

La promozione del senso di appartenenza e partecipazione attiva. Accorgimenti psicoeducativi

Sara Schietroma* e Maurizio Rizzuto**

► SOMMARIO

L'espressione dei bisogni di relazione, affiliazione e appartenenza sociale scandisce l'intera esistenza umana correlandosi strettamente alla percezione della qualità e soddisfazione della propria vita, oltreché a condizioni di benessere personale e collettivo. In un rapporto di continua circolarità tra individuo e ambiente, si definisce dunque lo stile relazionale degli individui e il modo in cui questo viene espresso anche a livello sociale, costituendo la base del cosiddetto capitale sociale di una intera comunità. Verranno di seguito approfonditi sia alcuni aspetti centrali che definiscono l'esperienza relazionale e le sue implicazioni, sia alcuni aspetti di natura individuale e sociale che mediano l'appartenenza sociale, la partecipazione attiva e l'impegno sociale nella vita di comunità. Verranno infine forniti spunti psicoeducativi per promuovere contesti in cui trovino un adeguato spazio anche i contributi e le iniziative di individui in condizioni di svantaggio o appartenenti a minoranze.

► PAROLE CHIAVE

Affiliazione; Appartenenza; Benessere psicologico; Benessere sociale; Diversità; Identità sociale; Impegno sociale; Partecipazione; Relazione; Senso di comunità.

***Sara Schietroma:** è Docente stabilizzata di Psicologia Sociale della Facoltà di Scienze dell'Educazione dell'Università Pontificia Salesiana (Roma);

****Maurizio Rizzuto:** è Docente invitato di Psicologia Sociale della Facoltà di Scienze dell'Educazione dell'Università Pontificia Salesiana (Roma).

La natura relazionale che contraddistingue l'esistenza umana si dirama in quelli che vengono definiti nell'uomo, fin dalla nascita, come bisogno di relazione e di attaccamento, bisogno di affiliazione e bisogno di appartenenza. Le traiettorie di sviluppo di tali bisogni sono condizionate dal tessuto delle esperienze relazionali significative che, a partire dall'infanzia, vengono interiorizzate e al tempo stesso riutilizzate come base di specifici stili e configurazioni di comportamenti relazionali che vengono espressi sia nei contesti di maggiore intimità relazionale, sia nei più ampi contesti sociali di appartenenza.

Nel presente articolo si è voluto approfondire sia la manifestazione del bisogno di affiliazione nelle relazioni interpersonali, evidenziandone le caratteristiche salienti, sia l'espressione del bisogno di appartenenza nei contesti sociali richiamando il concetto di identità sociale, benessere sociale e senso di comunità. Una particolare attenzione è stata posta sui processi che regolano la partecipazione sociale, in contesti in grado di accogliere le diversità e il contributo di coloro che si trovino in condizioni di difficoltà o di svantaggio. Tale tematica risulta quanto mai attuale in questo contesto storico in cui proprio questi aspetti relazionali e affiliativi sono stati profondamente minati e resi difficoltosi. Sono infine evidenziati alcune linee guida e spunti psicoeducativi per incrementare la partecipazione, il coinvolgimento e l'investimento degli individui nei contesti comunitari di appartenenza.

1. L'innato bisogno di connessione sociale

Le radici del desiderio innato di connessione sociale sono così profonde che la sensazione di essere isolati genera in chi la vive uno sconcertante squilibrio in grado di minare il suo stato emotivo, cognitivo e fisiologico. A conferma di ciò, nell'ambito delle neuroscienze, si sostiene che a modellare l'intelligenza umana, e quindi l'espansione del manto corticale del cervello umano, sia stato il bisogno di interscambio e di interpretazione di messaggi sociali sempre più complessi.¹

Il rapporto tra l'individuo e l'ambiente sociale si definisce, pertanto, come un rapporto di circolarità in cui l'ambiente sociale influenza i segnali neurali e ormonali che condizionano il comportamento dell'individuo che, a sua volta, produce cambiamenti nell'ambiente sociale. Ciò, oltre a manifestarsi in un atteggiamento di adattamento alla realtà esterna funzionale ai propri bisogni e al raggiungimento di un benessere psicosociale individuale, può rappresentare la radice di un agire sociale proteso alla costruzione attiva dell'ambiente di appartenenza per un benessere condiviso e della comunità. A seguire approfondiremo queste due dimensioni di analisi e la loro stretta interconnessione.

Considerando la dimensione individuale e partendo dal presupposto che

¹ R.I.M. DUNBAR - S. SCHULTZ, *Evolution and the social Brain*, in «Science» 317 (2007) 5843, 1344-1347.

non tutti gli individui abbiano bisogno dello stesso livello di connessione e inclusione sociale, si può comunque affermare che la soddisfazione del bisogno di relazione renda l'individuo in grado di gestire e regolare quei fattori di *stress* che risultano connessi all'emarginazione sociale e contribuire così ad una migliore qualità di vita e benessere psicologico.

