

## Si può fare a meno della fiducia?

ROSSELLA BARZOTTI\*, ALESSANDRO RICCI\*\*

Perché gli uomini hanno e si danno fiducia? Perché l'esistenza umana richiede la fiducia? Si può fare a meno della fiducia? Domande da cui partire per riflettere sulla essenzialità della dimensione della fiducia nella vita dell'uomo. La fiducia è un concetto fondamentale che permea ogni aspetto delle interazioni umane e delle strutture sociali, è una dimensione pervasiva e centrale per l'orientamento nel mondo e per fare esperienza nella relazione con l'altro. Il dare e ricevere fiducia si configura come un presupposto per la stabilità sociale, influenzando profondamente il flusso degli eventi della storia. Durante il Rinascimento, ad esempio, un rinnovato senso di fiducia nell'individuo e nelle sue capacità intellettuali ha portato a cambiamenti rivoluzionari nelle arti, nella scienza e nella politica. Questo periodo ha visto anche una trasformazione nelle strutture di fiducia tradizionali (Chiesa e famiglia) spostando l'enfasi dalla fede incontestata nelle autorità verso un modello più interrogativo e critico. La fiducia continua a essere oggetto di studio vitale e rilevante in una varietà di discipline, e la sua esplorazione offre approfondimenti cruciali sui meccanismi che governano le relazioni umane e le istituzioni. L'analisi storica della fiducia non solo illumina il passato ma fornisce anche chiavi di lettura per affrontare le sfide presenti e future delle società umane. Nell'età moderna, la fiducia ha assunto nuove dimensioni con

---

\* rossella.barzotti@gmail.com. Docente incaricato di *Psicologia dell'età evolutiva* presso l'ISSR "Ecclesia Mater".

\*\* Docente stabilizzato di *Psicologia dell'educazione* presso l'"Università Pontificia Salesiana" e Docente invitato presso Istituto di Pastorale presso l'Università Pontificia Lateranense.

l'emergere della scienza e della tecnologia. La fiducia nelle istituzioni scientifiche e nei progressi tecnologici è diventata una componente fondamentale delle società moderne, come discusso da Fukuyama (1995) nel suo *Trust: The Social Virtues and The Creation of Prosperity*. Fukuyama esamina come la fiducia influenzi l'economia e le istituzioni sociali, sottolineando l'importanza della fiducia culturale e istituzionale per il successo economico. L'era moderna, caratterizzata da un'intensa mobilità globale e da società sempre più multiculturali, pone nuove sfide alla fiducia interpersonale. Putnam, politologo e professore emerito alla Harvard University, noto soprattutto per i suoi studi su capitale sociale e fiducia all'interno delle comunità, ha esplorato le tensioni che emergono in contesti diversificati, osservando che «mentre la diversità a lungo termine può arricchire una società, a breve termine può erodere la fiducia sociale» (Putnam 2007: 137-174). Questa osservazione suggerisce che la fiducia deve essere continuamente negoziata e ristrutturata in risposta alle dinamiche sociali in evoluzione. Gli eventi storici recenti, caratterizzati da pandemie globali, crisi politiche, tensioni sociali e avanzamenti tecnologici rapidi, hanno significativamente influenzato la dimensione della fiducia nelle società contemporanee. La crescente polarizzazione politica e sociale ha anche influenzato la fiducia interpersonale. La ricerca di Putnam (2000) suggerisce che una società più frammentata e polarizzata può diminuire il senso di fiducia e coesione sociale. Inoltre, l'uso pervasivo dei *social media* ha cambiato il modo in cui le informazioni vengono condivise e consumate, influenzando la fiducia nelle fonti di informazione e, di conseguenza, nelle altre persone. La crescente diffusione di notizie false e di informazioni errate, particolarmente evidente durante i periodi elettorali e la pandemia, hanno sollevato dubbi sulla credibilità dei *media* tradizionali e alternativi. Tali sviluppi hanno spinto le persone a diventare più selettive e, in alcuni casi, più ciniche riguardo alle fonti da cui scelgono di informarsi, come sottolineato da Lazer *et al.* (2018).

### 1. *La fiducia in ambito psico-sociologico*

Il tema della fiducia ha rivestito un ruolo fondamentale nella ricerca psicologica fin dalla nascita della disciplina. Gli psicologi hanno esplorato questo concetto attraverso diverse lenti, tra cui lo sviluppo infantile, le

interazioni sociali, la psicologia clinica e le neuroscienze. La fiducia è stata concettualizzata come un costrutto multidimensionale che include almeno due componenti principali: la fiducia cognitiva e la fiducia emotiva. La fiducia cognitiva si riferisce alla convinzione razionale nella competenza e affidabilità di un'altra parte, mentre la fiducia emotiva emerge da sentimenti di sicurezza emotiva e connessione con l'altro. Questa distinzione è cruciale per comprendere come le persone stabiliscono e mantengono relazioni di fiducia in vari contesti, dall'ambito interpersonale a quello istituzionale. La fiducia è stata studiata attraverso diverse lenti teoriche, inclusa la teoria dei giochi, il condizionamento comportamentale e il modello di attaccamento (Kosfeld *et al.* 2005; Bowlby 1969). Questi approcci suggeriscono che la fiducia evolve come meccanismo adattivo per aumentare la cooperazione e ridurre l'incertezza nelle interazioni sociali (Fehr 2009).

