

**UNIVERSITÀ DELLA VALLE D'AOSTA
UNIVERSITÉ DE LA VALLÉE D'AOSTE**

**DIPARTIMENTO DI SCIENZE UMANE E SOCIALI
CORSO DI LAUREA IN SCIENZE E TECNICHE PSICOLOGICHE**

ANNO ACCADEMICO 2024/2025

TESI DI LAUREA

**DALL'ISTINTO ALL'ORDINE: COME LA PAURA TRASFORMA LA PSICHE
INDIVIDUALE IN SISTEMI DI CONTROLLO COLLETTIVO**

DOCENTE 1° relatore: Prof. Maurizio Gasseau

STUDENTE: 22 D03 403

Giacomo Giunti

Dall'istinto all'ordine: come la paura trasforma la psiche individuale in sistemi di controllo collettivo

INDICE

Introduzione	p.6
Capitolo 1 – Il comportamento umano in situazioni di crisi	p.8
1.1 La regressione come risposta alla paura	p.8
1.1.1 Cos'è la regressione psicologica	p.8
1.2 Meccanismi di difesa individuali	p.9
1.2.1 Difendersi per sopravvivere	p.9
1.2.2 Principali meccanismi di difesa	p.9
1.2.3 Quando la paura diventa un sistema	p.10
1.3 Bias cognitivi e decisioni irrazionali	p.11
1.3.1 Effetti della paura sulla razionalità	p.11
1.3.2 I principali bias attivati in situazioni di paura	p.11
1.4 Psicologia evoluzionistica e comportamenti in crisi	p.12
1.4.1 Una mente antica in un mondo moderno	p.12
1.4.2 John Tooby e Leda Cosmides: i moduli mentali	p.13
1.4.3 Un software antico in una realtà nuova	p.13
Capitolo 2 – Dall'individuo al gruppo: l'inconscio sociale e i meccanismi collettivi	p.14
2.1 Psicologia delle masse e il potere	p.14
2.1.1 Gustave Le Bon: come la folla cambia le persone	p.14
2.1.2 Sigmund Freud: il leader come oggetto d'amore e dipendenza	p.14
2.1.3 Wilhelm Reich: la paura come terreno fertile per l'autoritarismo	p.14
2.1.4 L'influenza della paura e delle emozioni sulle dinamiche di potere	p.15
2.2 Dall'io al noi: il passaggio dall'individuo al gruppo	p.15
2.2.1 René Kaës: meccanismi di difesa collettivi	p.15

2.2.2 Philip Zimbardo: il fenomeno della deindividualizzazione	p.16
2.2.3 Stephen D. Reicher: il rafforzamento delle emozioni nel contesto di gruppo	p. 17
2.3 L'inconscio sociale e la costruzione della paura politica	p.17
2.3.1 Earl Hopper, Haim Weinberg e Vladimir Volkan: l'inconscio sociale	p.17
2.3.2 Meccanismi inconsci collettivi e il loro impatto sulle istituzioni	p.18
2.3.3 Il ruolo della paura e dell'ansia sociale nella formazione dei regimi di controllo	p.20
2.3.4 Esempificazioni storiche	p.21
2.4 Dinamiche di paura e aggressività nei gruppi	p.21
2.4.1 Henri Tajfel e John Turner: identità di gruppo e costituzione dell'"altro" come minaccia	p.21
2.5 La psicologia della conformità e dell'obbedienza al potere	p.22
2.5.1 Esperimenti di Solomon Asch, Stanley Milgram e Philip Zimbardo	p.22
2.5.2 Irving Janis: soppressione del dissenso nei gruppi	p.23
2.6 La regressione nei gruppi	p.24
2.6.1 Panico di massa, radicalizzazione, polarizzazione estrema e soppressione della critica	p.24
2.6.2 Quando il noi diventa una mente	p.25
Capitolo 3 – Psicologia collettiva e strutture di potere: il passaggio verso l'autoritarismo	p.27
3.1 Il contributo della filosofia politica alla comprensione del totalitarismo	p.27
3.1.1 Hannah Arendt: le origini del totalitarismo	p.27
3.1.2 Michel Foucault: il biopotere	p.27
3.1.3 Giorgio Agamben: lo stato d'eccezione	p.28
3.1.4 Carl Schmitt: la politica del nemico	p.29
3.2 Regressione collettiva e autorità	p.30
3.2.1 Il culto del leader come risposta alla paura	p.30
3.2.2 Come paura e rabbia vengono usate per giustificare misure restrittive	p.31
3.3 Esempificazioni storiche e contemporanee	p.32
3.3.1 Il maccartismo negli USA e la paura del comunismo	p.32
3.3.2 Il ruolo dell'insicurezza economica nella crescita del nazismo	p.33
3.3.3 Le purghe staliniste e il meccanismo della paura collettiva	p.33

