



1. Considerazioni generali

La parola **conflitto** deriva dal latino con il significato di urto, scontro¹, contesa rimessa alla sorte delle armi, guerra. Il richiamo all'urto implica che il conflitto si determini in un rapporto duale: si confligge in due entità, diversamente non esisterebbe la collisione. Al tempo degli antichi romani l'accezione era strettamente legata ad una delle attività prevalenti di quella società, la guerra, ed al gruppo sociale che ricopriva un ruolo importante per l'espansione e la realizzazione stessa del popolo romano, l'esercito. Oggi, invece, si tende a distinguere riconducendo la guerra ad una attività estrinseca anche con impiego di armi e ponendo il conflitto ad un alveo più ampio e caratterizzato di diverse connotazioni. L'avvento della psicologia ha consentito l'elaborazione di un concetto complesso e multiforme: si parla di conflitto intrapsichico od interiore e di conflitto sociale o intrapersonale.

A distinguere il conflitto dalla guerra, da intendersi qui come forma di violenza, ci aiutano anche le riflessioni di un giurista e politico indiano, Mhatma Ghandi², il quale nell'elaborazione del suo pensiero non violento e nella sua messa in pratica nel conflitto Indo-inglese ricorda come il conflitto fa parte della natura umana mentre l'uso della violenza costituisce un ritorno alle origini animalesche. Secondo il grande maestro indiano gli individui, dovendo misurarsi con l'umana caratteristica del conflitto, dovrebbero prediligere una gestione dello stesso con strumenti alternativi alla violenza. Ebbene il concetto di "alternatività" alla violenza è il concetto ispiratore della giustizia cooperativa e alle professioni di assistenza alle persone in conflitto.

2. Il conflitto in natura, in filosofia, in diritto e in psicologia

Il conflitto è uno dei fenomeni che può caratterizzare la relazione all'interno di una comunità come la cooperazione, la simbiosi e l'interazione reciproca.

¹ **Conflitto** s. m. [dal lat. *conflictus* -us «urto, scontro», der. di *confligĕre* «confliggere»]. <https://www.treccani.it/vocabolario/conflitto/>

² Risoluzione dei conflitti secondo Gandhi: "***principle of struggle without arms and positively speaking, a fight with the help of truth, self suffering, love and moral powers, which is known as the 'principle of non-violent resistance'***"



IL CONFLITTO E LA SUA GESTIONE NELLA RELAZIONE UMANA

Mediazione familiare e Mediazione Civile

Avv. Rosemary Perna – 2023

Il conflitto in natura è la risposta ad una competizione per risorse limitate, spazio, territorio e accesso al cibo o al partner riproduttivo, una realtà intrinseca ed inevitabile degli ecosistemi che si manifesta attraverso combattimenti e dimostrazioni di forza, per accaparrarsi una femmina del branco, per il dominio territoriale ecc.. Si manifesta non solo fra individui competizione della stessa specie. Ci possono essere anche conflitti tra specie diverse, ad esempio nella lotta tra predatori e prede, parassiti e ospiti, o piante per l'accesso alla luce solare e ai nutrienti del suolo. Questi conflitti risultano essenziali per gli equilibri ecologici, influenzando la dinamica delle popolazioni e la selezione naturale. Pertanto il conflitto, non necessariamente negativo o distruttivo, può essere un motore evolutivo, promuovendo la diversificazione e l'adattamento delle specie. Attraverso la competizione, le specie possono sviluppare caratteristiche e comportamenti che migliorano le loro possibilità di sopravvivenza e riproduzione. Inoltre, il conflitto può anche portare a una distribuzione più equa delle risorse all'interno di un dato ambiente. La competizione può selezionare gli individui più adatti e capaci di sfruttare le risorse disponibili, contribuendo a mantenere l'equilibrio ecologico.

Il conflitto è uno dei fattori che contribuiscono alla complessità e alla diversità degli ecosistemi.

I **conflitti fra esseri umani** nascono quando interagiscono due soggetti interdipendenti ed almeno una delle due parti pensa che l'altra contrasti attivamente i suoi valori, le sue credenze, i suoi interessi e i suoi obiettivi. Il conflitto è un aspetto necessario e vitale nelle relazioni umane. In ambito evolutivo esso è funzionale al processo di individuazione e al riconoscimento delle differenze.

Il conflitto, oltre ad essere una necessità evolutiva, un momento di sviluppo psicologico, è un aspetto vitale delle relazioni perchè permette di dare forma alla creazione delle differenze. Ci obbliga, nella relazione con l'altro, a tenere in considerazione anche un punto di vista diverso dal nostro.

Il conflitto è una forza naturale che consente la trasformazione.

Può manifestarsi con forme distruttive e violente minacciando la sopravvivenza di chi ne è coinvolto così da generare paura di sofferenza e perenzione.