Dal punto di vista della psicologia dello sviluppo, la fiducia è stata interpretata come una strategia adattiva che favorisce la cooperazione. La ricerca suggerisce che la capacità di stabilire legami di fiducia ha avuto un ruolo chiave nella sopravvivenza e nel successo delle comunità umane attraverso i millenni. Dunque, viene da evidenziare come sul piano sociale la fiducia rivesta un ruolo cruciale nel facilitare interazioni armoniose tra individui e istituzioni. Studi hanno evidenziato come un elevato grado di fiducia sociale sia correlato a una serie di esiti positivi, tra cui maggiore benessere collettivo, riduzione dei conflitti ed efficacia delle istituzioni pubbliche. Questo sottolinea l'importanza della fiducia non solo nelle relazioni personali ma anche nel tessuto più ampio della società. E proprio nella ricerca psicologica e sociologica contemporanea un argomento centrale è la relazione tra fiducia e benessere. Diversi studi hanno evidenziato come la fiducia, sia essa interpersonale, istituzionale, o sociale, giochi un ruolo cruciale nel promuovere il benessere individuale e collettivo. Questa relazione è mediata da vari meccanismi, tra cui la riduzione dello stress, l'incremento della cooperazione, e l'efficienza delle reti di supporto sociale. La fiducia interpersonale, che implica la credenza nella sincerità, integrità e affidabilità degli altri, è stata collegata a diversi aspetti positivi della salute mentale. Eric M. Uslaner, professore di scienze politiche presso l'Università del Maryland, ha esplorato ampiamente il concetto di fiducia nel suo *The Moral Foundations of Trust* (cfr. Uslaner 2002). La sua ricerca è incentrata

sulla fiducia come una disposizione morale radicata in una visione ottimistica della società. Lo studioso sostiene che la fiducia genera una sorta di “capitale morale” che riduce l’alienazione e aumenta il senso di appartenenza a una comunità. Secondo Uslaner la fiducia negli altri riduce lo stress mentale e favorisce la creazione di una rete stabile di relazioni che supporta l’individuo nei momenti di stress e di crisi. Nel contesto del suo studio sul capitale sociale e fiducia, Uslaner ha suggerito che la disuguaglianza sociale può alimentare sentimenti di esclusione e sfiducia, che a loro volta possono favorire la diffusione di teorie del complotto. Le persone che si sentono emarginate o escluse sono più propense a credere che “forze nascoste” controllino gli eventi, come un modo per dare senso alla loro percezione di ingiustizia e impotenza. Il complottismo, o la tendenza a credere in teorie del complotto, è un fenomeno che ha attirato l’attenzione di numerosi ricercatori interessati a comprendere le dinamiche della fiducia e della sfiducia nelle società contemporanee. L’interesse per questo tema si spiega con l’osservazione che le teorie del complotto possono erodere la fiducia nelle istituzioni, nei *media* e nella scienza, influenzando negativamente il tessuto sociale e la coesione comunitaria. Il significativo studio Van Prooijen-Douglas (2017) suggerisce che la credenza in teorie del complotto è legata non solo alla mancanza di fiducia, ma anche a una generale propensione verso il pensiero bisognoso di chiarezza e certezza. Questo desiderio di spiegazioni semplici per eventi complessi può portare gli individui a trovare più plausibili le teorie del complotto rispetto alle spiegazioni ufficiali, specialmente in contesti di incertezza sociale e politica. La diffusione di teorie del complotto può complicare gli sforzi di *governance*, specialmente in tempi di crisi, come dimostrato durante la pandemia di COVID-19, dove la diffusione di false informazioni ha avuto un impatto diretto sulla salute pubblica e sulle risposte politiche.

La letteratura scientifica evidenzia un legame complesso tra complottismo, fiducia e coesione sociale. Capire e affrontare le radici della sfiducia e del complottismo richiede un approccio olistico che consideri sia le dimensioni psicologiche individuali sia i fattori socio-economici e politici che possono influenzare la percezione della realtà e la fiducia nelle istituzioni. Gli interventi dovrebbero mirare a rafforzare la fiducia istituzionale e a promuovere un’informazione accurata e trasparente per contrastare

l'influenza destabilizzante delle teorie del complotto sulla società. Putnam (2000) ha dimostrato che società con alti livelli di capitale sociale e fiducia reciproca godono di migliori standard di salute, minor criminalità, e maggiore partecipazione politica. La fiducia facilita l'interazione sociale e rafforza il supporto comunitario, elementi essenziali per il benessere collettivo. Helliwell e Putnam hanno scoperto che la fiducia sociale definita come la credenza che la maggior parte delle persone sia affidabile, è un forte predittore del benessere individuale, al di là di altri fattori economici e personali, e hanno osservato che nei paesi con livelli più alti di fiducia sociale, le persone tendono a riportare livelli più elevati di felicità e soddisfazione nella vita. Questo suggerisce che il tessuto sociale e le relazioni interpersonali giocano un ruolo cruciale nel determinare il benessere generale di un individuo. Le loro analisi suggeriscono che politiche volte a rafforzare la fiducia e il capitale sociale potrebbero avere ampi benefici per la società, migliorando il benessere generale e la coesione sociale. Questo studio ha avuto un impatto significativo nel campo della psicologia sociale e delle politiche pubbliche, poiché ha evidenziato l'importanza di promuovere e mantenere la fiducia all'interno delle comunità per migliorare il benessere collettivo.

