

L'evoluzione verso una concreta gestione nonviolenta dei conflitti :

Il potere di ognuno di noi

di Pat Patfoort

Molti conflitti violenti e guerre, nel mondo, accadono in situazioni dove due o più gruppi con differenti retroterra etnici e culturali si trovano a confrontarsi gli uni con gli altri. Ma non solo a questo livello, anche nel livello individuale le persone, da sempre, sono soggette ad ansie, litigi, scontri, quando devono affrontare punti di vista, interessi, abitudini, valori, sentimenti differenti. Questo accade in famiglia, nei luoghi di lavoro, nel vicinato, in strada. Appare difficile, in genere, trovare modi di accordo con le differenze di altre persone, che non producano stress, rabbia, violenza, pena e sofferenza.

Ci sono diversi modi di comportarsi con le differenze tra le persone. In via generale possiamo fare distinzione fra un modo distruttivo o violento, da una parte, e una soluzione costruttiva o nonviolenta, dall'altra. Molta gente non conosce neppure l'esistenza di questa distinzione, e non sa nemmeno se sia possibile trovare una soluzione costruttiva o nonviolenta. Spesso molta gente sembra interessata a saperne di più soltanto quando si trova in mezzo a una crisi, sia a livello personale sia sociale. Se pure anche allora è ancora possibile conoscerne di più e operare una concreta trasformazione del conflitto, ciò è naturalmente molto più difficile nel mezzo di una crisi.

Il modo distruttivo di comportarsi con le differenze

La situazione di partenza – sia per il modo distruttivo che per il modo costruttivo - è la presenza di almeno due diverse posizioni: queste sono costituite dalle diverse caratteristiche, o comportamenti, o punti di vista di due persone o di due gruppi di persone. Questa situazione di partenza di per sé non contiene alcun problema.

Il modo ordinario di porsi di queste due differenti posizioni vede la prima posizione basata sul **modello Maggiore – minore o Modello M – m**: ciascuna parte cerca di presentare le proprie caratteristiche o comportamenti come migliori rispetto agli altri. Ognuno cerca di aver ragione, di dominare, di vincere. Ognuno cerca di mettere se stesso in posizione Maggiore, e l'altra persona o gruppo in posizione minore.

La conseguenza di ciò sono **i tre meccanismi della violenza** :

- violenza contro la persona che per prima ha messo lui stesso – o lei stessa – in posizione Maggiore, o l'escalation della violenza;
- violenza contro una terza parte, o la catena della violenza;
- violenza contro se stessi, o interiorizzazione della violenza, dell'aggressione.

Il modello M-m è alla base della violenza. E' **la radice della violenza** (fig.1).

L'aggressività è connaturata agli esseri umani ?

Comportarsi secondo il modello M-m è così usuale, sembra così normale, che la gente spesso ha l'impressione che sia l'unica soluzione possibile. Per lo più la gente pensa che ciò sia coerente con gli impulsi naturali dell'essere umano, con gli istinti dell'uomo. Ora, ciò che è inerente all'essere umano è certamente alla base della transizione dalla situazione di partenza di due differenti punti di vista al modello M-m. E' **l'istinto di autoprotezione o istinto di sopravvivenza** che ci spinge a voler uscire fuori dalla posizione minore. La necessità di proteggere e difendere se stessi è certamente connaturata (inerente) agli esseri umani. Ma fare questo seguendo il modello M-m non è assolutamente connaturato all'essere umano. Questa via è soltanto una delle possibili vie per ottenere ciò. E' la via che a prima vista sembra essere la più facile, e appare, quindi, anche l'unica che nella maggior parte delle umane società viene appreso fin dalla fanciullezza, e che dopo continua ad essere sviluppata e alimentata in tutti i modi possibili.

Un altro modo per uscire da una situazione di partenza con due differenti punti di vista è **il modello Equivalenza o Modello E** (fig.2). Questo modello risponde egualmente all'istinto di autoprotezione dell'essere umano. Il modello E, la nonviolenza, certamente ci permette di uscire fuori dalla posizione minore, di difendere e proteggere noi stessi, ma non a spese altrui, non contro qualcuno, non attaccando, come è nel caso del modello M-m.