*L'essere umano e gli altri animali in natura hanno sviluppato reazioni istintive al conflitto, dalla fuga al congelamento o alla sottomissione al soggetto percepito come più forte.*³

³ Parkinson L.– La mediazione familiare – ed. Erickson cit. pp.29 e ss.



IL CONFLITTO E LA SUA GESTIONE NELLA RELAZIONE UMANA

Mediazione familiare e Mediazione Civile

Avv. Rosemary Perna – 2023

Tuttavia razionalmente l'essere umano ha individuato altre risorse per affrontare il conflitto: la **negoziazione** e la **mediazione**, la prima quale capacità di attingere alle risorse proprie degli individui coinvolti, la seconda attingendo anche al contributo di un terzo osservatore e coordinatore, il Mediatore.

L'energia che il conflitto sprigiona può essere distruttiva ma può anche essere costruttiva. La capacità di chi si misura con tale fonte di energia di convogliarla in qualcosa di utile al riequilibrio trasformativo del proprio essere fa la differenza fra distruttività e costruttività.

Il **concetto filosofico di conflitto** è un tema ampio e complesso che ha affascinato numerosi filosofi nel corso dei secoli. Il conflitto può essere considerato un'opposizione o una contraddizione tra due o più elementi, idee, valori o interessi. Può manifestarsi a livello individuale, sociale, politico o persino metafisico, e può essere affrontato da diverse prospettive filosofiche. Alcuni filosofi considerano il conflitto come una condizione intrinseca all'esistenza umana. Ad esempio, **Friedrich Nietzsche** sosteneva che il conflitto era un elemento essenziale per la crescita e lo sviluppo dell'individuo. Secondo la sua filosofia dell'eterno ritorno, il conflitto era una forza che permetteva agli individui di superare se stessi e di raggiungere una forma di autorealizzazione. Al contrario, altri filosofi vedono il conflitto come qualcosa di negativo da evitare o risolvere. Ad esempio, il pensiero di **Immanuel Kant** si basa sull'idea di un ordine morale universale in cui i conflitti devono essere superati attraverso il rispetto dei principi etici e morali. Kant sosteneva che solo attraverso il rispetto reciproco delle leggi morali si può raggiungere una società armoniosa. Alcuni filosofi politici, come **Thomas Hobbes**, consideravano il conflitto come una condizione naturale della società umana. Secondo Hobbes, l'uomo è intrinsecamente egoista e in continua competizione per il potere e le risorse. Per evitare il caos la sua filosofia sostiene che sia necessario un governo centrale forte che impedisca il conflitto e mantenga l'ordine sociale. Altri filosofi, come **Karl Marx**, vedono il conflitto come una componente fondamentale delle relazioni sociali. Marx sosteneva che il conflitto tra le classi sociali era il motore principale della storia e della trasformazione sociale. Secondo la sua teoria del materialismo storico, il conflitto tra la classe operaia e la classe capitalista avrebbe portato alla rivoluzione e alla creazione di una società senza classi. Inoltre, alcuni filosofi esistenzialisti, come Jean-Paul Sartre, considerano il conflitto come una componente essenziale dell'autenticità umana.



IL CONFLITTO E LA SUA GESTIONE NELLA RELAZIONE UMANA

Mediazione familiare e Mediazione Civile

Avv. Rosemary Perna – 2023

Sartre sosteneva che l'individuo deve confrontarsi con le proprie scelte e responsabilità, e che il conflitto interiore tra la libertà e la contingenza è ciò che definisce la condizione umana.

In sintesi alcune correnti filosofiche vedono il conflitto come un elemento naturale e necessario per la crescita e lo sviluppo umano, mentre altri cercano di superarlo o evitarlo per raggiungere l'armonia e l'ordine sociale, in ogni caso è per tutte un aspetto significativo della condizione umana e delle dinamiche sociali.

Sperimentare situazioni conflittuali è accompagnato spesso dallo sperimentare emozioni, per così dire fastidiose, poco piacevoli, come la rabbia, la paura, l'impotenza. La conseguenza di ciò è spesso che si abbia la tendenza o ad evitare il conflitto oppure a trasformarlo piuttosto in una lotta di potere in cui ciascuna cerca di ristabilire il proprio predominio sull'altro o sulla situazione stessa. Né l'una, né l'altra soluzione a lungo andare giovano né alla nostra relazione con noi stessi né alla relazione con gli altri. Quindi si può dedurre che piuttosto che evitarlo, vale la pena imparare ad attraversarlo, per poter mantenere in vita le relazioni anche nei momenti di tensione e di crisi.

Il concetto giuridico di conflitto corrisponde alla contrapposizione di interessi o diritti opposti.

La gestione di questa contrapposizione è tradizionalmente demandata ai tribunali che devono bilanciare i diversi interessi in gioco e prendere decisioni che proteggano al meglio i diritti di tutte le parti coinvolte in applicazione delle norme dell'ordinamento vigente. La gestione e la risoluzione dei conflitti sono fondamentali per il corretto funzionamento del sistema giuridico e richiedono l'applicazione di principi come l'equità, la giustizia e la certezza del diritto. Inoltre, possono richiedere un'analisi approfondita delle circostanze specifiche e una valutazione dei fatti e delle prove presentate.