La soddisfazione nelle relazioni crea infatti una sensazione di sicurezza, che a sua volta potenzia il pensiero e la collaborazione creativa. Con più facilità si tende a provare emozioni positive e ad avere aspettative positive sugli altri e ciò aumenta la possibilità concreta che tali aspettative siano soddisfatte.

Al contrario, il verificarsi continuo di esperienze di deprivazione o frustrazione relazionale accentua negli individui la percezione di essere destinati a fallimenti sociali e di impotenza nel controllo della realtà esterna. Come ben enunciato nel costrutto della profezia che si autoavvera,² in modo automatico e poco consapevole, in tali condizioni gli individui vengono sopraffatti dal pessimismo e, nel bisogno di proteggersi da esperienze relazionali negative, tendono ad adottare strategie di *coping* relazionali fondate sul ritiro e l'evitamento sociale, rinforzando così la loro condizione di emarginazione sociale. In questo caso le aspettative sociali negative possono provocare negli altri reazioni in grado di confermare le aspettative stesse e questo circolarmente rinforza la tendenza ad agire in modo difensivo da parte dell'individuo rendendo sempre più marcato lo stato di isolamento sociale. Un persistente stato di isolamento finisce pertanto per logorare le capacità di autoregolazione cognitiva, emotiva, comportamentale e relazionale, lasciando invece emergere atteggiamenti di passività, negatività e talvolta depressione clinica. Un esempio evidente di questa situazione è rintracciabile nel sentimento di vuoto, impotenza, ansia e depressione che ha sopraffatto un'ampia fetta della popolazione a seguito dell'isolamento richiesto nel lungo periodo della pandemia e rinforzato dall'idea della pericolosità del contatto interpersonale.³

Già in riferimento a questo livello, la presenza di tale circuito di *feedback* evidenzia l'importanza, soprattutto in contesti familiari, educativi e di appartenenza sociale, di creare condizioni ambientali in grado di rinforzare le aspettative relazionali positive e al tempo stesso disconfermare le aspettative negative stimolando accoglienza e benevola accettazione di ogni individuo nella costante valorizzazione delle diversità.

D'altro canto va tenuto in conto che la forza del bisogno di connessione sociale e la paura dell'esclusione sociale spiega la spinta all'appartenenza grupppale che se nella maggior parte dei casi contribuisce alla crescita individuale attraverso l'arricchimento reciproco e alla promozione di un ambiente migliore attraverso l'impegno sociale, dall'altra può determinare un'adesione acritica alle norme sociali di un gruppo a danno della propria identità personale. A tal proposito, come più avanti verrà approfondito, a livello educativo si rende necessario potenziare la capacità di riflessione critica come strumento

² Cf. J.E. NURMI - K. SALMELA-ARO, *Social strategies and loneliness: a prospective study*, in «Personality and individual differences» 23 (1997) 2, 205-211.

³ Il dinamismo era già stato ben messo in luce da E. ARONSON - T.D. WILSON - S.R. SOMMERS, *Psicologia sociale*, il Mulino, Bologna 2019.

privilegiato di risposta al controllo sociale.

2. La centralità dell'identità sociale

Nella definizione che ciascun individuo dà di stesso è possibile riscontrare una componente personale, legata ai propri modi di pensare, sentire e agire che, per quanto riferibili all'interiorizzazione di esperienze relazionali, rappresentano il modo personale di essere al mondo, e una componente sociale che deriva dall'appartenenza a diversi gruppi e realtà sociali e include il rilievo cognitivo, emozionale e valoriale che tale appartenenza suscita nell'individuo. In riferimento a queste due componenti si parla di identità personale e identità sociale.⁴

L'*identità sociale* rappresenta una condizione importante di connessione con la realtà esterna. L'individuo può infatti derivarne senso di autostima, compiacimento e *status* socialmente desiderabili, ma al contempo essa rappresenta la molla dell'impegno sociale e della partecipazione in vista di obiettivi non solo personali ma del gruppo di appartenenza. Anche in condizioni di svantaggio sociale del gruppo si è riscontrato che tanto più è forte l'identificazione con il gruppo, tanto maggiore sarà la disponibilità ad intraprendere azioni per il bene del gruppo e per il miglioramento delle sue condizioni.⁵

Nel tentativo di comprendere come l'individuo riesca a coniugare la componente personale e quella sociale, Brewer e Gardner⁶ hanno suddiviso in tre raggruppamenti fondamentali i diversi modi attraverso cui le persone descrivono sé stesse:

- *Sé personale o intimo*, ossia la descrizione di ciò che si è in relazione alle proprie caratteristiche individuali senza riferimento ad altre persone. Questa dimensione comprende le caratteristiche fisiche, le proprie attitudini, i gusti, gli interessi e così via.
- *Sé sociale o relazionale*, ossia la descrizione di ciò che si è in relazione alle persone più vicine, come la famiglia o gli amici ed include la descrizione di sé in relazione a queste persone.
- *Sé collettivo*, che comprende ciò che si è come membri di un determinato gruppo e si basa sulle identità sociali che possono essere più o meno centrali nella vita quotidiana dell'individuo. Per esempio, la persona si descrive secondo il sé collettivo quando racconta di far parte di un'associazione professionale o di fare il tifo per una determinata squadra sportiva o si attribuisce un'identità culturale o nazionale.