3.3.4	Gli Stati Uniti di Donald Trump: paura, identità e narrativa della minaccia interna	p.34
3.3.5	Israele di Netanyahu: guerra asimmetrica e il ruolo della paura nella gestione del conflitto	p.34
3.3.6	Quando il potere trova una mente pronta	p.35
Capitolo 4 – Lo Stato come organismo psicologico e i meccanismi di controllo sociale		p.37
4.1	Lo stato come entità psicologica	p.37
4.1.1	Harold D. Lasswell: analogia tra individuo e Stato	p.37
4.1.2	Gli Stati come organismi che reagiscono alle minacce	p.38
4.2	Crisi, paura e bisogno di ordine	p.39
4.2.1	Steven Levitsky e Daniel Ziblatt: regimi autoritari come risposta a periodi d’instabilità	p.39
4.3	Meccanismi di difesa dello Stato	p.40
4.3.1	René Girard: capro espiatorio, proiezione e scissione delle politiche statali	p.40
4.4	Manipolazione della paura come strumento di governo	p.41
4.4.1	Giorgio Agamben: creazione di stati d’emergenza permanenti	p.41
4.4.2	Noam Chomsky e Edward S. Herman: uso dei media per alimentare la percezione del pericolo	p.42
4.5	Zygmunt Bauman: la paura liquida	p.43
4.5.1	Come le società contemporanee amplificano le paure individuali per legittimare il potere	p.43
4.5.2	Paura e insicurezza come strumenti per la creazione di un senso di vulnerabilità costante	p.44
4.5.3	Il passaggio da paure concrete a paure astratte e diffuse	p.45
4.5.1	La normalizzazione del controllo	p.46
Capitolo 5 – Possibili antidoti alle dinamiche di controllo basate sulla paura		p.48
5.1	Resilienza psicologica e consapevolezza individuale	p.48
5.1.1	Martin Seligman: strategie per evitare la regressione individuale e il conformismo sociale	p.48
5.2	Educazione del pensiero critico e strumenti di resistenza democratica	p.49

5.2.1 Come contrastare i bias cognitivi e manipolazione delle informazioni	p.49
5.2.2 Il pensiero critico nella tradizione liberale	p.50
5.3 Sistemi politici resilienti alla paura	p.51
5.3.1 Amartya Sen: la democrazia come strumento di gestione, non repressiva, della paura sociale	p.51
Conclusioni	p.53
Bibliografia	p.57

Introduzione

In tempi di crisi, il comportamento umano rivela dinamiche profonde che nella quotidianità spesso restano sotto la soglia della coscienza. Le reazioni individuali alla paura non si limitano alla sfera personale: si propagano, si intrecciano fino a diventare collettive. La psiche individuale, sotto pressione, cerca equilibrio, protezione, senso. Ma nel farlo, può anche contribuire alla costruzione di sistemi più ampi, capaci di riflettere e amplificare quelle stesse paure in strutture politiche e sociali. Questo elaborato nasce proprio dal desiderio di indagare il modo in cui l'insicurezza personale si trasforma in ordine collettivo, analizzando i meccanismi psicologici che stanno alla base di fenomeni politici e sociali spesso considerati esclusivamente sotto l'aspetto istituzionale o storico.

L'obiettivo è comprendere come la paura – nella sua dimensione soggettiva, ma anche in quella condivisa – influenzi le scelte, le ideologie e le forme di potere. Quando l'individuo si sente minacciato, mette in atto risposte che non sono soltanto istintive, ma anche profondamente simboliche: razionalizza, nega, si identifica. Tali strategie, se riprodotte in massa, contribuiscono a creare un clima culturale e politico in cui il controllo e l'autorità possono consolidarsi. Da qui nasce la necessità di un'indagine che unisca la psicologia alla sociologia e alla teoria politica, per tracciare un percorso che vada dalla sfera intima a quella istituzionale, dall'ansia del singolo alla costruzione dell'ordine sociale collettivo.

Nel primo capitolo si prende in esame il comportamento umano in contesti di crisi, con particolare attenzione ai meccanismi di difesa che si attivano quando l'individuo percepisce una minaccia. Si introduce il concetto di regressione e si esplora il modo in cui la paura incida sul pensiero critico, evidenziando distorsioni cognitive e strategie difensive.

Il secondo capitolo amplia lo sguardo dal livello individuale a quello collettivo, mostrando come le emozioni individuali, una volta condivise e amplificate nei gruppi, diano origine a dinamiche psicosociali di particolare impatto e potenza. Il conformismo, la polarizzazione e la costruzione del nemico diventano, allora, strumenti inconsapevoli di stabilizzazione del gruppo, ma anche potenziali veicoli di manipolazione politica.

