazione rilevante per il soggetto che vi pone attenzione in base a valutazioni personali sulla valenza e sul significato dell'evento e in funzione dei propri obiettivi. Le successive risposte emotive coinvolgono modificazioni a livello fisiologico, esperienziale e comportamentale e, a loro volta, possono modificare l'ambiente e influire sulla situazione iniziale. Con il *Process Model of Emotion Regulation*, Gross cerca di individuare le strategie di regolazione emotiva in rapporto alla sequenza dei processi coinvolti nella genesi delle emozioni.¹⁵ Secondo l'autore, l'attività di regolazione emotiva avviene attraverso cinque diversi livelli del processo emotivo.

Il primo consiste nella *selezione della situazione* e si riferisce al fatto di avvicinare o evitare certe persone, certi luoghi, certi oggetti con lo scopo di aumentare la probabilità di provare le emozioni desiderate ed evitare quelle indesiderate.¹⁶ Nel contesto della riconciliazione post-conflitto, tale strategia può avvenire attraverso l'educazione; ad esempio, fare una visita a un "museo della tolleranza" durante un evento commemorativo può servire come regolatore di emozioni positive verso l'*outgroup*.¹⁷

Il secondo riguarda la *modifica della situazione* che consta nell'attivare un insieme di azioni finalizzate a cambiare lo stato delle cose che alterano l'impatto emotivo dell'evento.¹⁸ Per trasformare la situazione a favore della pace, i *leader* possono concentrarsi sulla creazione di una realtà in cui determinate opinioni sono più facilmente espresse rispetto ad altre, variando il flusso di comunicazione e le fonti di informazioni riguardanti eventi relativi al conflitto.¹⁹ Anche i provvedimenti strutturali come la revisione della distribuzione di potere, ricchezza e risorse come anche iniziative di coo-

¹⁴ Cf GOLDENBERG Amit et alii, *The process model of group-based emotion. Integrating intergroup emotion and emotion regulation perspectives*, in *Personality and Social Psychology Review* 20(2016)2, 118-141..

¹⁵ Cf GROSS James, *Emotion regulation. Conceptual and empirical foundations*, in ID. (a cura di), *Handbook of emotion regulation*, New York, The Guilford Press 2014², 3-20.

¹⁶ Cf ID., *The emerging field of emotion regulation. An integrative review*, in *Review of General Psychology* 2(1998)3, 281-283.

¹⁷ Cf GOLDENBERG et alii, *The process model of group-based emotion* 128-129.

¹⁸ Cf GROSS, *The emerging field of emotion regulation* 283.

¹⁹ Cf GOLDENBERG et alii, *The process model of group-based emotion* 129.

perazione tra due ex avversari possono ripristinare relazioni caratterizzate dalla sicurezza e dalla fiducia regolando la paura intergruppo.²⁰

Un altro processo è il *ri-orientamento dell'attenzione* che si sostanzia nella focalizzazione selettiva o nella dislocazione dell'attenzione verso l'antecedente emotivo e implica dirigere l'attenzione verso alcuni elementi della situazione, trascurandone altri, al fine di modificare l'impatto emotivo.²¹ Nel contesto post-conflitto tale percorso può essere attivato puntando sulla appartenenza all'umanità condivisa con i membri del gruppo rivale. Inoltre, le società o i gruppi precedentemente in conflitto possono indirizzare il loro impegno verso la costruzione di una cultura democratica caratterizzata dalla giustizia strutturale, disponendo anche le risorse verso l'educazione alla pace.²²

Un ulteriore livello riguarda la *rivalutazione della situazione*, costituita dal processo per cui un individuo può modificare la propria valutazione di una situazione così da alterarne il significato emotivo, sia cambiando il proprio pensiero riguardo alla situazione stessa sia agendo per gestire le richieste che essa pone.²³ La ristrutturazione cognitiva può essere implementata assumendo una visione più ampia e più obiettiva di un certo fatto relativo al conflitto raccontato dai media per cogliere la complessità della situazione ed indirizzare l'orientamento emotivo verso la pace.²⁴ Uno degli sforzi in questa linea potrebbe essere quello di scrivere e diffondere insieme una storia comune del conflitto, al fine di modificare le narrazioni unilaterali, semplicistiche, selettive e distorte, sviluppando una nuova memoria collettiva compatibile con il processo di riconciliazione.²⁵

Infine, vi è il processo di *modulazione della risposta emotiva* che si concretizza nelle modalità fisiologiche, espressive e comportamentali finalizzate a inibire, accentuare o dissimulare un'emozione già attivata.²⁶ Questa strategia può essere messa in atto esprimendo messaggi di speranza per un futuro di pace da parte dell'*outgroup*, al fine di stimolare sentimenti di speranza nei membri dell'*ingroup* che, a loro volta, probabilmente sosterranno i compromessi necessari per la risoluzione del conflitto.²⁷

²⁰ Cf BAR-TAL Daniel - HALPERIN Eran, *The psychology of intractable conflicts. Eruption, escalation and peacemaking*, in HUDDY Leonie - SEARS David - LEVY Jack (a cura di), *Oxford handbook of political psychology*, New York, Oxford University Press 2013², 923-956.

²¹ Cf GROSS, *The emerging field of emotion regulation* 284.

²² Cf GOLDENBERG et alii, *The process model of group-based emotion* 129-130.

²³ Cf GROSS, *The emerging field of emotion regulation* 284-285.

²⁴ Cf GOLDENBERG et alii, *The process model of group-based emotion* 130-131.

²⁵ Cf BAR-TAL Daniel, *From intractable conflict through conflict resolution to reconciliation. Psychological analysis*, in *Political Psychology* 21(2000)2, 358.

²⁶ Cf GROSS, *The emerging field of emotion regulation* 285.

²⁷ Cf GOLDENBERG et alii, *The process model of group-based emotion* 131-132.

Per Gross i primi tre processi fanno riferimento alle strategie che si innescano prima che la risposta emotiva sia del tutto attiva e prima che essa abbia cambiato la reazione fisiologica e comportamentale (*antecedent-focused strategies*) mentre la quarta e la quinta strategia intervengono quando la risposta emotiva ha già preso le mosse (*response-focused strategies*).²⁸ È proprio la *rivalutazione della situazione* ad interessare gli psicologi della pace Amit Goldenberg e colleghi che, a partire dal modello di Gross, hanno elaborato il *modello del processo di regolazione delle emozioni intergruppo*.²⁹

L'assunto alla base di questa applicazione è che le strategie di regolazione delle emozioni di gruppo, nella loro struttura, non siano diverse da quelle che modulano le emozioni dell'individuo o della diade. La caratteristica distintiva del processo di regolazione emotiva è l'attivazione di un obiettivo per modificare la generazione delle emozioni.³⁰ Nel contesto della riconciliazione post-conflitto, i ricercatori distinguono tra due possibili obiettivi della rivalutazione cognitiva: la situazione stessa e il proprio livello di categorizzazione.³¹

²⁸ Cf GROSS - THOMPSON, *Emotion Regulation. Conceptual foundations* 16-17.

²⁹ Cf GOLDENBERG et alii, *The process model of group-based emotion* 118-141. Questi autori hanno fatto la scelta di concentrarsi specificatamente sulla strategia della rivalutazione della situazione perché la maggior parte della letteratura attuale sulle emozioni in situazioni di conflitto si colloca nel modello interpretativo basato sulla valutazione, cioè l'Appraisal-Based Framework (cf ČEHAJIĆ-CLANCY Sabina et alii, *Social-psychological interventions for intergroup reconciliation. An Emotion regulation perspective*, in *Psychological Inquiry* 27(2016)2, 75-76).