Per ognuna delle tre dimensioni del sé, inoltre, è possibile far corrispondere una specifica categoria di connessione sociale. Esse sono rispettivamente: la connessione intima, la connessione relazionale, la

⁴ Cf. H. TAJFEL, *Social identity and intergroup relations*, Cambridge University Press, Cambridge 1982.

⁵ Cf. L. MANNETTI, *Psicologia sociale*, Carocci, Roma 2020.

⁶ Cf. M.B. BREWER – W. GARDNER, *Who is this "we"? Levels of collective identity and self representations*, in «Journal of Personality and Social Psychology» 71 (1996), 83-93.

connessione collettiva. Queste sono fortemente correlate tra loro, perciò se si è soddisfatti in una delle tre allora si tende ad esserlo anche nelle altre. Gli esseri umani hanno bisogno di intimità con sé stessi e con altre persone intime, di avere una cerchia più ampia di amici e famigliari, e di sentire di appartenere a determinati gruppi: «Quando gli eventi fanno crollare una delle tre gambe dello sgabello su cui siamo seduti – l'intima, la relazionale o la collettiva – la sensazione sicura e confortante di stabilità diminuisce e anche una persona che abbia sempre sentito di avere una rete di legami forti può iniziare a sentirsi sola».⁷ Anche in questo caso è evidente il richiamo alla condizione vissuta in questi ultimi due anni in cui sia la connessione intima che quella sociale sono state messe a dura prova.

3. L'appartenenza sociale e il senso di comunità

Partendo dunque dal presupposto che esista una stretta connessione tra l'individuo e l'ambiente, anche quando si prende in considerazione il concetto di salute non si può prescindere dalla più ampia condizione di benessere sociale. Con tale definizione s'intende il benessere percepito dall'individuo derivante dal suo essere in relazione con gli altri, i gruppi sociali e la comunità in senso più ampio.⁸

Keyes,⁹ a partire dalla teoria della Ryff sul benessere psicologico,¹⁰ definisce il benessere sociale come una valutazione che l'individuo compie sulle proprie condizioni di vita e sul proprio funzionamento all'interno della società. Secondo l'autrice il benessere sociale si realizza attraverso l'espressione di cinque condizioni fondamentali quali l'integrazione sociale, il contributo sociale, l'accettazione sociale, l'attualizzazione sociale, la coerenza sociale.

La prima riguarda la valutazione dell'individuo rispetto alla qualità delle relazioni con la comunità a cui appartiene. In condizioni di buona integrazione l'individuo sperimenta soddisfazione, diversamente sperimenta solitudine e isolamento sociale. Tale variabile risulta essere significativa in tutte le fasi di vita ma in modo particolare quando si affrontano cambiamenti, transizioni e momenti di *stress* in cui il supporto sociale svolge una importante funzione "cuscinetto".

Il contributo sociale, invece, esprime la convinzione di poter contribuire alla vita e allo sviluppo della propria comunità. Tale dimensione risulta essere particolarmente significativa tra i giovani e, come vedremo più avanti, questa rappresenta la dimensione su cui far leva per favorire impegno sociale e partecipazione attiva.

L'accettazione sociale è una dimensione che valuta quanto le persone si sentono a proprio agio con gli altri nei confronti dei quali nutrono aspettative positive, dando loro fiducia e aspettandosi il necessario supporto.

⁷ J.T. CACIOPPO - W. PATRICK, *Solitudine. L'essere umano e il bisogno dell'altro*, Il Saggiatore, Milano 2013, 89.

⁸ Cf. N. DE PICCOLI (a cura di), *Salute e qualità della vita nella società del benessere. Prospettive interdisciplinari*, Carocci, Roma 2016.

⁹ Cf. C.L.M. KEYES, *Social wellbeing*, in «Social Psychology Quarterly» 61 (1998) 2, 121-140.

¹⁰ Cf. C.D. RYFF - C.L.M. KEYES, *The structure of psychological well-being revisited*, in «Journal of Personality and Social Psychology» 69 (1995) 4, 719-727.

L'attualizzazione sociale invece è identificabile come il livello di fiducia verso le strutture civiche e fisiche in quanto espressione dei valori della società.

Infine, la coerenza sociale riguarda la percezione globale che la persona ha rispetto alla qualità della società.¹¹

Queste cinque dimensioni del benessere sociale possono essere collegate alla messa in atto del comportamento prosociale e alla partecipazione civica e come mediatore tra questi costrutti viene riportato il senso di comunità inteso come la sensazione di far parte di una struttura stabile e affidabile.