## *2. La fiducia nella prospettiva della psicologia*

Le scienze psicologiche sostengono che la fiducia è uno stato originario della condizione umana in quanto non saremmo in grado di dare fiducia se non avessimo sperimentato un senso di sicurezza. Solo avendo fatto una originaria esperienza di sicurezza siamo in grado di dare fiducia e grazie a questa memoria di sicurezza ricevuta siamo in grado di concedere e dare fiducia. Nel contesto della psicologia moderna, comprendere la fiducia implica esplorare non solo le interazioni interpersonali ma anche i meccanismi cognitivi e affettivi che le sostengono (Jones & George 1998).

Il primo significativo riferimento alla fiducia si trova nei lavori del padre della psicoanalisi Sigmund Freud, che considerava la fiducia come parte integrante dello sviluppo affettivo e delle relazioni. Freud (1923) discute come la fiducia sia fondamentale nella prima fase dello sviluppo detta "fase orale", durante la quale il bambino impara a fidarsi delle figure di cura per la soddisfazione dei bisogni primari. Secondo M. Erikson, psicoterapeuta

statunitense, la prima fase dello sviluppo, che copre il primo anno di vita, è caratterizzata dalla crisi di “fiducia vs. sfiducia”. In questa prima fase, il neonato dipende completamente dal *caregiver* (figura di attaccamento), principalmente i genitori, per la soddisfazione delle sue esigenze di base come nutrimento, cure, comfort e affetto. Erikson sosteneva che, se i bisogni fondamentali del bambino sono consistentemente soddisfatti dai *caregivers*, il bambino svilupperà una sensazione di fiducia verso il mondo che lo circonda. Se i *caregivers* sono inaffidabili o non riescono a soddisfare i bisogni del bambino, questo può risultare in una sensazione di sfiducia (cfr. Erikson 1950). J. Bowlby, psicoanalista britannico del XX secolo, con la sua teoria dell’attaccamento (cfr. Bowlby 1969), amplia ulteriormente il concetto di fiducia nel contesto dello sviluppo, postulando che una relazione di attaccamento sicura tra un bambino e il suo *caregiver* principale sia cruciale per lo sviluppo di una fiducia di base. Un attaccamento sicuro permette al bambino di sentirsi sicuro e protetto, facilitando un’ esplorazione più libera e fiduciosa dell’ambiente circostante, e predisponendolo allo sviluppo di relazioni sane in età adulta. Bambini con attaccamenti sicuri mostrano maggiore resilienza, autostima e capacità di formare relazioni sane e stabili in età adulta (Sroufe *et al.* 2005). La teoria dell’attaccamento di Bowlby ha avuto profonde implicazioni nel campo della psicoterapia. Approcci terapeutici come la Terapia Focalizzata sull’Emozione e la Terapia dell’Attaccamento per adulti si basano sui principi della teoria dell’attaccamento, cercando di riparare modelli operativi disfunzionali attraverso la costruzione di relazioni terapeutiche basate sulla fiducia (Johnson, 2004).

Donald W. Winnicott, altro psicoanalista britannico ed anche pediatra, ha avuto un impatto significativo sulla psicologia dello sviluppo, soprattutto per quanto riguarda la comprensione del ruolo della fiducia nelle prime fasi della vita di un individuo. Winnicott ha teorizzato che il benessere dello sviluppo infantile dipende fortemente dalla presenza di un “ambiente sufficientemente buono”. Winnicott sostiene che la capacità di una madre di adattarsi alle esigenze del suo bambino, di fare da specchio alle sue emozioni, è cruciale per lo sviluppo di una capacità di vivere in modo creativo e pieno (cfr. Winnicott 1965). Uno dei contributi più noti di Winnicott alla psicologia dello sviluppo è il concetto di oggetti transizionali, che descrive come i primi