Nel terzo capitolo si analizza la trasformazione di queste dinamiche in strutture autoritarie. La paura, se guidata e organizzata, può diventare un motore di legittimazione per il potere assoluto. Riferimenti alla filosofia politica e alla psicologia delle masse aiutano a comprendere l'iter attraverso il quale tendono a svilupparsi regimi in cui l'emergenza giustifica la sospensione della libertà.

Il quarto capitolo esamina lo Stato come un'entità psicologica, capace anch'essa di reagire agli stimoli con meccanismi di difesa. Viene esaminato come l'apparato statale sfrutti l'insicurezza per rafforzare il controllo, talvolta perpetuando uno stato di emergenza attraverso il linguaggio mediatico e la costruzione narrativa della minaccia.

Infine, l'ultimo capitolo si concentra sulle possibilità di resistenza a queste dinamiche. La promozione del pensiero critico, l'educazione alla consapevolezza e la costruzione di istituzioni resilienti sono presentate come antidoti alla manipolazione sistematica della paura. Si propone una riflessione sul ruolo della democrazia come spazio di gestione condivisa dell'incertezza, piuttosto che come dispositivo di contenimento autoritario.

Lo studio si inserisce in un momento storico in cui populismo, insicurezza sociale e controllo mediatico sembrano convergere. In questo contesto, comprendere il funzionamento dei meccanismi psicologici che rendono la paura un alleato del potere diventa una necessità etica e politica. La ricerca,

pur adottando un approccio qualitativo e interpretativo, si propone di offrire strumenti critici per leggere la realtà, superando le semplificazioni e stimolando la riflessione su come i processi interni dell'individuo possano modellare – e talvolta deformare – la struttura stessa della società.

Il carattere interdisciplinare del lavoro ha permesso di intrecciare saperi differenti, evitando la trappola dell'analisi settoriale. Tuttavia, questo stesso approccio comporta inevitabili limiti, primo fra tutti quello della soggettività interpretativa. Per ridurne il peso, sono state messe a confronto diverse prospettive teoriche e casi concreti. Nonostante ciò, l'intento non è fornire risposte definitive, ma aprire uno spazio di consapevolezza e interrogazione, capace di stimolare il pensiero critico e la responsabilità collettiva.

In ultima analisi, questo percorso non vuole solo spiegare perché la paura diventa controllo, ma suggerire come trasformarla in consapevolezza. Una consapevolezza che non annulli l'insicurezza, ma la riconosca, la analizzi e, proprio grazie a questa comprensione, eviti di lasciarsene dominare.

Desidero ringraziare innanzitutto il Prof. Maurizio Gasseau, relatore di questo lavoro, per la disponibilità e l'attenzione dimostrate durante la stesura della tesi. I suoi suggerimenti e le sue osservazioni sono stati un punto di riferimento importante lungo tutto il percorso di ricerca e mi hanno aiutato a mettere meglio a fuoco molti dei temi affrontati in queste pagine.

Un ringraziamento speciale va alla mia famiglia, che mi ha accompagnato e sostenuto durante l'intero percorso universitario. La loro presenza, il loro incoraggiamento e la fiducia che hanno sempre dimostrato nei miei confronti hanno reso possibile arrivare fino a questo traguardo.

Ringrazio anche gli amici e i compagni di studio con cui ho condiviso questi anni. Tra lezioni, esami e discussioni infinite, il confronto con loro ha reso questo percorso più stimolante e, in molti momenti, anche più leggero.

Un pensiero va infine a tutte le persone che, nel corso degli anni, hanno contribuito in modi diversi alla mia formazione. A chi mi ha fatto nascere nuove domande, a chi mi ha spinto a guardare le cose da prospettive diverse e a chi, anche solo con una conversazione o un consiglio, ha lasciato qualcosa che è rimasto.

Questo lavoro segna la conclusione di un percorso universitario fatto di studio, dubbi, difficoltà ma anche di grande crescita. Più che un punto di arrivo, rappresenta soprattutto una tappa di un cammino che, si spera, continuerà ancora con la stessa curiosità e con la stessa voglia di capire meglio il mondo che ci circonda.

Capitolo 1 – Il comportamento umano in situazioni di crisi

1.1 La regressione come risposta alla paura

1.1.1 Cos'è la regressione psicologica

La regressione è un fenomeno psicologico profondo, spesso trascurato nella lettura quotidiana dei comportamenti umani in momenti di fragilità. Si tratta, in sostanza, di una risposta inconscia alla paura, allo stress o alla pressione emotiva intensa, che porta l'individuo a rifugiarsi in modelli comportamentali appartenenti a fasi precedenti della propria vita, in particolare all'infanzia. Questo processo può apparire a prima vista irrazionale o "immaturo", ma in realtà costituisce una forma di protezione della psiche: un tentativo di mantenere una sorta di equilibrio interno quando la realtà esterna diventa troppo difficile da sostenere.