Tra i fattori personali che possono promuovere il benessere sociale, risultano, in particolare tra i giovani, una prospettiva centrata sul futuro e l'utilizzo di strategie di *coping* costruttive. A livello relazionale, invece, la difficoltà a comunicare con i genitori, l'orientare la propria azione sul tempo presente e l'utilizzo di strategie di *coping* inadeguate come l'evitamento, risultano essere fattori di rischio compromettendo la partecipazione alla vita di comunità.¹² Differentemente, quando i giovani sperimentano un sostegno positivo da parte degli adulti significativi e percepiscono di poter influire con le loro azioni e con la loro presenza sulle decisioni del loro contesto di appartenenza allora percepiscono un senso di comunità più elevato.¹³ Per quanto riguarda i giovani appartenenti a classi più svantaggiate o in condizioni di difficoltà è risultato importante che essi possano essere coinvolti nella vita della comunità in modo da sviluppare le proprie potenzialità e dare un valore al loro contesto sociale.

Un processo sul quale negli ultimi decenni si è posta sempre più attenzione riguarda dunque il concetto del *senso di comunità* e il conseguente sviluppo di comunità. La promozione del benessere attraverso lo sviluppo di comunità non implica la messa in atto di interventi unicamente mirati al miglioramento delle condizioni di gruppi marginali e svantaggiati ma la promozione del capitale sociale dell'intera comunità che ha come impatto il miglioramento della qualità di vita e la capacità di far fronte a problemi di ordine collettivo. Tale processo si rende possibile attraverso quelli che sono definiti come precursori della partecipazione sociale ossia il riconoscimento di problematiche comuni, che vanno oltre le esigenze individuali, lo scambio di informazioni e opinioni e il dare significato alle esperienze personali e collettive.¹⁴

L'elemento chiave della partecipazione è dato pertanto dal coinvolgimento dei diversi individui che, a partire dalla loro esperienza soggettiva e dalla possibilità del confronto con gli altri, possono superare il senso di passività, delega e impotenza e trasformarlo in responsabilità sociale e

¹¹ Cf. C.L.M. KEYES, - A.D. SHAPIRO, *Social Well-Being in the United State. A Descriptive Epidemiology*; O. BRIM - C. RYFF - R.C. KESSLER (eds.), *Midlife in the United States*, University of Chicago Press, Chicago 2001.

¹² Cf. M. ZAMBIANCHI - P.E. RICCI BITTI, *Promuovere il benessere sociale in adolescenza: influenza dei fattori individuali e famigliari sul senso di comunità*, in «Psicologia della salute» 2 (2008), 43-63.

¹³ Cf. S.D. EVANS, *Youth Sense of Community: Voice and Power*, in «Community Context. Journal of Community Psychology» 35 (2007) 6, 693-709.

¹⁴ Cf. G. LAVANCO - F. ROMANO, *Lo sviluppo di comunità*, in M. SANTINELLO - A. VIENO (a cura di), *Metodi di intervento in psicologia di comunità*, il Mulino, Bologna 2013, 199-216.

partecipazione attiva per il raggiungimento di obiettivi comuni. La partecipazione attiva e il senso di responsabilità, oltre a dipendere dal senso di appartenenza, sono tanto più marcati quanto più è alto il livello di *empowerment* dei partecipanti, ossia la loro percezione di riuscita dell'azione collettiva che contrasta l'idea del fallimento nel raggiungimento degli obiettivi prefissati e la resistenza al cambiamento.¹⁵

Si tratta di un approccio che va oltre la cultura dell'assistenzialismo e dispiega, attraverso il volontariato, le associazioni, le istituzioni educative, le parrocchie, i gruppi informali e altri servizi, il suo potere di trasformazione di realtà altrimenti subite come poco attente ai bisogni degli individui.

Quando si parla di ambienti sociali su cui agire attivamente bisogna tener conto di alcune dimensioni che caratterizzano tali interventi, ossia un piano relazionale, strumentale, culturale e strutturale. Se la prima dimensione si riferisce alla rete delle relazioni sociali da cui deriva il sostegno sociale, la dimensione strumentale si riferisce all'insieme delle metodologie e delle competenze necessarie a risolvere un problema e raggiungere gli obiettivi prefissati (capacità di *problem solving*, di *leadership*, competenze cognitive e operative). La dimensione culturale definisce il sistema di valori culturali e di norme sociali a cui si ispira l'intervento per il cambiamento, a partire dai valori e dalle norme esistenti, anche considerando la spinta all'innovazione derivante dalle minoranze. Infine la dimensione strutturale si fonda sul concetto di *empowerment* che rende possibile l'attuazione di azioni tese al cambiamento in una visione del potere positiva e propositiva.¹⁶

Per concludere, il senso di comunità si rinforza e favorisce a sua volta la costruzione di un benessere sociale tanto più si fa leva su tre processi fondamentali:

- la creazione del *senso di appartenenza*, in cui confluiscono l'interesse per l'oggetto della partecipazione, la percezione del proprio contributo al raggiungimento degli obiettivi e le aspettative legate alla partecipazione;
- la facilitazione del *coinvolgimento*, che riguarda la disposizione a lasciarsi coinvolgere e a partecipare attivamente facendo propri gli obiettivi condivisi;
- la promozione dell'*impegno attivo*, in cui si possono distinguere componenti affettive (di apprezzamento e identificazione), cognitive (sviluppare opinioni favorevoli) e comportamentali (intenzione ad impegnarsi).