Così, non è l'aggressività che è connaturata agli esseri umani, ma ciò che sta alla base di ciò: l'istinto di autoprotezione.

La via costruttiva al confronto con differenze e conflitti

Ora noi esamineremo situazioni in cui le due posizioni della situazione di partenza sono differenti punti di vista. Due (o più) parti hanno differenti punti di vista, esse non vanno d'accordo. Quando viene adoperato il modello M-m, questa situazione è conosciuta come **"conflitto"**.

Per capire come sviluppare il modello Equivalenza, vediamo come sono i suoi strumenti, e li poniamo a confronto con gli strumenti adoperati nel modello Maggiore-minore.

Nel modello M-m vengono adoperati **gli argomenti**. Essi sono portati **per cercare di aver ragione, per vincere**. Tre importanti tipi di argomenti sono :

- 1) **gli argomenti positivi** : una parte presenta aspetti positivi del proprio punto di vista, per muoversi verso la posizione Maggiore;
- 2) **gli argomenti negativi** : una parte menziona gli aspetti negativi del punto di vista dell'altra parte (o persona), per abbassarla verso la posizione minore;
- 3) **gli argomenti distruttivi** : una parte cita aspetti negativi dell'altra parte (o persona), per spingerla ancor più giù nella posizione minore. Tra questi elementi ci sono aspetti razzisti, di intolleranza fra le età e sessisti. Un modo di fare nel quale la diversità dell'altro – colore della pelle, giovinezza o vecchiaia, genere m/f – sarà presentata come negativa e adoperata

per svalutare il punto di vista dell'altro, punto di vista solitamente non correlato all'attributo considerato.

Usando gli argomenti si ha una visione **superficiale** della situazione. Essi stimolano un'escalation del conflitto, infuocano il discorso. Entrambe le parti cercano ogni volta che possono di rendere più duro il rispettivo punto di vista in opposizione a quello dell'altra e per sopravanzarlo. Una parte semplicemente propaga il conflitto dall'alto, gettando benzina sul fuoco.

Per contrasto, **il modello Equivalenza opera con i fondamenti**, non con gli argomenti. Come indica la parola, i fondamenti sono i fattori che reggono dal basso entrambi i punti di vista (fig.3). Essi sono **le ragioni** per cui entrambe le parti hanno i rispettivi punti di vista: motivazioni, bisogni, sentimenti, interessi, obiettivi, valori. Questi elementi possono essere ancora intellettual-razionali o emozionali. Essi vengono svelati attraverso la domande di "perché". "Perché io ho questo punto di vista?", "Perché quell'altro o quell'altra ha il suo punto di vista?" Attraverso l'esplorazione dei fondamenti nel modello-E, si trova un'opportunità per comprendere il conflitto **in profondità** piuttosto che restare semplicemente bloccati nel modello M-m alimentandolo solo in superficie. I fondamenti dei differenti punti di vista spesso non vengono espressi. La gente può non essere cosciente di essi. Ciononostante, essi sono presenti, e identificarli è essenziale.

Risolvere un conflitto

Il disaccordo viene risolto in modi totalmente differenti col modello Maggiore-minore e col modello Equivalenza di soluzione del conflitto. Col modello M-m, esistono solo due possibilità. La ragione sta dalla mia parte o dall'altra. Ci troviamo in un sistema bidimensionale ed ogni soluzione proposta o raggiunta provoca lo stesso tipo di reazione: "Vedi? Ho ragione io!" o "Chi ha vinto alla fine?". Ma spesso il modello M-m non offre alcuna soluzione: ogni volta che difendiamo noi stessi lo facciamo attaccando, provocando l'altro/l'altra persona a difendersi, sempre attaccando, ancora provocando noi stessi o un'altra persona. E così via. Per contrasto, il modello E ci consente innumerevoli soluzioni, che emergono da un modo di pensare che trascende la restrizione bidimensionale. Esse vengono create comprendendo tutti i fondamenti di entrambe le parti coinvolte nel conflitto.