“non-io” possedimenti che un bambino adotta (come una coperta o un orsacchiotto), che giocano un ruolo critico nel processo di sviluppo della fiducia (cfr. Winnicott 1953). Questi oggetti aiutano il bambino a navigare la transizione dalla dipendenza totale verso un senso di autonomia. L’oggetto transizionale funge da consolazione nelle assenze della madre, permettendo al bambino di sviluppare una sensazione di fiducia nei confronti del mondo esterno. Winnicott (1960) enfatizza che “una buona esperienza abbastanza precoce è quello che dà a ciascuno la capacità di affrontare il fallimento senza essere devastato”. Negli anni ‘70 e ‘80, la ricerca psicologica ha iniziato a esplorare la fiducia da una prospettiva cognitiva. J.B. Rotter, psicologo statunitense, ha sviluppato il concetto di fiducia interpersonale come tratto di personalità, misurabile attraverso il suo *Interpersonal Trust Scale* (cfr. Roter 1971). Questo strumento valuta varie dimensioni della fiducia, inclusa la fiducia nelle persone in generale, la fiducia nelle istituzioni, la fiducia nelle informazioni e la fiducia nella propria comunità. La scala di Rotter è stata utilizzata in altri numerosi studi per esplorare come la fiducia influenzi comportamenti come la cooperazione, la conformità e la vulnerabilità alle influenze sociali. Nel suo articolo intitolato “Generalized Expectancies for Interpersonal Trust” sull’ *American Psychologist*, in cui ha delineato la sua teoria della fiducia interpersonale, Rotter descrive la fiducia come una generalizzazione delle aspettative che le persone formano basandosi sulle loro esperienze passate ed inoltre ha evidenziato che le persone con un alto livello di fiducia tendono ad avere esperienze di vita più positive e sono più propense a rischiare nelle relazioni interpersonali rispetto a quelle con bassi livelli di fiducia. Attraverso questi studi, Rotter ha fornito una base teorica ed empirica per ulteriori indagini sulla natura e gli effetti della fiducia nelle relazioni interpersonali, sottolineando come sia un costrutto cruciale per comprendere la dinamica sociale umana. Nei suoi studi sullo sviluppo infantile, M. Tomasello, psicologo dello sviluppo e antropologo cognitivo, ha indagato sull’origine e la natura della cooperazione umana, sulla comunicazione e fiducia tra gli esseri umani, in particolare nei bambini. Un focus particolare del suo lavoro è su come i bambini sviluppano concetti sociali come fiducia e intenzionalità condivisa, che sono fondamentali per la cooperazione e le interazioni sociali. I suoi lavori forniscono *insights* significativi su come la fiducia si inserisca nel contesto più ampio della

cooperazione e dell'interazione sociale tra esseri umani. Nei suoi studi, Tomasello sostiene che i bambini mostrano già da piccoli una predisposizione naturale alla cooperazione e all'empatia, capacità che sono essenziali per lo sviluppo di relazioni di fiducia. Tomasello ha esplorato ampiamente il concetto di "intenzionalità condivisa" che è strettamente legato alla fiducia, riferendosi alla capacità umana di condividere stati mentali, come le intenzioni e le attenzioni, con gli altri. Attraverso numerosi esperimenti che utilizzano giochi e attività di laboratorio, Tomasello ha osservato direttamente il comportamento cooperativo e di fiducia nei bambini, e come questi ultimi interagiscono tra loro e con gli adulti in contesti strutturati per valutare la loro propensione alla cooperazione e alla fiducia (Tomasello *et al.* 2005). Uno dei principali contributi di Tomasello alla comprensione della fiducia si trova nel contesto della sua teoria sulla cognizione sociale; in particolare, nel suo libro *Why We Cooperate* (Tomasello 2009), esamina come i bambini si impegnano in atti di aiuto e condivisione, suggerendo che queste azioni sono guidate da un senso di appartenenza a un gruppo e da un'intenzione condivisa di raggiungere un obiettivo comune. Questa capacità di coordinare le azioni e gli obiettivi può essere vista come una manifestazione precoce della fiducia. Nel lavoro *A Natural History of Human Thinking* (Tomasello 2014), egli esamina come le pratiche collaborative, radicate nella fiducia reciproca abbiano contribuito significativamente all'evoluzione cognitiva e sociale dell'uomo. La fiducia, come componente essenziale della cooperazione umana, distingue gli esseri umani dagli altri primati e la capacità di cooperare e fidarsi degli altri ha offerto vantaggi evolutivi significativi nella storia umana.

## 2. *La fiducia nella prospettiva neuroscientifica*

Negli ultimi decenni, l'avvento e il progresso delle neuroscienze hanno permesso una comprensione più profonda dei substrati neurali coinvolti nella fiducia. Studi neuroscientifici hanno iniziato a esplorare come specifiche aree cerebrali e circuiti neurali siano coinvolti nella generazione e regolazione della fiducia. Passaggio importante è stato l'integrazione di tecniche come l'*imaging* a risonanza magnetica funzionale (fMRI) per studiare in vivo l'attività cerebrale durante compiti di fiducia. Lo studio