Se ben armonizzate queste tre componenti rinforzano il senso di assunzione di responsabilità degli individui coinvolti, nel rispetto delle loro diversità, il grado di collaborazione e il livello di empowerment collettivo.¹⁷

In modo simile Giusti e Benedetti sostengono che i fattori principali che

¹⁵ Cf. P. AMERIO, *Vivere insieme. Comunità e relazioni nella società globale*, il Mulino, Bologna 2017.

¹⁶ Cf. K.I. MATON, *Make a difference*, in «American Journal of Community Psychology» 28 (2000) 25-57.

¹⁷ Cf. E. RIPAMONTI, *Il lavoro di rete*, in SANTINELLO-VIENO (a cura di), *Metodi di intervento in psicologia di comunità*, 175-198.

contribuiscono allo sviluppo della comunità sono:

- il *coinvolgimento*, ossia quanto le persone sono emotivamente interessate a un problema e sentono di dover fare qualcosa per risolverlo in maniera attiva;
- la *partecipazione*, intesa come possibilità di esercitare potere e decidere in base alle proprie esigenze e alla propria vita;
- la creazione di *connessioni* tra i membri della comunità, che si realizza attraverso i processi comunicativi per rispondere ad esigenze individuali o condivise e che favorisce le relazioni umane permettendo di superare l'isolamento e affrontare insieme un problema.

L'insieme di questi aspetti viene definito come senso di responsabilità sociale e comprende anche la percezione di potere da parte dell'individuo rispetto alla risoluzione del problema. Potere e senso di responsabilità sociale, quindi, sono interdipendenti dal momento che l'individuo si attiva quando il suo senso di responsabilità è alto e considera il suo potere d'azione adeguato. Al contrario, se la persona dovesse sentirsi in dovere di intervenire ma non possedesse le risorse per farlo potrebbe provare frustrazione.

Una tale funzione di espressione è svolta dalle associazioni di volontariato in cui gli individui mettono in gioco il loro senso di responsabilità e il loro potere di azione.

Più in generale «il coinvolgimento, la partecipazione e le connessioni consentono alla comunità di crescere, cioè di sviluppare il senso dell'essere uniti, di responsabilità, di potere e le competenze per agire. [...] In tale ottica, sviluppo di comunità e promozione del benessere coincidono».¹⁸

4. Suggerimenti psicoeducativi per la promozione della partecipazione attiva

Alla luce di quanto approfondito verranno di seguito proposte alcune riflessioni su pratiche psicoeducative da adottare in contesti in cui sia possibile promuovere e favorire la partecipazione attiva di individui che, nel rispetto delle loro diversità, possano dare un contributo allo sviluppo di realtà sociali condivise. Il presupposto su cui si fondano tali riflessioni è che oggi sia più che mai possibile trasformare forme di convivenza multietniche, multiculturali e fondate sulla diversità, in esperienze di condivisione, crescita personale e sociale reciproca, e partecipazione pacifica ai processi decisionali della società in cui si vive.

Uno spunto interessante viene dalla riflessione della scuola sull'educazione alla cittadinanza attiva nelle giovani generazioni. A tal proposito Moro definisce la cittadinanza attiva come la capacità degli individui di organizzarsi in modi multiformi, mettendo in gioco risorse umane, tecniche ed economiche, agendo secondo strategie differenziate per tutelare diritti personali e collettivi ed esercitando poteri e responsabilità volti alla cura e allo sviluppo

¹⁸ E. GIUSTI – M. BENEDETTI, *Il counseling di comunità. La rete psicologica del benessere sociale*, Sovera, Roma 2011, 102.

dei beni comuni.¹⁹

Ancora, con l'espressione cittadinanza globale ci si riferisce

a quel livello di appartenenza che supera la dimensione locale e nazionale in vista di un unico sistema-mondo che presuppone in ogni persona la coesistenza di una pluralità di identità e una molteplicità di appartenenze (familiare, sociale, religiosa, culturale, etnica, professionale). La cittadinanza democratica attribuisce ad ogni persona la libertà di occuparsi della comunità attraverso l'affermazione dei propri diritti ma anche di quelli altrui e, dunque, di esercitare principi di responsabilità in uno spazio democratico caratterizzato dalla solidarietà e dall'interesse comune.²⁰

In tale contesto da parte di più autori viene sottolineata l'importanza di educare all'ascolto e all'apertura verso l'altro, al riconoscimento e valorizzazione delle differenze, all'assunzione di responsabilità, all'esercizio di un pensiero critico, all'espressione del dissenso e del pluralismo, alla ricerca di soluzioni creative, pacifiche ed eticamente orientate dei problemi e dei conflitti.

Approfondiamo ulteriormente alcuni aspetti atti a favorire appartenenza e partecipazione in un contesto di vita comunitario.