L'idea di regressione è stata introdotta nel campo psicoanalitico da Sigmund Freud, e successivamente sviluppata con maggiore sistematicità da sua figlia Anna Freud, nell'ambito della teoria dei meccanismi di difesa dell'Io. In quest'ottica, la regressione non è semplicemente un ritorno al passato in senso nostalgico, ma una ritirata difensiva, un modo per far fronte a una minaccia percepita abbandonando temporaneamente le modalità adulte e complesse di gestione della realtà.

Pianti improvvisi, comportamenti impulsivi, dipendenza dagli altri, ricerca ossessiva di rassicurazioni, o una ritrovata difficoltà a prendere decisioni autonome, sono solo alcune delle forme in cui può manifestarsi questa dinamica. Freud osservò che in presenza di una "fissazione" (ovvero un blocco dello sviluppo psichico in una data fase), un individuo può regredire proprio verso quella tappa, riaffiorando così a comportamenti e bisogni tipici dell'età in cui quella fissazione si è formata. In tal senso, la regressione non è necessariamente un evento isolato: può diventare uno schema abituale, che viene riattivato ogni volta che la persona sperimenta una condizione di crisi.

Esamineremo ora alcuni esempi di regressione in contesti critici.

Numerose situazioni di emergenza o destabilizzazione, siano esse private o collettive, possono innescare questa risposta regressiva. Il contesto esterno, carico di incertezza e minacce, funge da innesco per un ritorno a modalità più semplici e meno "responsabilizzanti" di affrontare il mondo.

Durante crisi sanitarie globali, come quella che il mondo ha vissuto con la pandemia di COVID-19, si è osservato un diffuso bisogno di affidarsi a figure autoritarie, istituzioni rigide o regole stringenti. In molti casi, si è notato come le persone fossero disposte a rinunciare volontariamente a libertà personali in cambio di un senso di sicurezza. Questo bisogno, che può apparire come semplice conformismo o disciplina sociale, nasconde in realtà un movente più profondo e infantile: il desiderio che qualcuno "più grande" e competente si prenda cura della situazione, proprio come accadeva nell'infanzia.

In circostanze personali di grande impatto emotivo, come un lutto o una separazione, la regressione può assumere forme più silenziose ma altrettanto significative: difficoltà a restare soli, incapacità di prendere decisioni, bisogno di conferme continue o una vera e propria ritirata dalla vita sociale. Anche in questo caso, si tratta di una strategia psichica per non crollare, non di un segnale patologico in sé.

In situazioni di guerra, terrorismo o instabilità geopolitica, la regressione si manifesta anche sul piano cognitivo: si semplifica la realtà, si individua un nemico chiaro, si crea una divisione manichea tra "noi" e "loro". È una forma di pensiero regressivo collettivo, che risponde al bisogno di ordine e chiarezza in mezzo al caos.

Infine, persone che hanno subito traumi infantili irrisolti possono regredire a stati emotivi arcaici in presenza di minacce anche simboliche. In questi casi, la regressione può assumere una forma più intensa e viscerale, coinvolgendo anche il corpo: disturbi del sonno, crisi d'ansia, disturbi alimentari o comportamenti autolesivi ne sono possibili espressioni.

Ciò che tutti questi esempi condividono è il fatto che la regressione, in tempi di crisi, è un tentativo di protezione interna, non un cedimento irrazionale. Tuttavia, se questi meccanismi non vengono riconosciuti dall'individuo, possono contribuire al consolidamento di strutture psicologiche dipendenti: da leader autoritari, da ideologie dogmatiche o da sistemi di controllo percepiti come rassicuranti.

1.2 Meccanismi di difesa individuali

1.2.1 Difendersi per sopravvivere

Nel funzionamento psichico umano, i meccanismi di difesa rappresentano strategie in gran parte inconsapevoli messe in atto dall'Io per proteggersi da emozioni troppo intense o da realtà psicologicamente difficili da tollerare. Paura, ansia, colpa e vergogna sono tra le esperienze interne che più frequentemente attivano queste difese: se non adeguatamente contenute, possono minacciare la stabilità mentale e il senso di identità dell'individuo.