³⁰ Cf GROSS James - SHEPPES Gal - URRY Heather, *Emotion generation and emotion regulation. A distinction we should make (carefully)*, in *Cognition and Emotion* 25(2011)5, 765-781.

³¹ Il contesto della risoluzione del conflitto fornisce un terreno fertile per la rivalutazione cognitiva, dato che gli eventi distruttivi, che stimolano le emozioni negative, si sono interrotti o compaiono meno spesso rispetto al passato. Inoltre, a causa del divario temporale, i membri della società che svolgono un ruolo centrale nel processo di riconciliazione non hanno sperimentato direttamente gli avvenimenti legati al conflitto e questo potrebbe facilitare una rivalutazione retrospettiva in un'ottica più ampia e neutra (cf McRAE Kate-ri - CIESIELSKI Bethany - GROSS James, *Unpacking cognitive reappraisal: goals, tactics, and outcomes*, in *Emotion* 12(2012)2, 250-255). Inoltre, i risultati delle ricerche sottolineano che le persone hanno la capacità di ricategorizzarsi in base a contesti diversi. Nella situazione in cui le parti in conflitto sono membri dello stesso gruppo sovraordinato, spostare la salienza di un'auto-categorizzazione a un livello più inclusivo può essere una strategia di regolazione delle emozioni negative (cf SMITH Eliot - SEGER Charles - MACKIE Diane, *Can emotions be truly group level? Evidence regarding four conceptual criteria*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 93(2007)3, 431-446). A proposito di questo si è riscontrato che la ricategorizzazione di alcuni membri di società rivali da un livello nazionale a uno universale ha influenzato la loro disponibilità a perdonare le disuguaglianze dell'*outgroup* (cf WOHL Michael - BRANSCOMBE Nyla - REYSEN Stephen, *Forgiveness and collective guilt assignment to historical perpetrator groups depend on level of social category inclusiveness*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 88(2005)2, 288-303).

Dato che la tendenza comune durante la guerra è quella di interpretare gli eventi in modo unilaterale e parziale,³² la rivalutazione ha il potenziale per influenzare positivamente i conflitti riducendo l'entità delle emozioni negative dirette verso l'avversario o aumentando le emozioni positive. Inoltre, la ristrutturazione cognitiva consente di ampliare le prospettive accrescendo sentimenti di speranza che, a loro volta, possono portare a un maggiore sostegno per azioni concilianti come il favorire concessioni, la disponibilità a fornire aiuti umanitari e l'apertura verso l'*outgroup*.³³ In effetti, i risultati di uno studio correlazionale mostrano che i partecipanti israeliani che utilizzavano frequentemente il *reappraisal* durante il conflitto israelo-palestinese avevano mantenuto livelli di speranza elevati ed erano stati più favorevoli a fornire aiuti umanitari ai palestinesi.³⁴

1.2. Alcuni approcci alla regolazione delle emozioni intergruppo

Se le emozioni giocano un ruolo così centrale nel conflitto, è fondamentale che gli interventi volti a promuovere la riconciliazione le affrontino, al fine di ridurre alcuni aspetti distruttivi degli stati emotivi e, allo stesso tempo, amplificandone le dimensioni positive e costruttive. Per regolare le emozioni intergruppo attraverso la rivalutazione cognitiva sono stati adottati diversi approcci: regolazione diretta, regolazione comunicativa e regolazione indiretta.

La *regolazione diretta delle emozioni* si riferisce agli sforzi auto-diretti e intenzionali per cambiare l'intensità, la valenza o il tipo di emozione vissuta³⁵ Essa include una serie di strategie in cui gli individui sono direttamente formati a regolare le loro emozioni al fine di influenzare atteggiamenti e comportamenti politici. Nelle sessioni di formazione alla ristrutturazione cognitiva viene chiesto esplicitamente di guardare alcuni stimoli che provocano emozioni in modo analitico e oggettivo come fanno gli scienziati, provando a pensare ad essi in modo freddo e distaccato. In questa linea, i risultati degli studi evidenziano che la regolazione emotiva mediante il *reappraisal training* diminuisce gli aspetti distruttivi di certe emozioni e aumenta il sostegno dei percorsi di pacificazione³⁶

³² Cf BAR-TAL Daniel, *Socio-psychological foundations of intractable conflicts*, in *American Behavioral Scientists* 50(2007)11, 1431-1437.

³³ Cf HALPERIN Eran - COHEN-CHEN Smadar - GOLDENBERG Amit, *Indirect emotion regulation in intractable conflicts. A new approach to conflict resolution*, in *European Review of Social Psychology* 25(2014)1, 5.

³⁴ Cf HALPERIN Eran - GROSS James, *Emotion regulation in violent conflict. Reappraisal, hope and support for humanitarian aid to the opponent in wartime*, in *Cognition and Emotion* 25(2011)7, 1228-1236.

³⁵ Cf GROSS - THOMPSON, *Emotion Regulation. Conceptual foundations* 13-15.

³⁶ Cf HALPERIN Eran et alii, *Can emotion regulation change political attitudes in intractable conflicts? From the laboratory to the field*, in *Psychological Science* 24(2013)1, 106-111.

Sebbene l'uso della regolazione emotiva diretta si sia rivelato efficace nel setting laboratoriale, sembra porre delle sfide nella sua applicazione al di fuori del laboratorio poiché la maggior parte degli interventi di rivalutazione cognitiva richiede tempo per una formazione personale che implica la comunicazione diretta con ogni singolo individuo prima o durante l'esperienza dell'evento negativo. Inoltre, la realizzazione della regolazione emotiva diretta necessita di una forte motivazione da parte dei partecipanti per cui sembrerebbe difficile tra soggetti con scarsa motivazione a regolare le proprie emozioni.³⁷

Un altro approccio è quello della *regolazione comunicativa delle emozioni* che considera le emozioni come informazioni sociali. Questa linea di ricerca rileva che le emozioni possono essere influenzate dall'esposizione alle espressioni emotive degli altri.³⁸ In una serie di studi condotti nei contesti di conflitto, quando i partecipanti erano esposti a espressioni di dolore dell'*outgroup* si sentivano maggiormente in colpa e, a loro volta, erano più propensi a sostenere e impegnarsi in azioni collettive di protesta contro le atrocità dell'*ingroup* nei confronti dell'*outgroup*. Tuttavia, anche quest'approccio reattivo alla regolazione emotiva dipende dalla motivazione delle persone a reagire alle emozioni espresse dagli avversari. Infatti, i ricercatori hanno riscontrato che la regolazione comunicativa delle emozioni funziona in modo efficace solo con i membri dell'*ingroup* che sono aperti alla prospettiva dell'*outgroup*.³⁹

Per implementare il cambiamento cognitivo in modo efficiente a livello di grandi gruppi di individui e, allo stesso tempo, aggirare l'aspetto motivazionale, gli autori hanno sviluppato interventi basati sulla *regolazione emotiva indiretta*. Ciò si realizza modificando credenze e atteggiamenti riguardanti la situazione e/o l'*outgroup* che sono alla base delle emozioni di gruppo in modo da influenzare la traiettoria emotiva a favore della riconciliazione. Dato che ogni emozione è associata a obiettivi specifici e a una predisposizione all'azione, il primo passo per facilitare la regolazione emotiva indiretta consiste nell'identificare la tendenza all'azione desiderata come, ad esempio, l'apertura alla narrazione dell'altro o l'accettazione della richiesta di perdono. Il passaggio successivo è quello di collegare la tendenza all'azione a un'emozione discreta; ad esempio, se l'obiettivo è quello di stimolare la motivazione a portare le parti precedentemente in conflitto nella stessa stanza per

³⁷ Cf HALPERIN - REIFEN Tagar, *Emotions in conflicts* 96.