intitolato “Neural correlates of trust” (cfr. Krueger *et al.* 2007) rappresenta un importante contributo alla comprensione delle basi neurali della fiducia interpersonale; pubblicato su *Proceedings of the National Academy of Sciences*, ha utilizzato l'*imaging* a risonanza magnetica funzionale (fMRI) per esaminare le aree cerebrali attivate durante decisioni di fiducia in contesti di interazione sociale. L'obiettivo principale di Krueger e colleghi era di identificare le regioni del cervello coinvolte nella decisione di fidarsi di altri individui. La ricerca è stata incentrata sul “Gioco del Dilemma del Prigioniero”, una situazione sperimentale utilizzata frequentemente per studiare cooperazione e fiducia, dove due giocatori decidono se cooperare o tradire l'altro per ottenere un vantaggio personale. Nello studio, i partecipanti giocavano ripetutamente al “Dilemma del Prigioniero” mentre erano sottoposti a scansione fMRI. Questo *setup* permetteva ai ricercatori di osservare l'attività cerebrale in tempo reale mentre i partecipanti prendevano decisioni basate sulla fiducia o sulla defezione. Le decisioni di fiducia erano quelle in cui un giocatore sceglieva di cooperare, sperando che l'altro giocatore facesse lo stesso, nonostante il rischio di essere tradito. Lo studio ha indicato anche che le decisioni di fiducia non sono semplicemente reazioni emotive, ma risultano da un complesso processo di valutazione che bilancia rischio e ricompensa.

Parallelamente, le teorie dell'apprendimento hanno fornito spiegazioni su come la fiducia si sviluppa attraverso meccanismi di condizionamento e apprendimento sociale. Bandura (1977), con la sua teoria dell'apprendimento sociale, ha enfatizzato il ruolo dell'osservazione e dell'imitazione nell'apprendimento dei comportamenti di fiducia, suggerendo che gli individui apprendono a fidarsi osservando i modelli di comportamento all'interno del loro ambiente sociale. Nel campo della psicologia dell'educazione, la fiducia è frequentemente citata come un elemento fondamentale per un efficace processo di apprendimento. Mary Helen Immordino-Yang, ricercatrice di spicco nel campo delle neuroscienze cognitive ed educative, con un particolare interesse per l'intersezione tra emozioni, apprendimento sociale e sviluppo cognitivo, ha contribuito significativamente alla comprensione di come le emozioni e le esperienze sociali influenzino l'apprendimento e il processo decisionale. Nel suo lavoro, Immordino-Yang esplora come le emozioni influenzano il ragionamento e la

capacità decisionale, processi intimamente legati alla fiducia. Ad esempio, nei suoi studi sulle basi neurali della compassione e dell'ammirazione, ha mostrato come queste emozioni profonde attivino aree del cervello coinvolte nel pensiero metaforico e nella riflessione profonda, componenti essenziali per la costruzione della fiducia interpersonale (cfr. Immordino-Yang-McColl-Damasio-Damasio 2009). La sua ricerca sulle basi neurali dell'emozione sociale e dell'autoconsapevolezza offre spunti preziosi sull'importanza della fiducia nelle relazioni educative e sociali. I suoi studi suggeriscono che la fiducia è non solo un fenomeno psicologico ma ha profonde radici neurobiologiche che giocano un ruolo essenziale nella regolazione delle interazioni sociali e nell'apprendimento emotivo. Dal punto di vista educativo, Immordino-Yang enfatizza l'importanza di un ambiente di apprendimento che nutra fiducia e sicurezza. Sostiene che gli educatori dovrebbero essere consapevoli di come le emozioni influenzano il cervello degli studenti e di come un ambiente emotivamente sicuro possa facilitare l'apprendimento più efficace e uno stato di benessere. La fiducia assume un ruolo cruciale per promuovere un ambiente educativo che sia emotivamente e cognitivamente stimolante. La comprensione che fiducia e apprendimento sono intimamente legati ai processi neurobiologici apre nuove vie per strategie educative che valorizzano le relazioni emotive come fondamento dell'apprendimento. Questo implica un ripensamento delle pratiche pedagogiche, considerando la fiducia non solo come un valore sociale ma anche come una componente integrante del processo educativo basato su solide basi scientifiche.

### 3. *Come educare alla fiducia*

Lo stile comunicativo nell'educazione dei genitori, insegnanti ed educatori solitamente viene attuato attraverso la sottolineatura negativa degli aspetti da migliorare nei comportamenti dei figli/educandi. In questo caso l'adulto è pronto ad intervenire con rimproveri, mentre il comportamento adeguato del figlio passa il più delle volte inosservato. Abbiamo potuto riscontrare nel nostro lavoro con i genitori la presenza di un atteggiamento di questo tipo: "se mio figlio si comporta bene non ha fatto altro che il suo dovere, è così che dovrebbe sempre fare, quindi non c'è bisogno di mostrargli nessun apprezzamento". Questo atteggiamento

costituisce un ostacolo ad un efficace stile educativo genitoriale per due motivi. In primo luogo, ciò influisce sulla qualità del rapporto esistente tra genitori e figli, in quanto risulta notevolmente ridotta la quantità di tempo trascorsa ad interagire positivamente, mettendo così a rischio una positiva piattaforma relazionale. In secondo luogo, accade frequentemente che l'attenzione, anche se manifestata sotto forma di rimprovero, sia di rinforzo per i figli portando così ad un incremento di quei comportamenti negativi che si vorrebbero reprimere o modificare (Formella-Ricci 2010).