4.1. La valorizzazione delle diversità

Un primo e fondamentale aspetto su cui basare qualunque intervento che voglia creare coinvolgimento e attiva partecipazione è il riconoscimento e la valorizzazione delle diversità. Queste possono manifestarsi nella forma di differenze etniche, culturali, di classe sociale o essere determinate dalla presenza di patologie o svantaggi di vario genere.

In tali casi il rapporto con l'ambiente sociale può risultare ostacolato dalla presenza di ostacoli e barriere strutturali, funzionali, valoriali o di pensiero che rendono complessa l'autodeterminazione, l'affermazione autonoma delle proprie scelte e la partecipazione alla vita di comunità degli individui che presentino tali caratteristiche.²¹

Favorire la partecipazione in questo caso significa riconoscere la presenza di tali ostacoli e agire nella direzione di consentire l'accessibilità alle risorse (beni, luoghi e servizi) e stimolare confronti e dialoghi tra le parti per il superamento di forme di pregiudizio e discriminazione.

Come da decenni illustrato da Allport nella teoria del contatto sociale,²² le barriere intrinsecamente presenti nei processi di categorizzazione o conflitto tra gruppi possono essere ridotte o superate attraverso la conoscenza reciproca. In presenza di obiettivi comuni e raggiungibili e in un clima di rispetto e uguaglianza, la conoscenza derivante dall'incontro e dal dialogo tra membri di diverse categorie sociali può infatti favorire la riduzione del pregiudizio accentuando la percezione della similarità tra il proprio gruppo di appartenenza

¹⁹ Cf. G. MORO, *Manuale di cittadinanza attiva*, Carocci, Roma 1998.

²⁰ R. SICURELLO, *Educazione alla cittadinanza: significati, linee di ricerca, finalità e pratiche didattiche*, in «Foro de Educación» 14 (2016) 20, 71-103: 77.

²¹ Cf. S. SORESI, *Psicologia della disabilità e dell'inclusione sociale*, il Mulino, Bologna 2016.

²² Cf. G.W. ALLPORT, *La natura del pregiudizio*, La Nuova Italia, Firenze 1973.

e il gruppo esterno e aumentando la percezione differenziata dei membri del gruppo esterno. In ultima analisi ciò può far sì che si sviluppi apertura mentale e accettazione dell'altro (nei suoi bisogni e nel suo modo di pensare e di essere) e che persone altrimenti emarginate o ritenute socialmente meno integrate o con *deficit* di varia natura possano sentirsi legittimamente partecipi e valorizzate nel loro contributo personale. Per favorire la componente del coinvolgimento è ovviamente importante che il confronto e la disponibilità convergano su questioni, proposte e obiettivi di interesse sia personale che collettivo e che il frutto di tale impegno possa portare a risultati raggiungibili e soddisfacenti per le parti in gioco.

In ogni contesto educativo o sociale ciò può incoraggiare nel tempo processi integrativi, di inclusione e di *empowerment* degli individui svantaggiati e delle minoranze in generale. Da un punto di vista più operativo tali condizioni di confronto e scambio possono essere favorite attraverso l'implementazione di incontri di gruppo in contesti scolastici, parrocchiali e istituzioni sociali di vario genere, con il fine di affrontare specifiche questioni. Tali incontri possono configurarsi ad esempio come spazi di analisi di un problema, come ricerca di soluzioni possibili o come laboratori esperienziali. Ciò che conta è che vengano realizzati all'interno di un contesto culturale che di fondo promuova i valori del rispetto e della valorizzazione delle differenze.

4.2. *L'acquisizione e il rinforzo delle abilità sociali*

Se l'acquisizione delle abilità sociali rappresenta un requisito importante per rendere gli individui più competenti nell'affrontare le sfide e gli ostacoli presenti nei diversi ambienti sociali di vita, tale acquisizione diventa essenziale quando a dover affrontare tali sfide sono persone che presentano disabilità, appartengono a categorie socioculturali svantaggiate o sono membri di minoranze.

Globalmente tali abilità sociali, sintetizzando diverse definizioni, comprendono una serie di comportamenti sociali, verbali e non verbali che possono facilitare le relazioni interpersonali, rendendole più soddisfacenti e positive e favorire in questo modo il raggiungimento di obiettivi personali e collettivi. Si parla nel primo caso di abilità sociali autorientate in quanto riferite a bisogni personali (ad esempio, il comportamento assertivo e la partecipazione sociale) e abilità sociali eterorientate atte a soddisfare i bisogni degli altri (comportamenti sociali cooperativi, prosociali e di solidarietà).²³

A seconda del contesto in cui vengono sperimentate (famiglia, scuola, lavoro, parrocchie, ambienti sportivi...) esse assumono una specifica connotazione e si declinano in comportamenti specifici. A tal proposito Vieno e Santinello parlano di *capitale sociale* di una comunità riferendosi all'insieme dei potenziali rapporti sociali positivi che possono essere instaurati al suo interno nella misura in cui gli individui che ne fanno parte sappiano interagire