³⁸ Cf VAN KLEEF Gerben, *The interpersonal dynamics of emotion. Toward an integrative theory of emotions as social information*, Cambridge, Cambridge University Press 2016, 13-35.

³⁹ Cf SOLAK Nevin et alii, *Disappointment expression evokes collective guilt and collective action in intergroup conflict. The moderating role of legitimacy perceptions*, in *Cognition and Emotion* 31(2017)6, 1112-1126.

condividere sul passato e formare una narrazione unificata, allora l'emozione bersaglio del processo di regolazione indiretto sarebbe l'ansia intergruppo.⁴⁰

Dopo aver identificato l'emozione target, la sfida successiva consiste nell'individuare un contenuto concreto che consenta la regolazione di quell'emozione. A tal fine, si cerca il tema centrale della valutazione cognitiva,⁴¹ che costituisce la base per la risposta emotiva e le sue implicazioni motivazionali e comportamentali. Si suppone che, modificando questo tema di valutazione cognitiva, l'emozione associata ad esso possa essere regolata, portando a una trasformazione degli obiettivi emotivamente rilevanti, nonché delle tendenze all'azione relative al conflitto; ad esempio, cambiare la valutazione dell'*outgroup* come un pericolo per il futuro dell'*ingroup* ridurrebbe la paura. La domanda che si pone è: come si può cambiare questo tema centrale della valutazione? Una volta identificato il tema di valutazione centrale è fondamentale attivare un processo psicologico che possa ridurre l'impegno dell'individuo o del gruppo verso tale tema, fornendo prove che mettono in discussione le credenze sia sulla situazione che sull'avversario. In tali casi, alcuni interventi già esistenti, originariamente ideati per scopi diversi come quelli basati sull'ipotesi di contatto o sulla teoria dell'identità sociale, possono essere utilizzati per modellare i temi di valutazione associati a una determinata emozione, al fine della regolazione emotiva indiretta a favore della pace.⁴²

Nella parte seguente si cercherà di delineare questo processo negli interventi specifici che si presentano.

2. Alcune prospettive di intervento socio-psicologico incentrate sulle emozioni intergruppo

Nel contesto post-conflitto l'orientamento collettivo di speranza per la pace implica la rappresentazione di nuovi scopi di convivenza pacifica e l'attivazione delle strategie per raggiungere tali mete mediante la cooperazione con il nemico di ieri.⁴³ Pertanto, cambiare le emozioni delle persone tramite interventi psicologici costituisce un passo significativo verso la comprensione dei meccanismi che possono essere utilizzati per trasformare e mobilitare le risorse sociali verso la costruzione della pace.

⁴⁰ Cf HALPERIN - COHEN-CHEN - GOLDENBERG, *Indirect emotion regulation in intractable conflicts* 9-10.

⁴¹ Cf SCHERER Klaus, *Ways to study the nature and frequency of our daily emotions. Reply to the commentaries on "Emotions in everyday life"*, in *Social Science Information* 43(2004)4, 667-689.

⁴² Cf HALPERIN - COHEN-CHEN - GOLDENBERG, *Indirect emotion regulation in intractable conflicts* 10.

⁴³ Cf BAR-TAL Daniel, *Why does fear override hope in societies engulfed by intractable conflict, as it does in the Israeli society?*, in *Political Psychology* 22(2001)3, 601-627.

2.1. Strategie di intervento finalizzate ad attenuare i livelli di odio tra gruppi

La teoria dell'identità sociale evidenzia che la limitata capacità di elaborare informazioni e di rimanere nella complessità fisica/sociale porta gli esseri umani a classificare, non solo gli oggetti, ma anche le persone in gruppi. Il processo di differenziazione di "noi" (*l'ingroup*) da "loro" (*l'outgroup*) è un elemento universale delle relazioni intergruppi.⁴⁴ Tuttavia, la percezione e la convinzione che i membri di un gruppo nemico siano omogenei sono più pronunciate in ambienti post-conflitto e costituiscono un grande ostacolo alla riconciliazione sostenibile.⁴⁵ In tale contesto, una delle emozioni più distruttive è l'odio intergruppo, basato sulla percezione dell'*outgroup* come malvagio per natura e intrinsecamente immutabile nel suo comportamento immorale e violento. In effetti, i dati empirici mostrano che coloro che manifestano tali credenze fisse sperimentano maggiori livelli di odio e sostengono le azioni volte a danneggiare o distruggere l'*outgroup*, opponendosi ai percorsi di negoziazione, ai compromessi politici e tendono persino a normalizzare i rapporti intergruppi caratterizzati dalla violenza.⁴⁶ La domanda che si pone è: come possono essere cambiate queste credenze e l'odio distruttivo?

Alcuni studiosi suppongono che l'aumento della percezione della variabilità dell'*outgroup* sia una condizione necessaria per ridurre l'odio intergruppo.⁴⁷ Infatti, alcune ricerche evidenziano che le persone che presentano credenze flessibili concepiscono gli individui e i gruppi come dinamici e in continua trasformazione e, di conseguenza, sono meno inclini a formarsi e a mantenere stereotipi.⁴⁸ Tale evidenza empirica suggerisce che, scongelando l'idea che gruppi o conflitti abbiano una natura fissa o immutabile, sembra possibile ridurre l'odio e lavorare per la pace sostenibile.

In effetti, diversi studi condotti durante la risoluzione dei conflitti hanno esaminato se alcuni interventi finalizzati a promuovere una visione flessibile sul gruppo rivale potessero portare a livelli ridotti di odio e a un mag-

⁴⁴ Cf TAJFEL Henri - TURNER John, *The social identity theory of intergroup behavior*, in AUSTIN William - WORCHEL Stephen (a cura di), *Psychology of Intergroup Relations*, Chicago, Hall Publishers 1986, 7-24.

⁴⁵ Cf ČEHAJIC-CLANCY Sabina - BILEWICZ Michał, *Fostering reconciliation through historical moral exemplars in a post-conflict society*, in *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology* 23(2017)3, 288-289.

⁴⁶ Cf HALPERIN Eran et alii, *Promoting the Middle East peace process by changing beliefs about group malleability*, in *Science* 333(2011)6050, 1767-1769.

⁴⁷ Cf SAGUY Tamar - HALPERIN Eran, *Exposure to outgroup members criticizing their own group facilitates intergroup openness*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 40(2014)6, 791-802.

⁴⁸ Cf RYDELL Robert et alii, *Implicit theories about groups and stereotyping. The role of group entitativity*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 33(2007)4, 549-558.

giore sostegno ai compromessi necessari per la riconciliazione. *In primis*, i membri di gruppi diversi che vivevano all'interno dei contesti di conflitti intrattabili leggevano dei testi informativi, che indicavano i risultati di ricerche sulla dinamicità e malleabilità dei gruppi nel tempo.⁴⁹ Inoltre, gli stessi soggetti venivano esposti a membri dell'*outgroup* odiato che criticavano le azioni belliche compiute dal proprio gruppo nei confronti degli altri.⁵⁰ I ricercatori hanno notato che i partecipanti a questi interventi esprimevano atteggiamenti ed emozioni meno negativi nei confronti del rispettivo *outgroup* ed erano più disposti a sostenere processi di negoziazione rispetto a quelli che non avevano colto che i gruppi sono dinamici e mutevoli. Quindi, l'implementazione indiretta dell'idea di una natura malleabile dei gruppi ha portato alla trasformazione nella valutazione dello specifico *outgroup* come malvagio, diminuendo i livelli di odio e aumentando il sostegno ai compromessi per il raggiungimento della pace.⁵¹

Questo risultato è stato confermato da un'altra serie di studi effettuati in contesti diversi, attestando che le credenze flessibili sul gruppo rivale facilitano sia la percezione del rimorso del trasgressore, sia il sopporre un futuro privo di recidive e, di conseguenza, le richieste di perdono vengono ritenute affidabili e il colpevole pentito.⁵² Ciò significa che qualsiasi percorso di riconciliazione volto ad attenuare l'odio tra gruppi, richiedendo gesti reciproci, compromessi e perdono, dovrebbe basarsi sul fatto che l'*outgroup* sia in grado di cambiare il proprio comportamento distruttivo.

