

## LEGITTIMA DIFESA PERSONALE E SOLIDALE, DIFFERENZE, DINAMICHE, SPAZI D'AZIONE MENTALI E SOCIALI

Partendo dalla considerazione che, nella psicologia umana, la difesa solidale "non esiste", cerchiamo di capirne il perché e utilizzare le dinamiche alla base di questi meccanismi, per innescarne di uguali ma di opposta direzione.

I primi esperimenti risalgono al 1956, quando Solomon Asch rilevò un adattamento delle risposte individuali sulla base di quelle del gruppo, anche quando l'individuo non le ritiene corrette, secondo un meccanismo chiamato "**conformismo sociale**".

Qualche anno dopo, nel 1964, un tragico evento fece di New York l'inizio della ricerca su quella che possiamo chiamare DIFESA SOLIDALE :

Kitty Genovese era una ragazza che fu aggredita, pugnalata e violentata mentre, a notte fonda, stava rientrando a casa. Ricostruendo la dinamica dell'aggressione (che durò circa 30 minuti), la polizia si rese conto che circa 38 persone erano state testimoni almeno parziali dell'accaduto, udendo grida e schiamazzi dalle loro abitazioni, ma nessuno era intervenuto per chiamare la polizia o l'ambulanza

Il cosiddetto **effetto spettatore** o "bystander effect" fu approfondito da due psicologi, Bibb Latané e John Darley che cercarono di dare una spiegazione del mancato intervento e dell'apparente disinteresse nei confronti di un prossimo in difficoltà conducendo una serie di esperimenti.

Nel primo, alcuni studenti venivano convocati in una stanza per compilare un questionario. Mentre gli studenti erano concentrati nel rispondere alle domande, un fumo bianco (in realtà innocuo) cominciava a riempire la stanza. Quando i soggetti sperimentali erano soli ad osservare la scena, entro i primi minuti avvisavano qualcuno; quando vi erano più soggetti sperimentali, oppure un soggetto sperimentale affiancato da diversi complici istruiti a fingere disinteresse per quello che succedeva, spesso non veniva fatta nessuna richiesta d'aiuto. Nel corso di un altro esperimento, un complice comunicava telefonicamente di avere un attacco epilettico: nel momento in cui ai partecipanti all'esperimento veniva fatto credere vi fossero altre persone all'ascolto, le probabilità che l'aiuto venisse offerto diminuivano.

Le motivazioni di questo comportamento possono essere spiegate da due meccanismi psicologici: l'ignoranza pluralistica e la diffusione della responsabilità. **L'ignoranza pluralistica** è quel fenomeno per cui, quando accediamo ad un nuovo ambiente, prendiamo spunto dal comportamento degli altri: se gli altri non fanno nulla, anche il singolo individuo diventa "spettatore". **La diffusione della responsabilità** è invece quel fenomeno per cui una persona ha minori probabilità di assumersi responsabilità per un'azione quando altri, che potrebbero prendersela al suo posto, sono presenti.

Queste dinamiche sono alla base della motivazione per la quale, nella difesa personale, si invita la vittima a urlare "al fuoco" anziché "aiuto", per aumentare le possibilità di essere visti da qualcuno che possa, in qualche modo, intervenire in suo favore. Se infatti viene chiesto aiuto, è stato dimostrato che gli altri "se ne stanno alla larga" perché la minaccia non li riguarda direttamente, come si verifica invece nel caso del fuoco, che mette in pericolo potenzialmente tutti coloro che sono a "portata d'orecchio".

Fortunatamente per la società i meccanismi psicologici funzionano allo stesso modo "nel bene e nel male", nel caso quindi in cui una persona intervenga in aiuto di qualcun' altro, è probabile che, per conformismo e ignoranza pluralistica, anche altri spettatori si muovano in tal senso.

Un altro concetto fondamentale, per quanto riguarda la difesa solidale, è quello delle **soluzioni possibili** :

l'attuale aumento di femmicidi da parte degli "ex" è sicuramente dovuto anche al fatto che questa è diventata, a livello mentale, una "soluzione possibile", perché già altri l'hanno fatto.

Sempre ragionando a due sensi, è nostra possibilità, e quindi dovere sociale, far comprendere a chi frequenta i nostri corsi che l'intervento a favore di terzi è una soluzione possibile.