²³ Cf. M. GROEBEN - S. PERREN - S. STADELMANN - K. VON KLITZING, *Emotional symptoms in middle childhood: associations with self-and other-oriented social skills*, in «European Journal of Child and Adolescent Psychiatry» 20 (2011), 3-15.

positivamente tenendo conto sia dei propri bisogni che di quelli degli altri.²⁴

In sintesi, oltre agli specifici comportamenti che possono essere attuati in riferimento alla peculiarità del contesto, si può distinguere tra abilità di autoespressione (sia dei sentimenti che delle proprie opinioni), abilità tese a costruire un rapporto gratificante con gli altri, abilità di autoaffermazione (rendere esplicite le richieste in riferimento ai propri bisogni, sapere esprimere dissenso, difendersi dalle pressioni sociali) e abilità comunicative. La mancanza di tali abilità aumenta il senso di impotenza e l'abbassamento del senso padronanza e di empowerment nella risoluzione degli ostacoli e dei problemi, sia personali che collettivi. Si rende pertanto necessario creare percorsi atti a potenziare l'acquisizione delle abilità sociali sia in senso generale che specifico rispetto ai diversi contesti di vita. Anche in questo caso può risultare utile l'implementazione di percorsi di formazione o laboratori esperienziali che consentano l'esercizio e il rinforzo di quelle competenze ritenute necessarie.

4.3. L'uso della *peer education*

L'uso della *peer education* come strumento di promozione delle abilità in ambito pedagogico, è ampiamente supportato da anni di efficace sperimentazione in cui la formazione di membri opportunamente selezionati, soprattutto se appartenenti a categorie svantaggiate o in situazioni di difficoltà o rischio, diventa il cardine di un intervento in grado di raggiungere un più alto numero di persone.

Uno dei fondamenti teorici su cui si basa questa metodologia è l'effetto di similarità percepita e l'influenza sociale,²⁵ grazie alle quali il sentire qualcuno simile a se stessi nelle esperienze e nelle difficoltà lo rende una fonte credibile e particolarmente influente, qualcuno di cui fidarsi, in modo simile a quanto accade nei gruppo di auto-mutuo-aiuto.

Anche in questa modalità educativa è possibile rintracciare il concetto di *empowerment* e la centralità dell'esperienza di condivisione e cooperazione tra pari per il raggiungimento di obiettivi comuni. Utilizzata soprattutto in ambito evolutivo, questa pratica valorizza il concetto di aggregazione, di relazione e di responsabilizzazione rendendo possibile il fronteggiamento di sfide e testimoniando la forza del gruppo nel produrre cambiamenti in direzioni desiderate, laddove la situazione di partenza sia svantaggiosa. Ciò permette dunque di costruire contesti relazionali, affettivi e organizzativi, includenti al loro interno anche persone in condizioni di disagio, rischio o difficoltà, in grado di produrre dinamiche partecipative che, sfruttando la forza interna del gruppo, favoriscano la costruzione di modelli culturali e di pensiero finalizzati alla partecipazione, condivisione e responsabilizzazione.

In riferimento a ciò i *peer* possono essere impegnati in tre livelli di intervento: uno di tipo informativo, un secondo più partecipato, in cui oltre a

²⁴ Cf. M. SANTINELLO – A. VIENO, *Il capitale sociale secondo un'ottica di psicologia di comunità*, in «Giornale italiano di psicologia» 3 (2006), 481-497.

²⁵ Cf. G. TURNER – J. SHEPHERD, *A method in search of a theory: peer education and health promotion*, in «Health Education Research: Theory and Practice» 14 (1999), 235-247.

dare informazioni su comportamenti inadeguati o adeguati, si favorisce un'analisi dei vissuti e delle emozioni associate a quei comportamenti, e un terzo livello in cui si lavora sull'identità di gruppo allo scopo di incidere sui modelli culturali sottostanti e favorire la partecipazione dei soggetti ad una azione collettiva. Quest'ultima modalità non si limita alla semplice trasmissione di conoscenze o a favorire l'adesione a modelli di comportamento corretti ma punta a sviluppare un sapere e una coscienza critica su di sé e la realtà sociale di appartenenza.²⁶

4.4. *La formazione degli educatori*

Ovviamente sia la promozione delle abilità sociali, che l'utilizzo della *peer education* hanno valore all'interno di contesti che siano essi stessi socialmente abili ed educativi. Sfruttando i principi del modellamento ciò implica che le diverse figure educative siano esempio di quella competenza sociale attraverso cui si esprime l'autoaffermazione costruttiva di sé e l'accoglienza e il rispetto per l'altro, intendendo per rispetto il credere e valorizzare le risorse che l'altro possiede. In tal senso le diverse figure educative dovrebbero essere in grado di costruire relazioni positive ed efficaci all'interno delle quali l'altro, anche nella sua diversità, possa sentirsi "invitato" e stimolato a rispondere con la stessa positività e propositività, piuttosto che incoraggiare atteggiamenti di passività e sottomissione che nel lungo termine implicano sfiducia nella relazione e rinuncia alla partecipazione.