Sulla stessa linea, sono stati attivati interventi volti ad aumentare la consapevolezza della variabilità morale dell'*outgroup*. La strategia di intervento mira a stimolare i membri del gruppo vittimizzato a prendere coscienza che tra i membri del gruppo nemico non ci sono solo dei carnefici, ma anche persone eroiche che hanno perso la loro vita o hanno rischiato di perderla salvando le vittime. Le prospettive di intervento si basano sul presupposto che, data l'alta prevalenza di azioni immorali compiute durante gli anni del conflitto, la riconciliazione debba includere un aspetto che isoli tali azioni dalle caratteristiche innate dell'*outgroup*.⁵³

A questo proposito Michał Bilewicz e Manana Jaworska osservano che «esaminare storie di vita individuali costituisce un'opportunità unica di riconciliazione tra membri di gruppi storicamente in conflitto». ⁵⁴ Nel con-

⁴⁹ Cf HALPERIN et alii, *Promoting the Middle East peace process 1767-1769*.

⁵⁰ Cf SAGUY - HALPERIN, *Exposure to outgroup members criticizing their own group* 791-802.

⁵¹ Cf HALPERIN Eran et alii, *Promoting intergroup contact by changing beliefs. Group malleability, intergroup anxiety and contact motivation*, in *Emotion* 12(2012)6, 1192-1195.

⁵² Cf WOHL Michael et alii, *Belief in the malleability of groups strengthens the tenuous link between a collective apology and intergroup forgiveness*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 41(2015)5, 714-725.

⁵³ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY - BILEWICZ, *Fostering reconciliation through historical moral exemplars* 288-289.

⁵⁴ BILEWICZ Michał - JAWORSKA Manana, *Reconciliation through the Righteous. The Narratives*

testo polacco, i due autori hanno realizzato interventi tra discendenti di ebrei e discendenti di polacchi, i cui antenati erano ritenuti complici dei nazisti durante la *Shoah* o spettatori passivi.⁵⁵ I partecipanti venivano prima invitati a leggere le storie dei polacchi che avevano salvato gli ebrei durante la seconda guerra mondiale e a discuterne in piccoli gruppi, e dopo a interagire con uno di questi eroi ponendogli delle domande. In seguito a quest'intervento, entrambe le parti hanno percepito una maggiore somiglianza tra loro rispetto a prima, esprimendo atteggiamenti positivi verso l'*outgroup*. Nel caso dei polacchi, il confronto con la narrazione delle azioni positive degli eroi polacchi ha mitigato il ruolo inumano di complici e di spettatori passivi alla base della loro identità sociale. Per gli ebrei, invece, la narrazione degli eroi polacchi ha fatto scoprire l'umanità del popolo polacco, considerato fino a quel momento immorale, ponendo una base per la fiducia reciproca.⁵⁶

Dunque, presentare alle persone storie di soccorritori eroici è molto importante per la riconciliazione dopo la violenza di massa, in quanto può impedire categorizzazioni di gruppi come esclusivamente vittime o perpetratori di atrocità e, quindi, migliorare le relazioni tra ex-avversari. Già una ricerca effettuata nel contesto post-genocidio della Bosnia-Erzegovina evidenzia cambiamenti positivi significativi nei contatti intergruppi dopo l'esposizione a storie documentate di individui che avevano salvato la vita dei membri del gruppo vittimizzato.⁵⁷ Anche papa Francesco nell'enciclica *Fratelli tutti* auspica una memoria integra e luminosa delle violenze passate: «Non mi riferisco solo alla memoria degli orrori, ma anche al ricordo di quanti in mezzo a un contesto avvelenato e corrotto, sono stati capaci di recuperare la dignità e con piccoli gesti o grandi gesti hanno scelto la solidarietà, il perdono, la fraternità. Fa molto bene fare memoria del bene».⁵⁸

of heroic helpers as a fulfillment of emotional needs in Polish-Jewish intergroup contact, in Journal of Social Issues 69(2013)1, 166.

⁵⁵ Spesso si tende a pensare solo alle ferite delle vittime senza considerare che anche la partecipazione alla violenza è lacerante come anche il fatto di rimanere passivi di fronte alle azioni bellicose. Ervin Staub ribadisce che la natura e il significato delle ferite provocate dal conflitto violento differiscono a seconda che la persona sia vittima, perpetratore o spettatore passivo. Gli spettatori passivi possono essere membri delle società o dei gruppi in conflitto oppure persone appartenenti a gruppi e nazioni esterne che rimangono nell'indifferenza di fronte alle vittime o al conflitto. Spesso tendono a prendere le distanze dalle vittime, svalutandole e accettando le giustificazioni offerte dai perpetratori (cf STAUB Ervin, *The roots of evil. Personality, social conditions, culture and basic human needs*, in *Personality and Social Psychology Review* 3(1999)3, 185).

⁵⁶ Cf BILEWICZ - JAWORSKA, *Reconciliation through the Righteous* 162-179.

⁵⁷ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY Sabina - BROWN Rupert - CASTANO Emanuele, *Forgive and forget? Antecedents and consequences of intergroup forgiveness in Bosnia and Herzegovina*, in *Political Psychology* 29(2008)3, 351-367.

⁵⁸ FRANCESCO, Lettera enciclica sulla fraternità e l'amicizia sociale *Fratelli tutti* (FT), 3 ottobre 2020, n. 249, Città del Vaticano, Libreria Vaticana 2020.

2.2. Linee di intervento per regolare gli aspetti distruttivi della rabbia di gruppo

I conflitti violenti sono spesso contrassegnati da azioni bellicose, dichiarazioni provocatorie e insulti reciproci. Nella maggior parte dei casi, i membri di società o gruppi in conflitto presentano una visione unidimensionale e distorta del conflitto e, quindi, percepiscono le azioni del gruppo rivale come ingiuste e inaccettabili. La reazione emotiva più adattiva alle provocazioni dell'*outgroup* è la rabbia che si configura come il carburante emotivo il quale mantiene il motore che lavora a pieno regime nel circolo vizioso della provocazione percepita che porta alla violenza la quale, a sua volta, genera ulteriori provocazioni e violenze.⁵⁹ In effetti, studi empirici condotti in contesti di conflitto hanno dimostrato che la rabbia verso il gruppo nemico costituisce una significativa barriera emotiva alla negoziazione, al compromesso e al perdono.⁶⁰

Per questo motivo attenuare gli aspetti distruttivi della rabbia sembra un obiettivo cruciale nel processo di riconciliazione.⁶¹ Gli studiosi suggeriscono che le richieste ufficiali di perdono e la riparazione tramite il risarcimento sono alcune modalità per la regolazione della rabbia intergruppo, promuovendo risposte concilianti da parte del gruppo offeso. Infatti, si è riscontrato che le richieste di perdono accompagnate dall'impegno concreto di riparazione implicano l'accettazione della responsabilità per un comportamento ingiusto nei confronti del gruppo vittimizzato, contribuendo così alla regolazione degli aspetti distruttivi della rabbia.⁶²

In quest'ottica, uno studio evidenzia che le vittime di pregiudizio etnico da parte della polizia in Gran Bretagna manifestavano meno rabbia e desiderio di vendetta dopo aver ricevuto richieste di perdono assieme al risarcimento da parte di un alto ufficiale della polizia. L'attenuazione della rabbia era mediata dal grado di colpa attribuito alla polizia e dalle emozioni di vergogna espresse dal portavoce.⁶³ Un'altra ricerca attesta che le

⁵⁹ Cf NDERI, *Il fattore delle emozioni collettive e di gruppo nei conflitti intrattabili* 49-53; 56-57.

