

La memoria, strumento per resistere all'indifferenza

Posted by **Redazione** on 26/01/2016 in **Editoriale, Newsletter**

In occasione del Giorno della Memoria l'Ordine degli Psicologi E-R mette in guardia dai meccanismi psicologici della negazione che possono offuscare la capacità di comprendere la sofferenza altrui:

Mercoledì 27 gennaio ricorre il Giorno della Memoria in ricordo dello sterminio di milioni di ebrei, espressione estrema della distruttività umana. “Se comprendere è impossibile, conoscere è necessario, perché ciò che è accaduto può ritornare, le coscienze possono nuovamente essere sedotte ed oscurate: anche le nostre”, Primo Levi.

È importante riflettere, oltre che sul male assurdo ed estremo che è stato fatto, anche sulle cause e sui meccanismi psicologici individuali e collettivi che hanno permesso fenomeni di tale portata. La memoria, dunque, intesa come strumento di conoscenza per non dimenticare e svelare quei processi che condussero, e rischiano di condurre, a drammatiche rappresentazioni e azioni di odio xenofobo.

È stata l'indifferenza, dice Liliana Segre, che ha permesso la Shoah. L'indifferenza è uno stato psichico che consente di non accorgersi della sofferenza altrui, soprattutto perché traccia un confine impermeabile tra se stessi e gli altri, perché si attribuisce meno valore a chi è considerato, con pregiudizio, diverso, se non addirittura socialmente pericoloso. Esiste un meccanismo psicologico inconscio, chiamato negazione, che consente di occultare alla coscienza ciò che va in conflitto con i propri valori o che causa dolore e fa spavento. Una situazione può essere vissuta in modo così sgradevole da essere negata: non è riconosciuta oppure è ignorata; talvolta può addirittura essere distorta con razionalizzazioni che la rendono “normale” con un aggiustamento forzato. Questo fenomeno può coinvolgere gruppi di individui e assumere anche dimensioni di massa in ambito sociale. Esemplare è stata la negazione che hanno operato tante persone, “normali, gente per bene”, che furono testimoni della Shoah, negazione che per la sensibilità comune è inaccettabile.

“Chiudere gli occhi, abbassare lo sguardo, far finta di niente, voltarsi dall'altra parte, alzare le spalle, mettere la testa sotto la sabbia: sono numerosi i comportamenti più comuni che indicano l'incapacità o il rifiuto di guardare in faccia la realtà della sofferenza, nostra e altrui”, scriveva Stanley Cohen. La negazione è un meccanismo psicologico di protezione e difesa che però può sfociare nella malafede. Si tende a negare infatti anche tutte quelle condizioni che disturbano o fanno temere per la propria incolumità, che richiederebbero non solo un cambiamento interiore, ma anche un'azione esteriore. La negazione porta all'indifferenza, all'incapacità di comprendere la condizione umana altrui, rendendo così impercettibile la sofferenza che ci circonda.

È fondamentale insistere sul rinnovare la memoria come impegno contro l'indifferenza e la desensibilizzazione, per evitare il ripetersi di una tragedia disumana e spietata come la Shoah. Non ricordare gli eventi di allora può facilitare la giustificazione degli atteggiamenti odierni di rifiuto dell'accoglienza di persone in fuga da persecuzioni, conflitti e, più in generale, condizioni di vita insostenibili. E bisogna evidenziare che, quando tali atteggiamenti di rifiuto sono assunti anche dalla classe dirigente, è possibile che ne siano influenzati anche i cittadini, incrementando così la cultura negativa dell'indifferenza. Al contrario, è necessario favorire la capacità empatica, aiutando le persone a entrare nel mondo dell'altro e nel suo vissuto. Quello dell'empatia è un percorso psicologico progressivo che inizia dall'ascolto, dalla consapevolezza del dolore e dalla comprensione dei bisogni altrui per arrivare a compiere azioni che diano risposte nel rispetto dei diritti fondamentali di ogni essere umano.

Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna