

Inclusione e identità

Group dynamics – Capitolo 3

Il bisogno di appartenenza

- Sebbene gli esseri umani adulti possano sopravvivere da soli, la maggior parte di noi preferisce essere inclusa piuttosto che esclusa da un gruppo.
- Baumeister e Leary (1995) hanno ipotizzato che gli esseri umani abbiano un bisogno connaturato di appartenere.

Un istinto pervasivo a formare e mantenere almeno una minima quantità di relazioni interpersonali durevoli, positive e significative (p. 497)

- Moltissime persone spendono la maggior parte del loro tempo in compagnia di altre persone. L'87.3% degli Americani ha dichiarato di vivere con qualcuno (compagno/a, famiglia, coinquilini). Tra il 50 e l'80% hanno dichiarato che preferiscono svolgere attività con altri piuttosto che da soli (ad es., andare ad una partita o al cinema, pranzare o cenare)

Appartenenza ed evoluzione

- Secondo la prospettiva evoluzionistica, il bisogno di appartenenza è parte della natura umana.
- La predisposizione a vivere in gruppo è stata probabilmente sostenuta da meccanismi biologici e psicologici che si sono evoluti nel corso del tempo per aiutare gli esseri umani a risolvere specifici problemi di sopravvivenza.
- Al giorno d'oggi gli esseri umani non hanno bisogno di vivere in gruppo, ma tendiamo a preferire l'appartenenza rispetto all'inclusione come retaggio di 130 mila anni di evoluzione della specie.

Gli effetti della solitudine

- I diari di individui che hanno sperimentato prolungati periodi di solitudine – come esploratori o prigionieri in isolamento – ne testimoniano l’impatto negativo, con sintomi quali insonnia, vuoti di memoria, depressione, fatica, stati confusionali.
- Solitudine emotiva vs. solitudine sociale
- La solitudine può essere contagiosa! (Cacioppo et al., 2009)

Gli effetti dell'esclusione

- Il termine **ostracismo** indica il processo per cui i membri di un gruppo escludono e/o ignorano in modo deliberato uno o più membri.
- I membri di un gruppo che si sentono “fuori dal giro” riportano stati di umore negativi, si sentono meno competenti e meno vicini agli altri membri del gruppo.
- Questi effetti sono stati documentati sia con ricerche correlazionali, sia con studi sperimentali, in cui l'ostracismo viene manipolato.

Il lancio della palla (Williams, 2007)

Browser tabs: https://cyberball.wikispac x, https://cyberball.wikispac x, CyberBall x

Browser address bar: laits.utexas.edu/cyberball/cyberball.htm?userid=agileProgger&settings=4plos&p2name=MyName&pic4=images/stevejobs.png&pics=true&pic1=images/stevejobs.png

Browser bookmarks: Come iniziare, Router NETGEAR DGN, Importati da Firefox, Secure Access SSL VPI, https://webmail.guard, Cometa Outlet | Calza, TL-WA850RE, Altri Pre

You can throw the ball by clicking on the name or picture of another player



Player Four



Mark Zukerberg



Steve Jobs



MyName

Send

Gli effetti dell'esclusione

- I partecipanti che hanno sperimentato l'esclusione nel paradigma del lancio della palla (nella versione elettronica, **cyberball**) riportano sentimenti di frustrazione, ansia e nervosismo, mentre i partecipanti inclusi si dichiarano amichevoli, rilassati e a proprio agio.
- Alcuni partecipanti hanno reazioni di shock o dichiarano di sentirsi traditi.
- Anche se ad escluderli sono membri del Ku Klux Klan!!

Gli effetti dell'esclusione

- Queste reazioni prettamente affettive riguardano in genere la risposta iniziale all'ostracismo (fase di riflesso, *reflexive stage*).
- Nella fase immediatamente successiva (fase riflessiva; *reflective stage*) le persone elaborano una strategia di risposta:
 - fight or flight
 - tend and befriend

Rispondere all'esclusione

- **fight or flight response**

- affrontare i membri del gruppo direttamente, forzare la propria appartenenza al gruppo, svalutare i "colpevoli", assumere comportamenti rischioosi, diventare più competitivi o anche aggressivi e violenti (fight)

- sfuggire (fisicamente e/o psicologicamente) al rifiuto, disidentificarsi con il gruppo, cercare una nuova appartenenza (flight)

Rispondere all'esclusione

- **tend and befriend response**

è la risposta socialmente positiva al rifiuto; consiste nel conformarsi alla norma del gruppo, sostenere il gruppo, impegnarsi nelle attività di gruppo (anche quelle meno piacevoli), mostrarsi amichevoli nei confronti dei membri del gruppo

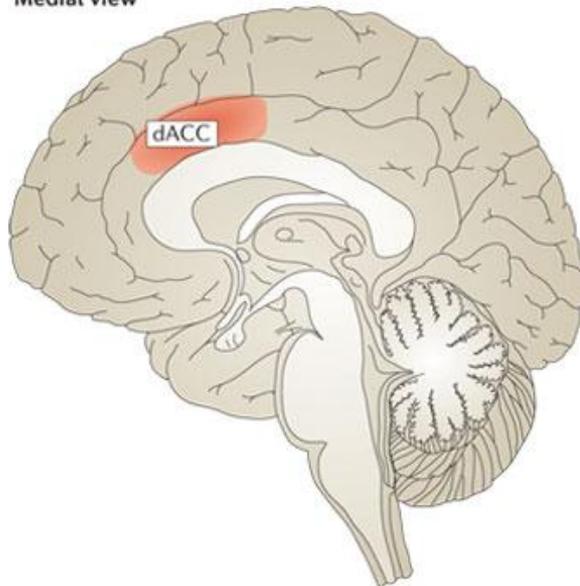
Aggressività estrema

- Il rifiuto e l'esclusione possono condurre a comportamenti antisociali.
- Lowell Gaertner e coll. (2008) hanno condotto uno studio con gruppi di quattro persone (tre collaboratori e un partecipante ingenuo) in cui si manipolavano la responsabilità dell'esclusione (sperimentatore vs. un membro del gruppo) e l'entitatività del gruppo (alta vs. bassa).
- Il partecipante ingenuo, dopo essere stato escluso aveva la possibilità di somministrare rumori molto forti all'intero gruppo
- I risultati hanno mostrato maggiore aggressività nella condizione di esclusione ad opera di un membro del gruppo ed alta entitatività. I risultati hanno implicazioni per la comprensione di alcune forme di violenza (ad es., sparatorie nelle scuole)

Dolore sociale come dolore fisico

- Le persone ostracizzate talvolta riferiscono di provare dolore o di sentirsi come se avessero ricevuto una coltellata.
- Gli studi di risonanza magnetica hanno confermato che quando veniamo esclusi da un'attività di gruppo si attivano aree associate con l'esperienza del dolore fisico: l'insula anteriore e la corteccia cingolata anteriore.

Medial view



Lateral view