⁶⁰ Cf TAM Tania et alii, *The Impact of intergroup emotions on forgiveness in Northern Ireland*, in *Group Processes and Intergroup Relations* 10(2007)10, 119-136.

⁶¹ È da rilevare che la rabbia nelle sue dimensioni costruttive risulta una forza rilevante per la de-escalation e la risoluzione del conflitto quando viene canalizzata nel coinvolgimento in azioni collettive come la partecipazione a manifestazioni o la firma di petizioni per sostenere il processo di pacificazione (cf BECKER Julia - TAUSCH Nicole, *A dynamic model of engagement in normative and non-normative collective action. Psychological antecedents, consequences, and barriers*, in *European Review of Social Psychology* 26 (2015)1, 43-92).

⁶² Cf ČEHAJIĆ-CLANCY et alii, *Social-psychological interventions for intergroup reconciliation* 79.

⁶³ Cf LEIDNER Bernhard et alii, *Ingroup glorification, moral disengagement and justice in the context of collective violence*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 36(2010)8, 1115-1129.

richieste di perdono accompagnate da emozioni morali da parte dell'out-group ottengono risposte indulgenti dai membri del gruppo ferito.⁶⁴

Tuttavia, le analisi storiche evidenziano che le richieste ufficiali di perdono tra i gruppi possono avere degli effetti ambigui e non tradursi in un gesto di riconciliazione quando non vengono accompagnate dall'impegno concreto volto ad affrontare adeguatamente le disuguaglianze o le ingiustizie attuali.⁶⁵ Inoltre, le scuse potrebbero semplicemente essere valutate come "gesti vuoti" nel caso in cui vengono percepite come una strategia per evitare gli obblighi riparativi da parte dei perpetratori, voltando pagina nella storia,⁶⁶ oppure quando non rispondono adeguatamente alle esigenze di "ri-potenziamento" del gruppo ferito.⁶⁷

2.3. Prospettive di intervento per modulare i sensi di colpa intergruppo

L'ipotesi che il senso di colpa intergruppo generi la tendenza a riparare il danno recato al gruppo delle vittime in situazione di conflitto ha suscitato interesse nell'ambito delle ricerche sui processi di costruzione della pace.⁶⁸ Ad esempio, si è notato che i sensi di colpa di alcuni cittadini statunitensi di origine europea prevedeva atteggiamenti favorevoli verso politiche riparative nei confronti degli afroamericani vittime di pregiudizio razziale.⁶⁹ Anche le ricerche effettuate in Australia convalidano che i sentimenti di colpa degli australiani non indigeni per ingiustizie nei confronti degli aborigeni era correlata al sostegno delle richieste di perdono ufficiali alle comunità indigene da parte del governo.⁷⁰

⁶⁴ Cf WOHL Michael - HORNSEY Matthew - BENNETT Shannon, *Why group apologies succeed and fail. Intergroup forgiveness and the role of primary and secondary emotions*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 102(2012)2, 306-322.

⁶⁵ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY Sabina - KIRCHHOFF Johanna, *Intergroup Apologies: Does It Matter What They Say? Experimental Analyses*, in *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology* 20(2014)4, 430-451.

⁶⁶ Cf ZAISER Erica - GINER-SOROLLA Roger, *Saying sorry. Shifting obligation after conciliatory acts satisfies perpetrator group members*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 105(2013)4, 585-604.

⁶⁷ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY Sabina - BROWN Rupert, *"You say it best when you say nothing at all". Effects of reparation, apology, and expressions of emotions on intergroup forgiveness*, in *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology* 25(2019)1, 61-71.

⁶⁸ Cf ID., *Dealing with the past and facing the future. Mediators of the effects of collective guilt and shame in Bosnia and Herzegovina*, in *European Journal of Social Psychology* 38(2008)4, 669-684.

⁶⁹ Cf SWIM Janet - MILLER Deborah, *White guilt. Its antecedents and consequences for attitudes toward affirmative action*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 25(1999)4, 500-514.

⁷⁰ Cf LEACH Colin Wayne - IYER Aarti - PEDERSEN Anne, *Anger and guilt about ingroup advantage explain the willingness for political action*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 32(2006)9, 1232-1245.

Una condizione fondamentale per provare il senso di colpa intergruppo è la consapevolezza della responsabilità dei danni e delle ingiustizie commesse dal proprio gruppo. Coloro che non hanno tale consapevolezza o che si difendono dalla colpa del proprio gruppo sono privi delle basi psicologiche e morali per provarla.⁷¹ Inoltre, dato che il senso di autostima e di integrità delle persone è spesso legato all'immagine positiva del gruppo di appartenenza, riconoscere le trasgressioni commesse dai membri dell'*ingroup* può essere considerato altamente minaccioso. Per questo motivo, le prospettive di intervento che consentono sia di accrescere la percezione della responsabilità del proprio gruppo sia di avere una visione positiva di sé nonostante le azioni bellicose del proprio gruppo possono essere processi altamente positivi orientati alla regolazione del senso di colpa e, quindi, ai percorsi di riconciliazione.⁷²

In quest'ottica, gli psicologi sociali propongono strategie di contatto indiretto tramite la tecnica dello *storytelling* come modalità per facilitare il riconoscimento della responsabilità dell'*ingroup*, modulando la colpa intergruppo. I partecipanti vengono esposti ai racconti di vittime che non hanno legami con le persone che essi hanno danneggiato tramite letture, testimonianze o filmati brevi.⁷³ Le esperienze dolorose vissute dalle vittime suscitavano emozioni forti nei partecipanti, consentendo loro di percepire l'umanità delle vittime e di riconoscere la responsabilità del proprio gruppo.⁷⁴ In altri casi, in cui i processi di riconciliazione coinvolgono le generazioni successive a distanza di tempo dopo il conflitto, possono essere effettuati interventi orientati al contatto diretto di buona qualità volto a migliorare i rapporti tra discendenti di ex-rivali. A questo proposito, gli adolescenti serbi che avevano avuto un contatto con i musulmani bosniaci erano più predisposti a riconoscere che il proprio gruppo era responsabile delle atrocità commesse durante la guerra del 1992-1995.⁷⁵

A partire dalla considerazione che il riconoscimento della colpa dell'*ingroup* potrebbe essere percepito come una minaccia per l'identità so-

⁷¹ Cf BRANSCOMBE Nyla - DOOSJE Bertjan - MCGARTY Craig, *Antecedents and consequences of collective guilt*, in MACKIE Diane - SMITH Eliot (a cura di), *From prejudice to intergroup emotions. Differentiated reactions to social groups*, Philadelphia, Psychology Press 2002, 49-66.

⁷² Cf ČEHAJIĆ-CLANCY et alii, *Social-psychological interventions for intergroup reconciliation* 80.

⁷³ Gli interventi di contatto indiretto aggirano la poca motivazione al contatto effettivo tra i membri di gruppi rivali a causa dell'ansia, del disagio e del pregiudizio (cf CRISP Richard - TURNER Rhiannon, *Can imagined interactions produce positive perceptions? Reducing prejudice through simulated social contact*, in *American Psychologist* 64(2009)4, 231-240).

⁷⁴ Cf STAUB Ervin, *Reconciliation after genocide, mass killing, or intractable conflict. Understanding the roots of violence, psychological recovery and steps towards a general theory*, in *Political Psychology* 27(2006)6, 876-877.