Sigmund Freud fu il primo a individuare l'esistenza di tali meccanismi, ma fu sua figlia Anna Freud, con l'opera *L'Io e i meccanismi di difesa* (1936), a sistematizzarli in una teoria organica, ponendo l'accento sul ruolo attivo dell'Io. A questo filone si affianca il contributo fondamentale di Melanie Klein, che spostò l'attenzione sulle fasi più precoci dello sviluppo psichico, evidenziando come alcune difese nascano in risposta ad angosce primitive e si strutturino fin dall'inizio all'interno delle relazioni. In questa prospettiva, i meccanismi di difesa non sono solo strumenti individuali, ma anche dinamiche profondamente relazionali.

Nel breve termine, queste strategie possono avere una funzione adattiva, consentendo alla persona di mantenere un equilibrio interno. Tuttavia, quando diventano rigide, automatiche o pervasive, rischiano di trasformarsi in ostacoli alla crescita personale e alla comprensione di sé.

1.2.2 Principali meccanismi di difesa

- Negazione

È uno dei meccanismi più primitivi. Di fronte a una realtà troppo dolorosa, l'individuo ne rifiuta l'esistenza o la gravità. Si manifesta, ad esempio, quando una diagnosi grave viene minimizzata o considerata impossibile. Sebbene inefficace nel lungo periodo, la negazione può offrire una temporanea protezione emotiva, permettendo alla mente di prendere tempo prima di confrontarsi con una verità difficile.

- Proiezione

Consiste nell'attribuire ad altri emozioni, impulsi o pensieri che risultano inaccettabili per il proprio Io. In questo modo, il conflitto interno viene spostato all'esterno, riducendo l'ansia. A livello collettivo, la proiezione può alimentare dinamiche di esclusione e ostilità, creando nemici simbolici su cui scaricare paure e tensioni interne.

- Scissione

La realtà viene divisa in categorie nette e opposte: buono/cattivo, giusto/sbagliato, amico/nemico. È tipica delle prime fasi dello sviluppo, ma può riemergere negli adulti in situazioni di forte stress. La scissione semplifica il mondo psichico, ma riduce la capacità di tollerare l'ambivalenza e favorisce la polarizzazione.

- Conformismo

L'individuo riduce la propria angoscia adattandosi automaticamente alle norme e ai comportamenti del gruppo. L'adesione al collettivo offre un senso di protezione e appartenenza, soprattutto in contesti di incertezza. Sebbene non sempre riconosciuto nella teoria classica, questo meccanismo svolge un ruolo centrale nelle dinamiche sociali e nei periodi di crisi.

- Acting out

Le emozioni non vengono elaborate a livello mentale, ma agite direttamente attraverso il comportamento. Impulsività, esplosioni emotive o azioni trasgressive diventano modalità per scaricare tensioni interne senza doverle riconoscere consapevolmente. L'azione sostituisce il pensiero, impedendo una reale elaborazione del conflitto.

- Razionalizzazione

La mente costruisce spiegazioni apparentemente logiche per giustificare comportamenti o scelte guidate da motivazioni emotive inconsce. Questo meccanismo protegge l'autostima e l'immagine di sé, ma può ostacolare l'autenticità e la capacità di riconoscere le proprie paure o fragilità.

- Identificazione con l'aggressore

Per ridurre il senso di impotenza, l'individuo assume tratti, atteggiamenti o valori della figura percepita come minacciosa. In questo modo, la paura viene trasformata in un'illusione di controllo. Sebbene possa avere una funzione difensiva temporanea, questo meccanismo rischia di perpetuare dinamiche di violenza e sopraffazione.

- Identificazione proiettiva

Descritta da Melanie Klein, è un meccanismo più complesso della semplice proiezione. Parti dell'esperienza emotiva interna, spesso legate ad angosce intense, vengono espulse e collocate nell'altro, che viene inconsciamente spinto a viverle e a comportarsi di conseguenza. L'altro diventa così il contenitore di ciò che il soggetto non riesce a tollerare in sé. Questo processo, tipico delle relazioni intense, può creare circoli relazionali rigidi e conflittuali, pur avendo origine come tentativo primitivo di sopravvivenza psichica.

1.2.3 Quando la paura diventa un sistema.

Tutti questi meccanismi non sono segno di patologia, almeno finché rimangono strumenti flessibili e adattivi. Ma quando la paura viene coltivata, alimentata o imposta — ad esempio da media sensazionalistici, da propaganda o da instabilità sistemica — il ricorso costante a queste difese può congelare il pensiero critico e ridurre l'autonomia. In questi casi, non siamo più di fronte a singoli episodi di difesa, ma a un processo collettivo di regressione psichica.

1.3 Bias cognitivi e decisioni irrazionali

1.3.1 Effetti della paura sulla nostra razionalità

Uno degli aspetti più affascinanti — e allo stesso tempo più insidiosi — del comportamento umano in situazioni di crisi è il modo in cui la paura influenza il nostro pensiero razionale. In condizioni di normalità, l'essere umano è in grado di valutare rischi, pesare alternative e fare scelte ponderate. Ma quando la paura entra in scena, le capacità di valutazione dell'individuo subisce una profonda alterazione.