Tutti i figli dal comportamento "difficile" o in "difficoltà" sono spesso dei figli scoraggiati: con loro l'incoraggiamento è il metodo migliore. Fintanto che il bambino o il ragazzo ha fiducia nelle proprie capacità, non ha bisogno di ricorrere a metodi e comportamenti distruttivi per trovare la soddisfazione dei suoi bisogni e per l'attuazione di comportamenti positivi. È lo scoraggiamento che spinge alla distruttività. Ogni bambino e ragazzo vorrebbe essere "buono" ed è "cattivo" solo se non trova il modo di riuscire ad affrancarsi. I figli continueranno a presentare problemi finché i nostri metodi educativi costituiranno solo una serie di esperienze scoraggianti (Formella-Ricci 2013). L'iperprotezione e l'indulgenza hanno il medesimo effetto scoraggiante che hanno la severità, l'umiliazione, la critica e la punizione, poiché privano i figli di fare le necessarie esperienze per provare le proprie forze e le proprie capacità di superare le difficoltà e rendersi autonomi. Il figlio privato di tale esperienza impara a dipendere dagli altri ad avere poca sicurezza ed autostima. Le sole critiche e rimproveri continui non aumentano né la fiducia né promuovono un autentico e stabile cambiamento.

È difficile, infatti, che vengano rilevati e sottolineati i comportamenti positivi delle persone, mentre è più facile evidenziare quelli negativi. Purtroppo quando vogliamo aiutare un figlio, non sappiamo fare altro che sottolineare i suoi errori e le sue difficoltà.

È raro che un figlio modifichi un comportamento che è stato oggetto di critiche, anzi tenderà a sentirsi visto solamente in quella determinata maniera e sarà portato a consolidare e confermare proprio quel comportamento che un genitore vorrebbe modificare. Solo chi ha fiducia nel figlio, chi riesce a vedere il positivo che è in lui, può riuscire ad incoraggiarlo (Maggi-Ricci 2021).

Questo tema a noi molto caro è un aspetto centrale nei nostri corsi ai genitori che si fonda su quello che è un punto cardine della pedagogia e del sistema educativo salesiano. Infatti, Don Bosco diceva:

In ogni giovane c'è un punto accessibile al bene. Dovere primo dell'educatore è di cercare questo punto, questa corda sensibile del cuore (Don Bosco, MB, V, 31: 367).

Purtroppo, questo sistema è poco presente nei diversi contesti educativi, un esempio concreto di questo è il momento in cui i genitori ritirano la pagella del figlio che ha, per esempio, tutti sette e un cinque in filosofia, tornati a casa, gli dicono: “Ma quel cinque in filosofia?!”. Un altro esempio è quando un figlio fa dieci cose corrette, il genitore non dice niente, mentre se ne fa una sbagliata, interviene subito chiedendogli spiegazioni e rimproverandolo. In questi due esempi i genitori sottolineano, inconsapevolmente, solo gli aspetti negativi dei figli, mettendo in evidenza soltanto le cose che non vanno, dando per scontato e dovuti gli aspetti positivi dei comportamenti di essi. La stessa cosa succede tra marito e moglie, insegnante e alunno, amici o colleghi di lavoro, ecc.: non interveniamo quando si comportano in modo positivo ma evidenziamo e sottolineiamo subito i loro comportamenti negativi o inadeguati. Questo sistema è condiviso anche da un'altra importante agenzia educativa come la scuola; infatti, la scuola convoca un genitore solamente ed esclusivamente per riferire e sottolineare aspetti negativi di tipo didattico o comportamentale dei propri alunni arrivando all'assurda frase di molti insegnanti, rispetto ai colloqui con i genitori di alunni bravi: “Signora, ma cosa è venuta a fare; non ho niente da dirle!”.

Riteniamo indispensabile rompere con questa modalità di comunicazione e abitudine relazionale che vede e sottolinea solo le cose che non vanno, gli aspetti negativi che si traducono in abitudini educative automatizzate e non efficaci. Dobbiamo ricostruire un sistema educativo in cui viene esaltata e sottolineata la positività dell'altro. Imparando a evidenziare gli aspetti positivi, diventiamo persone che si sentono e stanno meglio con sé stesse e con gli altri.

Può essere utile iniziare facendo un monitoraggio del proprio stile di interazione, annotando ogni giorno, ogni volta che si attua una attenzione positiva o negativa verso i figli. Un modo semplice per fare questo consiste

nell'annotare durante una giornata con un segno + per ogni commento positivo che rivolgiamo ai figli, mentre con un segno – per ogni rimprovero o minaccia. Dopo qualche giorno avremo una fotografia del nostro stile di interazione con i figli, sarà allora più facile porre attenzione nel bilanciare il nostro modo di entrare in relazione con loro.

Sottolineare e vedere un figlio quando attua un comportamento adeguato, dovrebbe costituire la prassi educativa di ogni genitore/educatore. Infatti, solo così possiamo ottenere un incremento dei comportamenti positivi e un ridimensionamento di quelli negativi.

Molti genitori pensano che le gratificazioni positive siano esclusivamente di tipo materiale; invece, numerose esperienze educative dimostrano che i rinforzi positivi più significativi per i figli risultano essere:

- l'attenzione del genitore che il figlio riesce a suscitare con le sue condotte positive;
- i segnali di affetto e stima;
- il riconoscimento di essere una persona responsabile e capace;
- il fare esperienze condivise con i genitori.