Gli studi della psicologia dello sviluppo hanno ampiamente dato prova di questa correlazione evidenziando ad esempio che le abilità sociali dei figli sembrano associarsi fortemente alla presenza nei genitori di caratteristiche come la disponibilità, l'accettazione, la comprensione, il rispetto e la messa in atto di comportamenti prosociali. L'acquisizione di tali abilità nel contesto familiare sarebbe dunque il predittore della qualità delle relazioni sociali sperimentata in altri contesti.²⁷

Se dunque nei diversi contesti sociali si rende necessaria l'implementazione di percorsi formativi finalizzati a promuovere nei partecipanti la capacità di pensare criticamente e svolgere un'attività cognitiva consapevole ed eticamente orientata, ciò rende tanto più necessario un forte investimento formativo nei confronti delle figure chiave che, nelle vesti di educatori, accompagnatori o facilitatori, possano, sulla base di principi di apertura culturale, accoglienza e inclusione, acquisire adeguate competenze pedagogiche e considerino le diversità un punto di vista privilegiato dei processi educativi²⁸. Ciò significa farsi portavoce di valori come l'accoglienza, il rispetto e l'uguaglianza e farsi promotori di iniziative culturali, sociali e di volontariato in cui attuare questi principi e agire in modo prosociale e attivo. A livello operativo

²⁶ M. CROCE, *La "peer education"*, in SANTINELLO-VIENO (a cura di), *Metodi di intervento in psicologia di comunità*, 119-136.

²⁷ L. NOTA - S. SORESI - S. SANTILLI, *Le abilità sociali e il loro ruolo in un contesto socioculturale in evoluzione*, in SANTINELLO-VIENO (a cura di), *Metodi di intervento in psicologia di comunità*, 77-96.

²⁸ L. Mortari, *A scuola di libertà. Formazione e pensiero autonomo*, Raffaello Cortina Milano (2008).

ciò potrebbe concretizzarsi in percorsi formativi ed esperienziali rivolti agli educatori in cui vengano promosse in particolare competenze di leadership, comunicative, di gestione dei gruppi, di gestione dei conflitti, di progettazione sociale.

Conclusioni

Questa breve disamina sui processi che regolano le relazioni sia nei contesti interpersonali che sociali, ha permesso di evidenziare la crucialità rivestita dall'espressione di alcuni bisogni, che al pari dei bisogni fisiologici, contribuiscono al benessere psicologico di ciascun individuo. Il bisogno di relazione, di affiliazione e di appartenenza, sebbene in modi e livelli differenti, rappresentano infatti una spinta importante per lo sviluppo sano dell'individuo e in ultima istanza anche per l'evoluzione delle società e in generale della specie umana. Abbiamo analizzato infatti come siano strettamente interrelati il concetto di identità personale e identità sociale, di benessere individuale e di benessere collettivo così come il concetto di abilità sociali dei singoli individui e di capitale sociale di una intera comunità.

Peraltro, in una società sempre più tecnologica, frettolosa e complessa, ridare valore e centralità all'esperienza relazionale e a un'autentica e viva partecipazione sociale, diventa sempre più necessario per evitare l'isolamento e l'emarginazione sociale, anche oltre l'apparente rete di connessioni virtuali. L'invito al recupero di questa dimensione diventa tanto più urgente in questo periodo storico in cui l'isolamento, la distanza e l'evitamento dell'intimità sono stati invece investiti di un valore positivo, fino al punto di essere concepiti come condizioni normali. Si rende altresì necessario creare ambienti socialmente abili in grado di accogliere e valorizzare il contributo di tutti, nel riconoscimento del valore della diversità e delle diverse condizioni di vita e di pensiero degli individui. La sfida da accettare è dunque quella di promuovere interventi in grado di favorire processi di appartenenza e impegno sociale supportati da apertura mentale e superamento di ogni forma moderna di pregiudizio e discriminazione.

Promotion of the sense of belonging and active participation. Psycho-educative considerations

► ABSTRACT

The expression of the need for relationships, affiliation and social belonging covers the entire human existence by closely correlating with the perception of the quality and satisfaction of one's life, as well as conditions of personal and collective well-being. In a relationship of continuous circularity between the individual and the environment, the relational style of individuals is therefore defined and the way in which this is also expressed at the social level, constituting the basis of the so-called social capital of an entire community. Both some central aspects that define the relational experience and its implications, and some aspects of an individual and social nature that mediate social belonging, active participation and social commitment in community life, are explored here. Finally, some psychoeducational ideas are provided to promote contexts in which the contributions and initiatives of individuals in disadvantaged conditions or belonging to minorities find an adequate space.

► KEYWORDS

Affiliation; Belongingness; Diversity; Participation; Psychological wellbeing; Relationship; Sense as a community; Social commitment; Social identity; Social wellbeing.

✉ schietroma@unisal.it

✉ rizzuto@unisal.it