⁷⁵ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY Sabina - BROWN Rupert, *Silencing the past. Effect of intergroup contact on acknowledgment of ingroup atrocities*, in *Social Psychological and Personality Science* 1(2010)2, 190-196.

ziale, la promozione di una sana affermazione di sé può essere un'altra modalità per ridurre la tendenza difensiva di fronte a fatti potenzialmente minacciosi per il gruppo con cui ci si identifica, regolando così il senso di colpa intergruppo. Per fare questo i partecipanti vengono invitati a identificare alcuni attributi del proprio gruppo valutati positivamente, oppure a ridefinire positivamente qualche caratteristica negativa dell'*ingroup*. Si tratta di una ristrutturazione cognitiva della condizione dei gruppi che contribuisce ad un'identità sociale positiva ed una maggiore stima di sé.

Alcune ricerche effettuate in diversi contesti post-conflitto hanno convalidato l'evidenza che rafforzare l'immagine positiva di sé in riferimento al gruppo di appartenenza può ridurre la difesa nei confronti dei crimini del proprio gruppo anche quando questi comprendono le forme più estreme di vittimizzazione, inclusi l'omicidio e atti di genocidio, facilitando così i processi di riconciliazione tra gruppi dopo una storia di conflitto e vittimizzazione.⁷⁶

Si è osservato che un gruppo di cittadini statunitensi bianchi che aveva partecipato agli interventi di potenziamento di sé riferiva di percepire i propri atteggiamenti razzisti e il desiderio di riparare i danni recati alle vittime di tale pregiudizio rispetto a coloro che non erano sottoposti a tali interventi.⁷⁷ Sulla stessa linea, uno studio sugli effetti del rafforzamento di sé rileva la disponibilità dei partecipanti statunitensi a esprimere il proprio accordo con un autore musulmano che riteneva che la politica estera degli Stati Uniti nel mondo islamico fosse in parte responsabile della generazione dei gruppi terroristi come quelli responsabili degli attacchi dell'11 settembre 2001. Tuttavia, questo effetto è stato osservato solo quando i partecipanti erano stati precedentemente stimolati a pensare all'importanza di difendere i propri valori. Questi risultati evidenziano che la promozione dell'affermazione di sé e dell'immagine sociale positiva può accrescere la disponibilità dei cittadini a mettere in discussione i sistemi di *governance* del proprio paese e a sostenere le politiche e la *leadership* inclusive.⁷⁸

2.4. Strategie di intervento finalizzate ad accrescere la speranza collettiva

Le società coinvolte nei conflitti violenti e prolungati rischiano di assumere una percezione del conflitto come stabile e immutabile, alimentando così il senso di disperazione. Tale percezione può essere considerata

⁷⁶ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY Sabina et alii, *Affirmation, acknowledgment of in-group responsibility, group-based guilt and support for reparative measures*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 101(2011)2, 256-270.

⁷⁷ Cf SHERMAN David - COHEN Geoffrey, *The psychology of self-defense. Self-affirmation theory*, in *Advances in Experimental Social Psychology* 38(2006)1, 183-242.

⁷⁸ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY et alii, *Social-psychological interventions for intergroup reconciliation* 80-81.

come uno dei principali ostacoli alla riconciliazione tra gruppi in quanto implica un pensiero categorico, parziale e selettivo che riduce la complessità della realtà e distorce l'elaborazione delle informazioni riguardanti le relazioni tra i gruppi o le società rivali.⁷⁹ Ne consegue che, per avviare un percorso di costruzione della pace sostenibile, sia necessario modificare le convinzioni generali delle persone sulla malleabilità dei conflitti al fine di trasformare la disperazione in speranza.

La speranza è uno stato motivazionale positivo che sorge dall'interazione tra il senso di successo nel produrre i percorsi cognitivi da utilizzare nel conseguire un determinato fine desiderato (*pathways*) e il senso di successo nel produrre l'energia mentale da utilizzare in tali percorsi per realizzare la finalità desiderata (*agency*).⁸⁰ Si tratta di una risorsa vitale che guida il comportamento finalizzato fornendo le energie necessarie e stimola la flessibilità mentale e la creatività migliorando così l'esperienza umana. Infatti, la disposizione alla speranza è associata a migliori prestazioni nei compiti cognitivi e capacità di risoluzione dei problemi.⁸¹

Nel contesto post-conflitto lo stato di speranza può liberare le persone da convinzioni fisse e limitanti sull'inconciliabilità del conflitto motivandole a cambiare la situazione attraverso azioni a volte impensabili.⁸² Poiché i processi di riconciliazione richiedono sia la definizione di un obiettivo positivo a lungo termine sia un piano d'azione per raggiungere tale obiettivo, la stimolazione della speranza può facilitare l'esplorazione mentale di nuove situazioni e persino l'assunzione di rischi per la costruzione della pace.⁸³

Per una trasformazione emotiva dalla disperazione alla speranza si è cercato di rafforzare la convinzione che un futuro diverso e migliore sia possibile tra le popolazioni del Rwanda tramite il programma *Messages of Hope*. In esso, alcuni sopravvissuti al genocidio trasmettono quotidianamente le proprie storie positive di ripresa e di crescita post-traumatica, al fine di alimentare i sentimenti di speranza e di efficacia.⁸⁴ Altri interventi

⁷⁹ Cf COHEN-CHEN Smadar et alii, *Hope in the Middle East. Malleability beliefs, hope and willingness to compromise for peace*, in *Social Psychological and Personality Science* 5(2014)1, 67-75.

⁸⁰ Cf SNYDER Charles R., *The psychology of hope. You can get there from here*, New York, Free Press 1994, 5.

⁸¹ Cf SNYDER Charles R. et al., *Development and validation of the State Hope Scale*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 70(1996)2, 321-335.

⁸² Cf COHEN-CHEN Smadar et alii, *The differential effects of hope and fear on information processing in intractable conflict*, in *Journal of Social and Political Psychology* 2(2014)1, 11-30.

⁸³ Cf COHEN-CHEN Smadar - CRISP Richard - HALPERIN Eran, *Perceptions of a changing world induce hope and promote peace in intractable conflicts*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 41(2015)4, 498-512.

⁸⁴ Cf LALA Girish et alii, *Messages of Hope. Using positive stories of survival to assist recovery in Rwanda*, in *Journal of Social and Political Psychology* 2(2014)1, 450-468.

mirano a creare la consapevolezza che i conflitti hanno una natura malleabile per cui i partecipanti vengono invitati a leggere testi informativi sulla dinamicità di alcuni conflitti storici nel tempo. In seguito, si trasmettono messaggi sulla somiglianza dello specifico conflitto con altri conflitti già risolti per superare la sensazione che il proprio conflitto sia "unico" e irrisolvibile.⁸⁵

In quest'ottica, sono stati condotti due studi per valutare la possibile relazione tra la malleabilità percepita dei conflitti, la speranza vissuta e il sostegno alle politiche conciliative. Il primo ha riscontrato che le convinzioni che i conflitti possano cambiare sono positivamente correlate sia alla speranza che al supporto per le concessioni per raggiungere la pace. I risultati del secondo studio evidenziano che coloro che hanno appreso che i conflitti sono dinamici e risolvibili mostrano livelli più elevati di speranza riguardo alla fine del conflitto e, di conseguenza, sono più disposti a sostenere compromessi indispensabili per la pace rispetto a quelli del gruppo di controllo.⁸⁶

