

Il conflitto: la natura del problema

Il conflitto può essere definito come “la presenza, nel comportamento di un individuo, di motivazioni contrastanti rispetto alla meta”. In altri termini il conflitto in psicologia indica uno scontro tra ciò che una persona desidera e un'istanza interiore, interpersonale o sociale che impedisce la soddisfazione del bisogno, dell'esigenza o dell'obiettivo connessi a tale desiderio.

Partendo da questa premessa, è chiaro che il conflitto è in stretto legame con la frustrazione poiché i desideri, i bisogni e le esigenze spesso continuano a persistere anche se sono tra loro apparentemente inconciliabili o comunque opposti: un esempio in cui molti possono ritrovarsi è il conflitto tra la golosità e il mantenere un buon aspetto fisico o ancora, tra la voglia d'indipendenza e la necessità di protezione di un adolescente.

Il conflitto può essere più o meno cosciente, fino a diventare inconscio: restando sull'esempio dell'adolescente, spesso i ragazzi rifiutano o negano la dipendenza dai genitori o da chi si cura di loro, ma al contempo sono coscienti di averne oggettivamente bisogno per la propria sopravvivenza o di non essere completamente autonomi.

Da un altro punto di vista, il conflitto può essere interiore, cioè nella mente della singola persona, o sociale, tra due o più persone o gruppi.

Il conflitto è stato esaminato da personalità di diversi orientamenti, a partire da Freud fino alle più recenti interpretazioni di indirizzo cognitivista. La psicoanalisi (che come dichiarò lo stesso Freud è sia una materia di studio che una tecnica di cura) distingue il conflitto manifesto, quando esistono due sentimenti contrapposti dei quali la persona è sufficientemente conscia, dal conflitto latente, dove gli elementi manifesti, ammesso che ve ne siano, svolgono funzione di copertura nascondendo il reale conflitto inconscio.

Nella psicologia individuale di Alfred Adler, che prende in esame l'individuo nella sua unica e irripetibile dinamica di processi consci e inconsci, senza voler arrivare a una sorta di scientificità applicabile a tutti gli individui, viene definito nevrosi conflittuale l'insieme degli atteggiamenti e comportamenti che entrano in contrasto con l'ambiente sociale. Causa di questo conflitto è un diffuso complesso di inferiorità unito a una forte antisocialità: se il conflitto non viene sanato il soggetto rischia di cadere in un circolo vizioso di sfiducia reciproca tra individuo e ambiente che lo circonda.

Secondo la corrente del comportamentismo il conflitto si può definire come “l'interferenza reciproca di reazioni comportamentali tra loro incompatibili”. Anche altri psicologi non strettamente comportamentisti, ma che hanno studiato il conflitto, come ad esempio Kurt Lewin, lo hanno classificato sulla base della tendenza della persona ad avvicinarsi o a

evitare un oggetto. A seconda della loro direzione, si determinano due tipi di reazioni: reazioni *adienti*, quelle dirette verso un oggetto, e reazioni *evitanti*, quelle invece che lo evitano. Da queste reazioni si identificano quattro tipi di conflitto:

- Conflitto tra due tendenze appetitive (o di avvicinamento)
- Conflitto tra una tendenza appetitiva e una avversativa (avvicinamento - evitamento)
- Conflitto tra due tendenze avversative (evitamento - evitamento)
- Conflitto tra due tendenze che sono in sé sia appetitive che avversative (doppio avvicinamento ed evitamento)

Infine, all'interno della psicologia cognitivista, la teoria più nota è quella della dissonanza cognitiva di Festinger, secondo la quale l'individuo di fronte al conflitto cognitivo tende a ridurlo: una indagine svolta dallo studioso ha dimostrato che i soggetti esaminati tendono a ridurre la dissonanza cercando informazioni che sono a conforto della propria scelta.

Il conflitto è un'esperienza universalmente diffusa e spesso temuta, che si insinua all'interno dei legami sociali e su diversi livelli (individuale, interpersonale, grupppale, intergrupppale e sociale), i quali si possono influenzare reciprocamente e assumere una caratteristica di pervasività.

Ciò che le persone temono del conflitto è il riconoscersi all'interno di esso, come portatori di bisogni diversi da quelli altrui, e il fare i conti con i limiti che la realtà pone al soddisfacimento del proprio bisogno immediato.

Uno dei maggiori problemi del conflitto è l'escalation, processo che intensifica il conflitto, cristallizzando le posizioni dei soggetti partecipanti e riducendo la complessità del pensiero cognitivo.

Ci sono diverse tipologie di conflitto:

- Disaccordo: un'azione in cui più agenti tendono a obiettivi differenti, mentre il presupposto era quello di un'azione coordinata.
- Concorrenza: un'azione diretta verso un obiettivo conteso.
- Ostacolamento: un'azione diretta contro l'azione di un altro agente.
- Aggressione: un'azione diretta contro un altro agente.
- Competizione: un'azione diretta verso un obiettivo conteso e per raggiungere tale obiettivo si registra un'azione diretta contro l'azione di un altro agente o contro l'agente stesso. Un tipo di interdipendenza in cui i guadagni di una parte

avvengono a scapito di un'altra.

Il conflitto può essere superato attraverso alcune modalità di gestione, ad esempio cercando di creare situazioni in cui la differenza di potere non si ricrea generando nuovi dislivelli, utilizzando la negoziazione, uscendo dalla logica vittima-carnefice e, nell'eventualità non si riesca da soli, chiedendo l'intervento di un terzo equidistante.

Silvia Bassi, Chiara Iacono

settembre 2014