Affinché questi riconoscimenti positivi siano efficaci, però, dobbiamo rispettare alcune regole. In primo luogo, attuarli non appena è stato emesso il comportamento adeguato. Se aspettiamo troppo, infatti, il figlio non sarà più in grado di cogliere il collegamento tra l'azione compiuta e la sottolineatura positiva di ciò che ha fatto. In secondo luogo, dobbiamo adottare dei riconoscimenti specifici, concreti e veritieri. Ad esempio, è del tutto inutile dire continuamente al figlio: "Ma che bravo!", "Quanto sei intelligente", etc. Infatti, queste oltre a suonare come frasi di circostanza, non permettono di comprendere quale specifico comportamento o qualità vengono apprezzate. Piuttosto, risulta efficace, essere molto precisi e circoscritti "Sono fiero di te il tuo compito è fatto molto bene", "Prima mentre giocavi ho osservato come sei riuscito a mettere pace tra i tuoi compagni sono molto orgoglioso di te", "Sei stato bravo a rimettere in ordine la tua scrivania", e tante altre di simil tono.

Certo, genitori che non hanno fiducia in se stessi e non si sentono competenti sul piano educativo non possono essere fonte d'incoraggiamento. Solo sentendosi sicuri della propria esperienza e abilità, essi possono aiutare il figlio a superare le difficoltà e comunicargli il positivo.



### *Riferimenti bibliografici*

- Adams, J.S.  
(1965) *“Inequity in social exchange”*, *Advances in Experimental Social Psychology*, Vol 2, 267-299.
- Bandura, A.  
(1977) *Social learning theory*, Prentice Hall, Englewood Cliffs NJ.
- Bowlby, J.  
(1969) *Attachment and loss*, Basic Books, New York.
- Devine, D., Gaskell, J., Jennings, W., & Stoker, G.  
(2021) *“Trust and the Coronavirus Pandemic: What are the Consequences of and for Trust? An Early Review of the Literature”*, *Political Studies Review*, 19(2): 274-285.  
<https://doi.org/10.1177/1478929920948684>
- Douglas, K. M., Sutton, R. M., & Cichocka, A.

- (2017) “The psychology of conspiracy theories”, *Current Directions in Psychological Science*, 26(6): 538-542.  
<https://doi.org/10.1177/0963721417718261>

Erikson, E. H.

- (1950) *Childhood and Society*, W. W. Norton & Company, New York, NY.

Fehr, E.

- (2009) “On the economics and biology of trust”, *Journal of the European Economic Association*, Vol. 7, Issue 2-3 p. 235-266.

Formella, Z., Ricci A.

- (2010) *Educare insieme. Aspetti psico-educativi nella relazione genitori – figli*, Elledici, Torino.

Formella, Z., Ricci A.

- (2013) *Bambini facili o difficili? Dal carattere all'educazione familiare*, Anicia, Roma.

Freud, S.

- (1923). *L'ego e l'id*. In J. Strachey et al. (Trad.), L'edizione standard delle opere psicologiche complete di Sigmund Freud, volume XIX. Londra: Hogarth Press.

- Fukuyama, F.  
(1995) *Trust: The Social Virtues and The Creation of Prosperity*, Simon & Schuster, New York, NY.
- Helliwell, J. F., Huang, H., & Wang, S.  
(2014) "Social capital and well-being in times of crisis", *Journal of Happiness Studies*, 15(1): 145-162.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-013-9441-z>
- Hetherington, M., & Rudolph, T.  
(2015) *Why Washington Won't Work: Polarization, Political Trust, and the Governing Crisis*, University of Chicago Press, Chicago.
- Horvath, A.O., & Greenberg, L.S.  
(1989) "Development and validation of the Working Alliance Inventory", *Journal of Counseling Psychology*, vol. 64, 223-233.
- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A.  
(2007) "We Feel, Therefore We Learn: The Relevance of Affective and Social Neuroscience to Education", *Mind, Brain, and Education* 1(1): 3-10.  
<https://doi.org/10.1111/j.1751-228X.2007.00004.x>
- Immordino-Yang, M. H., Christodoulou, J. A., & Singh, V.  
(2012) "Rest Is Not Idleness: Implications of the Brain's Default Mode for Human Development and Education", *Perspectives on Psychological Science*, 7(4): 352-364.  
<https://doi.org/10.1177/1745691612447308>
- Immordino-Yang, M. H., McColl, A., Damasio, H., & Damasio, A.  
(2009) "Neural correlates of admiration and compassion", *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(19): 8021-8026.  
<https://doi.org/10.1073/pnas.0810363106>
- Immordino-Yang, M.H.  
(2011) "Implicazioni delle neuroscienze affettive e sociali per la teoria educativa", *Filosofia e teoria dell'educazione*, 43 (1): 98-103.
- Johnson, S. M.  
(2004) *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection*, Brunner-Routledge, New York.
- Jones, GR e George, JM (1998). *L'esperienza e l'evoluzione della fiducia: implicazioni per la cooperazione e il lavoro di squadra*. Accademia di revisione della

gestione,3,531-546.