Sulla base di questi risultati, una successiva linea di ricerca ha sviluppato l'ipotesi più ampia secondo cui una convinzione generale su un mondo dinamico e in continua evoluzione stimolerebbe la speranza di una riconciliazione tra gruppi rivali. Sono stati attivati interventi neutri, meno diretti e in una certa misura più realistici, volti a promuovere la percezione generale di un mondo mutabile. Studi diversi hanno dimostrato che la percezione di un mondo in continua trasformazione porta a un maggiore sostegno alle politiche conciliative nel contesto del conflitto israelo-palestinese. Fondamentalmente, questo effetto è stato mediato dall'accresciuta esperienza di speranza degli individui per la riconciliazione tra le due società coinvolte.⁸⁷

2.5. Prospettive di intervento per aumentare i livelli di empatia intergruppo

La letteratura socio-psicologica ha evidenziato alcuni benefici del *perspective taking*, una componente cognitiva dell'empatia, sui processi di riconciliazione. La considerazione del mondo dal punto di vista degli altri da un lato aumenta la tolleranza, la preoccupazione empatica e la tendenza a soccorrere chi soffre⁸⁸ e, dall'altro, diminuisce il pregiudizio e il

⁸⁵ Cf KUDISH Shira - COHEN-CHEN Smadar - HALPERIN Eran, *Increasing support for concession-making in intractable conflicts. The role of conflict uniqueness*, in *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology* 21(2015)2, 248-263.

⁸⁶ Cf COHEN-CHEN et alii, *Hope in the Middle East. Malleability beliefs* 67-75.

⁸⁷ Cf COHEN-CHEN - CRISP - HALPERIN, *Perceptions of a changing world induce hope and promote peace* 498-512.

⁸⁸ Cf BATSON Daniel, *These things called empathy. Eight related but distinct phenomena*, in

favoritismo all'interno del gruppo.⁸⁹ Ne deriva che le trasformazioni positive delle relazioni intergruppo richiedono ai gruppi rivali di impegnarsi a considerare le reciproche visioni del conflitto. Infatti, i risultati di uno studio rilevano che assumere la prospettiva del gruppo danneggiato evoca il senso di colpa per i misfatti storici dell'*ingroup* nei confronti dell'*outgroup* e aumenta la percezione della responsabilità dell'*ingroup* per il danno inflitto all'*outgroup*.⁹⁰ Dal punto di vista del gruppo vittimizzato, i ricercatori osservano che il *perspective taking* è associato a una maggiore disponibilità a perdonare il gruppo dei perpetratori per le azioni bellicose passate.⁹¹

Gli interventi di contatto intergruppo consentono sia l'espressione o la comunicazione dell'empatia intergruppo sia l'esperienza dell'assunzione di prospettiva del conflitto e della sua storia da parte degli avversari. Si espongono i partecipanti alle storie di sofferenza dell'*outgroup* oppure vengono riuniti i discendenti dei gruppi coinvolti in un ambiente sicuro e protetto, al fine di avviare i processi di costruzione della pace e orientati alla riconciliazione.⁹² Oltre al contatto intergruppo, anche le discussioni intergruppi sono state impiegate come strategia per stimolare il *perspective taking* e, di conseguenza, l'empatia. In un progetto di intervento i discendenti polacchi venivano messi in contatto con le loro controparti ebraiche per discutere sulle questioni attuali che li riguardavano. Dall'esame degli effetti di tali interventi, le ricerche rilevano che le discussioni tra membri di gruppi storicamente in conflitto hanno il potenziale per produrre effetti positivi per le relazioni intergruppo.⁹³ Sulla stessa linea, un *talk show* finalizzato a promuovere discussioni sulla riduzione dei conflitti tra gruppi e sui processi di cooperazione in Repubblica Democratica del Congo ha stimolato gli ascoltatori a considerare le prospettive dell'*outgroup*.⁹⁴

DECETY Jean - ICKES William (a cura di), *The social neuroscience of empathy*, Massachusetts, The MIT Press 2009, 3-15.

⁸⁹ Cf GALINSKY Adam - MOSKOWITZ Gordon, *Perspective-taking. Decreasing stereotype expression, stereotype accessibility and in-group favoritism*, in *Journal of Personality and Social Psychology* 78(2000)4, 708-724.

⁹⁰ Cf ZEBEL Sven - DOOSJE Bertjan - SPEARS Rusell, *How perspective-taking helps and hinders group-based guilt as a function of group identification*, in *Group Processes and Intergroup Relations* 12(2009)1, 61-78.

⁹¹ Cf NOOR Masi - BROWN Rupert - PRENTICE Garry, *Precursors and mediators of intergroup reconciliation in Northern Ireland. A new model*, in *British Journal of Social Psychology* 47(2007)3, 481-495.

⁹² Cf ČEHAJIĆ-CLANCY - BROWN - CASTANO, *Forgive and forget?* 351-367.

⁹³ Cf BILEWICZ Michał, *History as an obstacle. Impact of temporal-based social categorizations on Polish-Jewish intergroup contact*, in *Group Processes and Intergroup Relations* 10(2007)10, 551-563.

⁹⁴ Cf PALUCK Elizabeth Levy, *Is it better not to talk? Group polarization, extended contact and perspective taking in Eastern Democratic Republic of Congo*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 36(2010)9, 1170-1185.

Uno studio evidenzia che l'empatia comunicata da un partecipante palestinese all'intervento aveva accresciuto la disponibilità degli ebrei verso la riconciliazione.⁹⁵ Inoltre, si è osservato che quando un membro dell'*outgroup* esprimeva empatia per la sofferenza di un altro gruppo, era più probabile che i partecipanti umanizzassero l'intero *outgroup*.⁹⁶ Tuttavia, un ostacolo rilevante per l'espressione dell'empatia nei confronti dell'*outgroup* è l'identificazione elevata con l'*ingroup*. La ricerca mostra che le persone fortemente identificate con il proprio gruppo hanno maggiori probabilità di negare o giustificare le azioni dell'*ingroup* ed esprimono meno empatia per la sofferenza degli altri.⁹⁷

Un'altra strategia per stimolare l'empatia è quella di alterare le percezioni dei confini intergruppo per creare una cornice comune di identificazione, ridefinendo quindi chi è concepito come membro del proprio gruppo. A questo proposito, sono stati effettuati alcuni interventi per favorire i processi di *perspective taking* attraverso una categorizzazione più inclusiva, cioè sia gli ebrei che i palestinesi venivano indotti a percepirsi come vittime del conflitto.⁹⁸ In tale caso le persone non rinunciano all'identità del proprio sottogruppo, ma solo si identificano più fortemente con il gruppo sovraordinato.⁹⁹

I ricercatori avevano creato quattro condizioni identitarie: *identità comune regionale*, *identità comune delle vittime* e *identità comune dei perpetratori* e una *condizione di controllo di identità neutra*. I partecipanti sono stati assegnati a una di queste condizioni e veniva loro chiesto di leggere un particolare testo. I soggetti nella condizione di controllo hanno letto un testo antropologico su una tribù il cui contenuto non era correlato al conflitto, mentre quello della condizione di identità regionale comune evidenziava i punti culturali in comune tra i due gruppi. Per il gruppo nella condizione dell'identità delle vittime il testo sottolineava il fatto che sia palestinesi che ebrei avevano subito grandi sofferenze e perdite a causa del conflitto e quello nella condizione di identità comune dei perpetratori

⁹⁵ Cf NADLER Arie - LIVIATAN Ido, *Intergroup reconciliation. Effects of adversary's expressions of empathy, responsibility, and recipients' trust*, in *Personality and Social Psychology Bulletin* 32(2006)4, 459-470.

⁹⁶ Cf GUBLER Joshua - HALPERIN Eran - HIRSCHBERGER Gilad, *Humanizing the outgroup in contexts of protracted intergroup conflict*, in *Journal of Experimental Political Science* 2(2015)1, 36-46.