L'ordinamento stesso promuove sistemi di risoluzione delle controversie alternativi affinché le parti in opposizione possano trovare il componimento mediante l'impiego di risorse aggiuntive oltre a quelle caratteristiche dell'applicazione di norme di diritto e loro interpretazione. In caso di dispute tra due parti, durante procedure come la mediazione o l'arbitrato le parti coinvolte possono confrontarsi in modo diretto e cercare di raggiungere un accordo o di ottenere una decisione giuridicamente vincolante, ma fondata su altri principi rispetto a quelle strettamente giuridici.

Oltre ad essere una condizione necessaria per il mondo delle relazioni, **il conflitto è una condizione intrapsichica**: l'individuo sperimenta tensioni interne che vanno in direzioni opposte e che possono



IL CONFLITTO E LA SUA GESTIONE NELLA RELAZIONE UMANA

Mediazione familiare e Mediazione Civile

Avv. Rosemary Perna – 2023

paralizzare la capacità di scelta, lasciare in uno stato di dubbio o di incoerenza di agito. Questa condizione ha delle ripercussioni psicologiche, generando tensione, ansia e stress, paura, panico, preoccupazione, frustrazione, ma ha anche delle conseguenze sul piano fisico, come blocco del respiro, dolore allo stomaco, muscoli paralizzati, aumento della respirazione e del battito cardiaco...⁴ I conflitti possono riguardare aspetti contrapposti della nostra personalità. Si possono sperimentare tre generi di conflitto: tra due tendenze appetitive, piacere-piacere (esempio: due partner potenziali: quale scelgo? due cibi appetitosi: quale mangio? due lavori interessanti: quale accetto?) tra due tendenze avversative, dolore-dolore (esempio: soldato che teme la battaglia ma ha timore anche della corte marziale) tra una tendenza appetitiva e una avversativa, piacere-dolore (esempio: bambino goloso che teme la punizione dell'adulto).

I conflitti sono generati da “credenze limitanti” del tipo “sono convinto di non farcela” o ancora “conosco l'origine del mio star male ma non posso farci nulla” o anche dalla paura di un cambiamento (“vorrei troncare la mia relazione, ma poi mi sentirei sola”). Cosa fare? Occorre entrare in contatto con entrambe le polarità in conflitto, conoscere i nostri “inquilini nel cervello”, affinché possano essere visti ed ascoltati (“dialogo interno”), per passare così dal conflitto alla sintesi e alla integrazione delle opposte polarità.

I conflitti sorgono all'interno di ciascun individuo e trovano manifestazione nella relazione. E' convenzione sociale comune della cultura occidentale sviluppatasi successivamente seconda guerra mondiale (ben potendo intuire le ragioni in considerazione della distruzione materiale ed umana che la guerra ha comportato nei Paesi europei e non solo) considerare il conflitto, sia nella vita pubblica che privata, come un disvalore. Tuttavia **l'intolleranza verso qualunque forma di opposizione e conflittualità ci allontana dalla percezione degli aspetti positivi, di trasformazione e di crescita sia sociale che individuale che il “conflitto” può portare. Il rifiuto del conflitto nella nostra relazione con l'altro o con gli altri, osserva il filosofo Benasayag⁵, è un'illusione pericolosa. La**

⁴ Luciano Marchino ne “Il Corpo non mente” illustra l'analisi bioenergetica e qualifica il conflitto come blocco emozionale o “armatura” che si costruisce in ciascun individuo in base alle esperienze individuali nella fase evolutiva personalizzando la percezione della realtà, inevitabilmente soggettiva e non soggettiva. Amore per l'autore è assenza di conflitto ed il conflitto è qualcosa che si realizza non soltanto fuori, ma dentro ciascuno di noi a livello sia psichico sia corporeo sotto forma di tensione.

⁵ Elogio del conflitto, M. Benasayag, A. Del Rey, Feltrinelli



IL CONFLITTO E LA SUA GESTIONE NELLA RELAZIONE UMANA

Mediazione familiare e Mediazione Civile

Avv. Rosemary Perna – 2023

rimozione del conflitto, la negazione della sua natura ineliminabile ha in sé il rischio della patologizzazione di ogni contestazione, della criminalizzazione di ogni divergenza dalla norma. Benasayag nel suo saggio ripercorre gli effetti politici della presenza o assenza del conflitto sociale e della sua accettazione, da Marx (conflitto di classe) alla stabilizzazione che garantisce l'assenza di conflitto di qualsiasi ideologia totalitaria. La criminalizzazione del conflitto calandosi all'interno di ciascun individuo come dispositivo interiorizzato di autocontrollo, garantisce il compiuto trasferimento della logica del potere dalla sua forma antica di potere sovrano alla sua forma tipicamente contemporanea di potere disciplinare.