Naturalmente ognuno potrà intervenire nelle modalità più sicure e adatte alla sua persona, tecnicamente "egosintoniche", ma, quello che è fondamentale trasmettere, è che TUTTI POSSONO FARE QUALCOSA, dalla chiamata ai numeri d'emergenza fino all'intervento concreto in prima persona, sempre valutando il contesto e la sicurezza personale.

La telefonata ai numeri d'emergenza è ciò che davvero chiunque sia munito di telefonino (anche senza credito) può fare ed è l'azione che ha la risposta più semplice, pulita e, spesso, in tempi molto veloci.

Una parentesi sulle chiamate ai numeri d'emergenza la meritano le situazioni di violenza domestica:

se è vero che spesso la vittima nasconde la violenza e invita gli altri a farsi gli affari loro, è altrettanto vero che, in certe situazioni, potrebbe essere salvata una vita.

Altrettanto utile, inoltre, invitare le donne che soffrono di queste situazioni a "parlarne con qualcuno", se non vogliono segnalare alle forze dell'ordine le criticità domestiche, per tutta una serie di motivi (dal cambiamento repentino del clima familiare a situazioni non ancora esplicite), almeno però creare un punto di riferimento di fiducia, da un parente ai vicini di casa, persone che, se contattate, possano in qualche modo intervenire in loro aiuto (anche chiamando al posto loro le forze dell'ordine), sempre secondo il contesto, le capacità, la predisposizione di ognuno.

Una piccola parentesi, infine, sul meccanismo del sequestro emotivo : chi sa di avere un alto rischio di esserne soggetto, è bene che si alleni quotidianamente attraverso la respirazione controllata, in modo da riuscire a gestire il proprio livello di attivazione psicofisica e, in caso di necessità, mantenere l'accesso alle proprie capacità cognitive per intervenire nel modo più adeguato possibile.

**Nota** sull'effetto paradosso del meccanismo della diffusione di responsabilità :

**D : qualche decennio fa e quando non c'erano i cellulari "si aiutava di più"?**

R : se consideriamo quanto avvenuto a Kitty Genovese forse no, ma sicuramente , al momento attuale, ci sono maggiori motivazioni al "non intervento" e quindi al "non aiuto"

- Le diverse culturalità presenti sul territorio nazionale, innanzitutto.

Non si tratta di "xenofobia" (letteralmente "paura del diverso") nel senso classico del termine, ma la consapevolezza che culture diverse hanno modi di vivere diversi e che quindi, per sicurezza personale, è meglio non intervenire perché forse quello che vediamo fa parte della cultura a cui appartengono gli attori e di cui noi non conosciamo le dinamiche o il reale grado di pericolosità, né fra di loro, né nei confronti di un eventuale intervento esterno. (ci sono ad esempio culture che abitualmente parlano con il volume della voce molto alto e altre che utilizzano le armi da taglio con abilità e facilità).

Al "tempo", quindi, ci si confrontava con persone che appartenevano alla nostra stessa cultura, e di cui quindi si conoscevano le dinamiche e le possibilità di intervento.

- Le informazioni ascoltate dai media.

Quotidianamente veniamo "bombardati" da informazioni sulla crescente criminalità e sulla cattiva sorte di connazionali intervenuti in difesa di altri, nei bar, nelle discoteche, nei parcheggi, per strada...

La nostra mente reperisce immediatamente informazioni sull'esito nefasto, addirittura per la vita, in un eventuale intervento in situazioni simili a quelle ascoltate nei tg o lette sui giornali.

- L'aumento del meccanismo di diffusione di responsabilità.

Proprio nel momento in cui CHIUNQUE può chiamare i numeri d'emergenza col cellulare, aumenta, proprio per questo motivo, il meccanismo di diffusione di responsabilità, facendo pensare all'individuo che sicuramente la chiamata verrà fatta da qualcun altro dei presenti, dato che tutti ne hanno la possibilità.

Come già dimostrato dagli esperimenti di Latané e Darley, maggiore è il numero di spettatori, minore è la probabilità che qualcuno si interessi della vittima. La responsabilità si diffonde, si divide, si "spalma" sul numero degli spettatori, diventando quindi per l'individuo, sempre minore.

Proprio per questo è di fondamentale importanza far conoscere questo meccanismo e spiegare che più chiamate per lo stesso motivo sono meglio di nessuna chiamata (sempre se non sia possibile la soluzione ottimale, in cui un individuo informa gli altri di prendersi lui in carico la chiamata).

Dott. Marianna Pertoldi