Mentre col modello M-m è predominante trovare una soluzione, col modello E è più importante il processo con cui la si raggiunge. Le parti in conflitto avviano questo processo rivelando i fondamenti di entrambe le parti, comprendendo e rispettando quelli della parte avversa così come i propri, e poi facendo seguire una serie di passi verso la soluzione (fig.3)¹.

¹ Per saperne di più leggere: Patfoort, Pat. Costruire la nonviolenza – Molfetta (BA) : Ed. La Meridiana., 1992, e Patfoort, Pat. Io voglio, tu non vuoi . Manuale di educazione nonviolenta, -- Torino : EGA Ed., 2001.

Trasformazione verso la gestione nonviolenta del conflitto: un caso al livello personale, una base per un altro tipo di società

Due vicini di casa hanno un conflitto a causa degli animali : Sidi tiene animali nella sua proprietà, ma Tom non vuole che egli li tenga.

Sidi pensa e dice al suo vicino, o dice su di lui ad altra gente :

- 1) “Esiste qualcosa di più bello che avere animali?”, “Puoi ottenere più amore da un animale che da un uomo”, “Quando metti a confronto i suoi figli con i nostri, puoi vedere i buoni effetti che questi animali hanno su di noi”, “E’ importante per diventare un essere umano completo avere animali intorno a sé”, “Dà proprio una buona sensazione produrre da se stessi il latte e le uova” (argomenti positivi)
- 2) “Senza animali attorno la vita non è vita”, “Se non ci fossero animali, non ci sarebbe niente da mangiare”, “Ci sarebbe silenzio ovunque senza animali. Qui sarebbe come un cimitero” (argomenti negativi)
- 3) “Ciò non è umano”, “Lui è sempre così strano”, “Non ha sentimenti”, “E’ così egoista, pensa solo a se stesso”, “Non può sopportare il minimo disturbo intorno a sé: guarda come si comporta con i suoi figli! Poverini...” (argomenti distruttivi).

Tom dall’altra parte pensa e dice al suo vicino, o parla di lui ad altri, nella seguente maniera:

- 1) “E’ così bello avere quiete intorno alla casa!”, “Almeno poi puoi sentire la tua stessa musica!” , “E’ molto più facile mantenere le cose pulite senza animali!” (argomenti positivi)
- 2) “Questi animali sono così sporchi. Essi creano puzza dappertutto!” , “Essi portano malattie. Sono pericolosi.” , “Fanno così tanto rumore: essi disturbano l’intero vicinato.” , “Gli animali non sono fatti per vivere intorno alle case della gente, ma devono stare lontani dalle case, e comunque non in questo vicinato” (argomenti negativi)
- 3) “Non gli importa niente di noi, non è capace di ospitare qualcuno. Pensa solo am quello che vuole lui!”, “Dice di amare i suoi animali, ma guarda come li tratta: li picchia, li ferisce!”, “Non sa trattare con gli animali”, “Usa i suoi animali per scaricare le proprie frustrazioni”, “E’ così sporco, temo che non faccia mai una doccia o un bagno” (argomenti distruttivi).

Sidi e Tom si spingono l’uno con l’altro in posizione minore non solo con le parole, ma anche in tutte le forme non verbali (sguardi, gesti, atteggiamenti, sorrisi). E progressivamente essi trovano sempre più e più cose da aggiungere per mettere l’altro in posizione minore. Essi vanno sempre più incontro a un avvistamento (escalation). E’ la guerra tra vicini di casa.

Per trasformare la relazione dal modello Maggiore-minore verso quello di equivalenza, Sidi e Tom non dovrebbero parlare e pensare ancora con argomenti, ma con fondamenti.