⁹⁷ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY - BROWN, *Silencing the past* 190-196.

⁹⁸ Nella maggior parte dei conflitti caratterizzati da violenza e contro violenza, ogni parte si impegna a riservarsi lo status della vera vittima che ha sofferto più dell'altro. La competizione per lo status di vittime chiude ciascun gruppo nella sua sofferenza e blocca ogni tentativo di avvicinamento (cf NOOR Masi et alii, *When suffering begets suffering. The psychology of competitive victimhood between adversarial groups in violent conflicts*, in *Personality and Social Psychology Review* 16(2012)4, 358-359).

⁹⁹ Cf GAERTNER Samuel - DOVIDIO John, *Reducing intergroup bias. The common ingroup identity model*, New York, Routledge 2014, 53-69.

leggevano il testo che riferiva i danni che i due gruppi si erano procurati a vicenda. In seguito i partecipanti hanno risposto a una serie di domande e dalle valutazioni delle risposte i ricercatori hanno rilevato che i soggetti nelle condizioni di identità sia di vittime che di perpetratori avevano ridotto la competizione per lo status di vittima.¹⁰⁰ I dati emergenti dalle ricerche mostrano che la creazione di un'identità comune di vittima diminuiva sia la difesa morale sia le convinzioni di vittimismo che, a sua volta, sono associate a livelli più elevati di *perspective taking*, in quanto consente agli individui di uscire dal proprio quadro di riferimento.¹⁰¹

Già un'indagine mostrava che i partecipanti ebrei, indotti a pensare a se stessi come appartenenti al proprio gruppo, attribuivano una maggiore colpa collettiva ai tedeschi e perdonavano meno rispetto a quando erano stimolati a pensare a se stessi come esseri umani, cioè in termini di identità più inclusivi.¹⁰² Allo stesso modo, quando i cattolici nell'Irlanda del Nord si identificavano con la categoria sovraordinata "Irlandesi del Nord", si mostravano empatici e propensi al perdono verso i protestanti.¹⁰³ Questi risultati avvalorano l'idea che percepire gli altri all'interno di una cornice comune di identità crea lo spazio psicologico per sovrapposizioni di prospettive e preoccupazioni empatiche per coloro che vengono percepiti come membri di un gruppo comune.

Conclusione

Questo lavoro ipotizza il percorso di costruzione della pace come un processo di regolazione emotiva traendo spunti dalla letteratura sulla regolazione delle emozioni e sulla riconciliazione post-conflitto. Pur sostenendo che l'attenuazione degli aspetti distruttivi e la facilitazione delle dimensioni positive di alcune emozioni possono essere processi psicologici chiave per cammini di pace, l'articolo delinea alcuni interventi socio-psicologici volti a promuovere la regolazione di specifiche emozioni intergruppo. Il cambiamento sia della comprensione dell'identità propria e altrui sia delle percezioni specifiche sull'avversario nel contesto post-conflitto, nonché delle percezioni sulla natura del conflitto stesso, è correlato alla riduzione delle barriere emotive negative che non solo ostacolano la ricostruzione di relazioni intergruppi, ma anche, se non affrontate, alimentano un ulteriore ciclo di violenza.

¹⁰⁰ Cf SHNABEL Nurit - HALABI Samer - NOOR Masi, *Overcoming competitive victimhood and facilitating forgiveness through re-categorization into a common victim or perpetrator identity*, in *Journal of Experimental Social Psychology* 49(2013)4, 867-877.

¹⁰¹ Cf ČEHAJIĆ-CLANCY - BROWN, *Silencing the past* 190-196.

¹⁰² Cf WOHL - BRANSCOMBE - REYSEN, *Forgiveness and collective guilt* 288-303.

¹⁰³ Cf NOOR - BROWN - PRENTICE, *Precursors and mediators of intergroup reconciliation* 481-495.

È da specificare che l'articolo esamina i processi di regolazione delle emozioni legati al cambiamento di valutazione cognitiva, concentrandosi su emozioni specifiche: odio, rabbia, colpa, speranza ed empatia. Tuttavia, una ricerca futura potrebbe affrontare tutte le fasi del processo di regolazione delle emozioni come la modifica della situazione, il ri-orientamento dell'attenzione o la modulazione della risposta emotiva. Inoltre, altre emozioni intergruppo come paura, ansia, angoscia, umiliazione, vergogna o orgoglio potrebbero essere prese in considerazione in una ricerca ulteriore. In riferimento alla selezione della situazione come processo di regolazione delle emozioni, un'interessante domanda di indagine può concentrarsi su questioni contestuali riguardanti diverse opinioni e azioni politiche come i modelli di votazione, i *pattern* dei processi decisionali e i percorsi di elaborazione e di acquisizione di informazioni alla luce di nuove opportunità per la ricostruzione della pace.

Dal punto di vista applicativo e preventivo, la regolazione indiretta delle emozioni volta a indurre atteggiamenti e tendenze comportamentali per il raggiungimento della pace può servire come base per una vasta gamma di programmi educativi a lungo termine. Percepire gli "altri" come un'entità essenzialmente cattiva e omogenea costituisce una delle principali barriere psicologiche al miglioramento delle relazioni tra i gruppi alimentando e facilitando lo sviluppo dell'odio intergruppo. Di conseguenza, all'interno delle istituzioni educative sia formali che informali sarebbe auspicabile progettare programmi finalizzati ad accrescere la percezione della dinamicità degli individui e della variabilità dei gruppi e del mondo in generale contribuendo così alla riduzione dell'odio intergruppo.

Negli ambienti educativi si possono creare opportunità artistiche ed espressive volte al potenziamento dell'identità personale in modo da attenuare la difesa angosciata nei confronti degli altri. Una sana affermazione di sé è una condizione psicologica favorevole al riconoscimento esplicito della responsabilità del danno provocato dal proprio gruppo che non solo regola la rabbia, ma anche facilita la percezione dei sentimenti di colpa che risulta un prerequisito fondamentale per il sostegno delle politiche riparative in vista della riconciliazione. Si tratta di un'educazione socio-emotiva finalizzata a facilitare le emozioni che mobiliterebbero verso la pace, modificando norme sociali diffuse nel contesto post-conflitto. A mio avviso, la scuola sembra l'ambiente ideale per l'acquisizione delle competenze cognitive ed emotive essenziali per vivere relazioni significative, caratterizzate dalla cura inclusiva. Il clima educativo che viene creato in essa dovrebbe permettere ai soggetti in crescita di sperimentare le emozioni che favoriscono la riconciliazione, qualificando la scuola come un laboratorio di relazioni pacifiche.

Per promuovere atteggiamenti di pace su larga scala, le conoscenze scientifiche acquisite nell'ambito della regolazione indiretta delle emozioni possono essere utilizzate per sviluppare interventi mediatici sotto

forma di giochi online e filmati brevi diffusi utilizzando i media e i *social network*. Ritengo che qualsiasi fonte pubblica di informazione dovrebbe porre maggiore enfasi sull'alimentazione dei sentimenti di speranza nella ripresa post-traumatica e di ricostruzione di nuovi rapporti con l'ex-aversario. In quest'ottica, sarebbe opportuno formare genitori, insegnanti, *leader* di gruppi comunitari, dirigenti di organizzazioni e istituzioni e giornalisti affinché possano portare messaggi di pace e di speranza facilitando così l'approccio societario alla regolazione emotiva. Pertanto, lavorare insieme per la pace richiede la sostituzione degli armamenti e delle alleanze politico-militari con la fiducia reciproca che, a sua volta, crea il senso di sicurezza nel mondo, aprendo alla speranza di abbracciare la cultura della cura per il bene della grande famiglia umana.