Secondo gli studi di Lerner e Keltner (2001), la paura modifica il nostro sistema decisionale in modo sistematico. Quando abbiamo paura, tendiamo a sovrastimare i pericoli, anche se non ci sono dati concreti a sostegno. Il mondo, all'improvviso, ci appare più minaccioso, meno prevedibile, più instabile. In queste condizioni, diventiamo più inclini a evitare rischi, più cauti, ma anche più dipendenti da chi offre soluzioni immediate o rassicuranti, anche se queste comportano una riduzione della nostra autonomia o libertà personale.

Curiosamente, la paura produce effetti molto diversi da altre emozioni intense come la rabbia. Se la rabbia può portare a reazioni impulsive, a un certo senso di “onnipotenza” e ottimismo distorto, la paura invece ci fa cercare protezione, rifugio, ordine. E questo ha conseguenze precise sulla nostra capacità di giudizio.

1.3.2 I principali bias attivati in situazioni di paura

Quando il nostro sistema nervoso è sotto stress, il cervello cerca scorciatoie per risparmiare energia. In psicologia cognitiva, queste scorciatoie sono note come bias: errori sistematici di pensiero che ci aiutano a decidere velocemente, ma che spesso ci fanno cadere in trappole logiche.

- Pensiero dicotomico

Nelle situazioni di minaccia, la realtà tende a essere organizzata in termini assoluti: giusto o sbagliato, buono o cattivo, noi contro loro. Melanie Klein descrisse questo funzionamento come una forma di scissione, tipica delle fasi più precoci dello sviluppo psichico e riattivata quando l'angoscia diventa difficile da tollerare. La semplificazione dicotomica offre un senso immediato di ordine e controllo, ma riduce drasticamente la capacità di pensare in modo sfumato, favorendo polarizzazione, radicalizzazione e conflitti.

- Bias di conferma

Peter Wason (1960) mostrò come gli individui tendano spontaneamente a cercare informazioni che confermano ciò che già credono, evitando o svalutando quelle che mettono in discussione le proprie convinzioni. In condizioni di paura, questo meccanismo si intensifica: le persone selezionano notizie, opinioni e narrazioni che rafforzano la visione del mondo già acquisita, creando bolle cognitive chiuse. Il risultato è una crescente impermeabilità al dubbio e al confronto, con un rafforzamento delle convinzioni emotivamente più rassicuranti.

- Euristiche della disponibilità

Amos Tversky e Daniel Kahneman hanno descritto come la probabilità di un evento venga spesso stimata sulla base della facilità con cui esempi simili vengono richiamati alla memoria. Eventi drammatici, violenti o fortemente mediatizzati risultano più “disponibili” mentalmente e vengono quindi percepiti come più frequenti o imminenti di quanto siano realmente. In situazioni di crisi, la

sovraesposizione a immagini e racconti traumatici amplifica questo effetto, alterando profondamente la percezione del rischio.

- Euristiche dell'affetto

Secondo Paul Slovic (2002), le persone valutano il rischio non tanto attraverso un'analisi razionale, quanto attraverso le emozioni che una situazione suscita. Ciò che genera paura, disgusto o ansia viene immediatamente classificato come pericoloso, mentre ciò che produce emozioni positive viene sottovalutato nei suoi rischi. Questo significa che il giudizio sul pericolo non dipende solo dai dati oggettivi, ma anche dalla reazione emotiva immediata che una persona prova di fronte a una determinata situazione. In uno stato di allerta, questa euristica diventa dominante: l'emozione prende il posto del ragionamento e orienta giudizi e decisioni in modo rapido ma spesso impreciso.

- Bias dell'ancoraggio

Sempre Tversky e Kahneman (1974) hanno mostrato come il giudizio umano tenda a rimanere ancorato alla prima informazione ricevuta, anche quando essa è parziale o errata. Nelle fasi iniziali di una crisi, le prime narrazioni svolgono un ruolo cruciale: anche se successivamente emergono dati più accurati, l'interpretazione originaria continua a influenzare il modo in cui gli eventi vengono compresi e ricordati. Questo rende particolarmente difficile correggere percezioni collettive consolidate.

- Bias di gruppo

Henri Tajfel e John Turner (1979) hanno evidenziato come, in condizioni di incertezza, gli individui rafforzino l'identificazione con il proprio gruppo di appartenenza e sviluppino diffidenza o ostilità verso i gruppi esterni. La paura accentua questa dinamica: il gruppo diventa una fonte di sicurezza simbolica, mentre l'"altro" viene percepito come potenziale minaccia. Questo meccanismo, sebbene radicato in processi evolutivi, può tradursi in discriminazione, chiusura sociale e conflitti identitari.