<https://doi.org/10.5465/amr.1998.926625>

King-Casas, B., Tomlin, D., Anen, C., Camerer, C.F., Quartz, S.R., & Montague, P.R.

(2005) "Getting to know you: Reputation and trust in a two-person economic exchange", *Science*, 308 (5718), 78-83. [doi: 10.1126/science.1108062].

Kosfeld, M., Heinrichs, M., Zak, P.J., Fischbacher, U., & Fehr, E.

(2005) "Oxytocin increases trust in humans", *Nature*, Vol 435|2 June 2005|doi:10.1038/nature03701

Krueger, F., McCabe, K., Moll, J., Kriegeskorte, N., Zahn, R., Strenziok, M., Heinecke, A., & Grafman, J.

(2007) "Neural correlates of trust", *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 104(50): 20084-20089. <https://doi.org/10.1073/pnas.0710103104>

Lazer, D. *et al.*

(2018) "The science of fake news", *Science*, 359(6380): 1094-1096. <https://doi.org/10.1126/science.aao2998>

Maggi, M., Ricci A.

(2021) *Educare alla genitorialità. Manuale operativo a uso formativo e autoformativo per potenziare e sostenere le competenze genitoriali*, Franco Angeli, Milano.

Mayer, R. C., Davis, J. H., & Schoorman, F. D.

(1995) "An integrative model of organizational trust", *Academy of Management Review*, 20(3): 709-734. <https://doi.org/10.5465/amr.1995.9508080335>

McKnight, D. H., Cummings, L. L., & Chervany, N. L.

(1998) "Initial trust formation in new organizational relationships", *Academy of Management Review*, 23(3): 473-490.

Putnam, R. D.

(2000) *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*, Simon & Schuster, New York.

Putnam, R. D.

- (2007) "E Pluribus Unum: Diversity and Community in the Twenty-first Century", *Scandinavian Political Studies*, 30(2): 137-174. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9477.2007.00176.x>
- Rothstein, B.  
(2021) *The Quality of Government: Corruption, Social Trust, and Inequality in International Perspective*, University of Chicago Press, Chicago.
- Rotter, J. B.  
(1967) "A new scale for the measurement of interpersonal trust", *Journal of Personality*, 35(4): 651-665.
- Rotter, J. B.  
(1971) "Generalized expectancies for interpersonal trust", *American Psychologist*, 26(5): 443-452. <https://doi.org/10.1037/h0031464>.
- Rotter, J. B.  
(1980) "Interpersonal trust, trustworthiness, and gullibility", *American Psychologist*, 35(1): 1-7.
- Rousseau, D.M., Sitkin, S.B., Burt, R.S., & Camerer, C.  
(1998) "Not so different after all: A cross-discipline view of trust", *Academy of Management Review*, vol.23, n.3. <https://doi.org/10.5465/amr.1998.926617>
- Singer, T., Kiebel, S.J., Winston, J.S., Dolan, R.J., & Frith, C.D.  
(2006) "Brain responses to the acquired moral status of faces", *Neuron*, 41(4), 653-662.
- Singer, T., Seymour, B., O'Doherty, J., Kaube, H., Dolan, R. J., & Frith, C. D.  
(2006) "Empathic neural responses are modulated by the perceived fairness of others", *Nature*, 439(7075): 466-469.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, W. A.  
(2005) *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*, Guilford Press, New York.
- Tapscott, D., & Tapscott, A.  
(2016) *Rivoluzione Blockchain: come la tecnologia dietro Bitcoin sta cambiando il denaro, gli affari e il mondo*, Pinguino, New York. <https://www.amazon.com/Blockchain-Revolution-Technology>

- Tomasello, M.  
(2009) *Why we cooperate*, Boston Review Books, Boston.
- Tomasello, M., Carpenter, M., Call, J., Behne, T., & Moll, H.  
(2005) "Understanding and sharing intentions: The origins of cultural cognition", *Behavioral and Brain Sciences*, 28(5): 675-691.  
<https://doi.org/10.1017/S0140525X05000129>.
- Uslaner, E. M.  
(2002) *The moral foundations of trust*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Van Prooijen, J.-W., & Douglas, K. M.  
(2017), "Conspiracy theories as part of history: The role of societal crisis situations" *Memory Studies*, 10(3): 323-333.  
<https://doi.org/10.1177/1750698017701615>.
- Wilkinson, R., & Pickett, K.  
(2017) *The Inner Level: How More Equal Societies Reduce Stress, Restore Sanity and Improve Everyone's Well-being*. Penguin Books, London.
- Winnicott, D. W.  
(1953) "Transitional objects and transitional phenomena—A study of the first not-me possession", *International Journal of Psycho-Analysis*, 34: 89-97.
- Winnicott, D. W.  
(1960) "The theory of the parent-infant relationship", *International Journal of Psycho-Analysis*, 41: 585-595.
- Winnicott, D.W.  
(1965) *The Maturation Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*, The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, London.
- Zuboff, S.  
(2019) *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*, PublicAffairs, New York.