Quali potrebbero essere tali fondamenti? ²

<u>Sidi: Io voglio avere animali</u>	<u>Tom: Io non voglio che tu abbia animali</u>
<p><u>Fondamenti:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Io ho sempre vissuto con animali2. Senza animali intorno a me (essi) mi mancherebbero, mi sentirei perso3. Mi piace dare il loro latte ai miei bambini4. Ho necessità di un maggior reddito5. Mi sento bene quando ho animali intorno a me6. Mi sento felice di poter dare concime ai contadini7. Mi piace vedere i miei figli giocare con gli animali8. Mi sento così bene nel dare un animale in regalo quando ci sono cerimonie in famiglia9. Mi piace molto aumentarne il valore10. Ho paura di essere respinto dalla mia comunità se non possiedo animali11. Sarebbe terribile per me se i miei figli non potessero vivere e trattare con gli animali12. Sono cresciuto con la convinzione che la gente che non ha animali sia inferiore	<p><u>Fondamenti:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Ho paura che essi distruggano le mie piante2. Non ho mai vissuto con animali3. Mi sento bene se c'è molto verde intorno a me4. Mi sento disturbato dai rumori degli animali5. Mi sento male davanti agli escrementi degli animali6. Ho un senso di disagio nel vedere un animale distruggere una pianta7. Ho paura che gli animali facciano del male ai miei bambini8. Ho paura che i miei figli abbiano a che fare con animali9. Sono abituato ad aver paura della gente che possiede animali

Noi vediamo che questi due modi di pensare e di parlare sono completamente differenti: c'è un passaggio dalla critica e dal giudizio negativi dell'altra persona e del suo punto di vista all'apertura, comprensione e accettazione dell'altra persona e di se stesso. La modalità di relazione diventa totalmente differente.

Come possono Sidi e Tom lavorare a una tale trasformazione? Essenzialmente diventando consapevoli delle conseguenze del modo di pensare e di comportarsi sul modello Maggiore-minore, e comprendendo come poter mettere in pratica il modello di Equivalenza.

Quali possono essere le soluzioni di questo conflitto? Nel modello Equivalenza ci sono di solito molte possibili soluzioni. E una soluzione è spesso non solo UN pezzo, ma un insieme di diversi pezzi, che tutti insieme soddisfano i fondamenti delle diverse parti coinvolte. In questo caso LA soluzione, che significa i diversi pezzi dell'insieme della soluzione, potrebbe essere:

- 1) Gli animali sono messi dentro un recinto, dalla parte opposta della casa di Sidi;
- 2) e Tom aiuta Sidi a costruire il recinto;

² : Per predisporre e formulare i fondamenti, occorre osservare alcune particolari istruzioni

- 3) e, se il recinto di Sidi è rotto o una pianta di Tom è distrutta, l'altro esprime il suo disappunto e aiuta a porre riparo;
- 4) e ognuno esprime il suo apprezzamento per ciò che l'altro sta facendo per lui, e per come lo fa;
- 5) e comunicando in una maniera differente, essi progressivamente si capiscono meglio l'un l'altro, e cominciano a guardarsi in un modo differente, e stanno meglio in generale col proprio vicino.

In tutto il mondo ci sono molti conflitti, e in particolare conflitti armati, tra popolazioni di allevatori/pastori da una parte e popolazioni di agricoltori dall'altra. Essi sono in posizione Maggiore e in posizione minore l'un verso l'altro, cioè nel modello M-m, attraverso il quale si sviluppa l'avvitamento (escalation).

Fondamenti simili a quelli di Sidi e Tom sono presenti in queste situazioni.

Se le persone come Sidi e Tom lavorassero per trasformare il loro conflitto dal sistema Maggiore-minore al sistema di Equivalenza, è chiaro che questa sarebbe la base per una trasformazione della società nella quale esse vivono. E quanta più gente fa questo, quanto più noi tutti lavoriamo per trasformare i nostri conflitti dal sistema M-m al sistema E, tanto più noi trasformeremo la nostra società e il mondo uscendo dal giudizio negativo e dal pregiudizio verso il rispetto e la tolleranza, dalla violenza e dalla guerra verso l'armonia e la pace.

(articolo presentato alla conferenza dell'Agenda Sociale Mondiale, a Padova, dal 2 al 5 maggio 2002 ; trad. dall'inglese di Ignazio Carta)