Questi bias sono, in condizioni ordinarie, strumenti di risparmio cognitivo. Ma in contesti di paura prolungata, diventano veri e propri filtri deformanti, che impediscono una visione lucida e sfumata della realtà.

1.4 Psicologia evoluzionistica e comportamenti in crisi

1.4.1 Una mente antica in un mondo moderno

Per capire fino in fondo perché reagiamo in determinati modi durante le crisi, è utile fare un passo indietro e osservare l'essere umano non solo come individuo psicologico, ma anche come prodotto dell'evoluzione. La psicologia evoluzionistica ci invita infatti a leggere le emozioni, le paure e i comportamenti attraverso il filtro della storia millenaria della nostra specie.

Fin dai tempi più remoti, la paura ha rappresentato una risorsa fondamentale per la sopravvivenza. L'essere umano, in quanto animale relativamente vulnerabile rispetto ad altri predatori, ha dovuto affinare una serie di strategie comportamentali e fisiologiche per far fronte ai pericoli ambientali.

Nel 1932, lo studioso Walter Cannon descrisse la famosa reazione di "fight or flight" (lotta o fuga): un meccanismo biologico automatico che viene attivato in presenza di una minaccia e che prepara il corpo all'azione. Accelerazione del battito cardiaco, dilatazione delle pupille, rilascio di adrenalina sono tutti segnali che il corpo è pronto a reagire rapidamente.

Il problema è che il mondo in cui viviamo oggi è profondamente diverso da quello in cui questi meccanismi si sono sviluppati. Le minacce attuali — un fallimento finanziario, una reputazione online compromessa, un discorso politico ansiogeno — sono in gran parte simboliche o indirette, ma il nostro sistema nervoso le elabora come se fossero predatori reali.

Questo genera uno squilibrio costante: una risposta biologica esagerata a stimoli moderni, che spesso porta allo stress cronico, all'ansia generalizzata, all'incapacità di distinguere ciò che è davvero pericoloso da ciò che semplicemente appare tale.

1.4.2 John Tooby e Leda Cosmides: i moduli mentali

Secondo i ricercatori John Tooby e Leda Cosmides (1992), tra i principali esponenti della psicologia evoluzionistica, il nostro cervello è composto da “moduli mentali”: piccole strutture cognitive specializzate, evolute per risolvere problemi specifici dell'ambiente preistorico. Tra questi, alcuni moduli sono dedicati al riconoscimento del pericolo, alla cooperazione in gruppo, alla relazione con l'autorità.

Nella vita tribale dell'uomo preistorico, riconoscere un nemico in tempo, obbedire al capo del villaggio, proteggere il proprio gruppo erano abilità vitali. Oggi, però, quegli stessi moduli possono attivarsi in modo disfunzionale, portandoci ad aderire a visioni semplificate del mondo, ad accettare figure autoritarie o a diffidare dell'altro anche in assenza di una reale minaccia.

Laddove, in passato, una risposta rapida e binaria poteva salvare la vita, oggi rischia di irrigidire il pensiero, riducendo la capacità di analisi, il dialogo e la tolleranza.

1.4.3 Un software antico in una realtà nuova

Ciò che emerge da questa analisi è quello che la psicologia evoluzionistica, in particolare nei lavori di John Tooby e Leda Cosmides, ha definito un vero e proprio mismatch evolutivo. I nostri sistemi emotivi, i riflessi cognitivi automatici e molti dei bias che orientano il giudizio si sono formati in un ambiente ancestrale, in cui le minacce erano immediate, concrete e relativamente semplici da identificare. In quel contesto, risposte rapide come la paura, la polarizzazione o l'adesione al gruppo rappresentavano strategie adattive di sopravvivenza.

Il mondo contemporaneo, tuttavia, richiede competenze profondamente diverse: capacità di astrazione, pensiero critico, tolleranza dell'ambiguità e gestione della complessità. Eppure, il nostro cervello continua a funzionare come se dovesse fuggire da un predatore nella savana, reagendo a stimoli politici, mediatici e sociali con meccanismi progettati per un'altra epoca.

Prendere coscienza di questo disallineamento non significa giudicare negativamente i nostri comportamenti, ma comprenderne l'origine. Come sottolineano Tooby e Cosmides, riconoscere che molte reazioni sono il prodotto di adattamenti evolutivi permette di ridurre il potere automatico e di riattivare forme di riflessione più lente e consapevoli. In un'epoca attraversata da crisi multiple — ambientali, sanitarie, politiche — questa consapevolezza può rappresentare il primo passo verso risposte individuali e collettive più mature, lucide e responsabili.

Capitolo 2 – Dall’individuo al gruppo: l’inconscio sociale e i meccanismi collettivi

2.1 Psicologia delle masse e il potere

Una delle costanti della storia sociale è che gli esseri umani cambiano quando agiscono insieme. Sembra un’osservazione banale, ma non lo è affatto: si tratta di uno dei meccanismi più incisivi nella formazione del potere. Le dinamiche collettive modificano non solo i comportamenti, ma la percezione di sé, degli altri e dell’autorità. La domanda non è tanto “come si comportano le masse?”, ma quanto “cosa accade alla mente individuale quando si trasforma in parte di un gruppo?”. L’idea che l’individuo sia sempre uguale a sé stesso — coerente, critico, autonomo — non resiste davanti alle evidenze storiche, psicologiche e politiche. Quando l’identità personale entra in risonanza con quella collettiva, accade qualcosa che ha ricadute dirette nelle relazioni di potere.

2.1.1 Gustave Le Bon: come la folla cambia le persone

Lo studioso Gustave Le Bon (1895) è stato tra i primi ad analizzare la folla non come somma di individui, ma come entità a sé stante con una propria psiche. Secondo la sua interpretazione, l’ingresso dell’individuo nella massa crea una trasformazione di tipo qualitativo: l’individuo, infatti, non perde intelligenza, ma perde gerarchia interiore. Il giudizio, la prudenza, l’autocontrollo del singolo vengono posizionati momentaneamente in secondo piano, a favore delle emozioni condivise che acquisiscono forza. La persona non agisce più solo in base alla propria coscienza, ma in base alla tonalità emotiva del gruppo.

In questo senso, la folla non impone, ma semmai facilita. Quei comportamenti che a mente fredda sembrerebbero inaccettabili diventano possibili perché la responsabilità della scelta si distribuisce, si alleggerisce, si confonde. Il senso del limite non si annulla, ma si diluisce. È proprio in questa condizione di permeabilità psicologica che può emergere una figura capace di dirigere l’emotività della massa non per costrizione, ma per rispecchiamento.

2.1.2 Sigmund Freud: il leader come oggetto d’amore e dipendenza

Sigmund Freud rielabora il concetto elaborato da Gustave Le Bon e lo trasla dal livello comportamentale al livello affettivo. Nel suo testo “Psicologia delle masse e analisi dell’Io”, il centro dell’attenzione non è come agisce la folla, ma il legame che unisce i singoli soggetti che la compongono. Per Freud, la massa si forma e si mantiene unita perché il leader diventa un oggetto d’investimento emotivo dei singoli soggetti che, inconsciamente, orientano verso il loro rappresentante la medesima richiesta di protezione che in età infantile rivolgevano alla figura genitoriale.

Questa identificazione sebbene generi coesione, tuttavia presenta il limite di ridurre la capacità critica del singolo. Contestare il leader, quando lo si è investito affettivamente, equivale a contestare la fonte stessa di sicurezza. Essendo l’adesione regolata da dinamiche psichiche profonde, non è spiegabile solo in termini razionali: la fedeltà al leader è anche fedeltà alla stabilità emotiva che rappresenta.

2.1.3 Wilhelm Reich: la paura come terreno fertile per l’autoritarismo

Lo studioso Wilhelm Reich (1933) radicalizza il medesimo pensiero evidenziando come la psicologia individuale e quella collettiva diventino strumento politico. Il punto di partenza è diretto: perché intere popolazioni sostengono regimi autoritari, anche quando questi limitano le libertà personali? La risposta non è solo storica o ideologica: è emotiva.

Secondo Reich, molte società reprimono sistematicamente le emozioni, soprattutto quelle che mettono in crisi l'ordine sociale, come la rabbia, il desiderio e la paura stessa. La repressione, lungi dal dissolverle, le interiorizza nei singoli. E questa interiorizzazione delle emozioni non fa altro che generare negli individui un bisogno profondo di struttura e controllo. Nei momenti di instabilità sociale — siano esse crisi economiche, trasformazioni culturali, perdita di certezze — questo bisogno di struttura e controllo diventa più intenso del desiderio di autonomia. Il leader autoritario viene, così, percepito come l'unico riparo che permette di mettere a tacere il caos interno. L'obbedienza al leader, quindi, è spesso una forma di sollievo.

2.1.4 L'influenza della paura e delle emozioni sulle dinamiche di potere

Sovrapponendo le interpretazioni di Le Bon, Freud e Reich, emerge un filo conduttore che le accomuna: le masse non rispondono primariamente alla logica, ma alla regolazione emotiva. La paura, più di qualsiasi altra emozione, modifica l'ordine delle priorità. In contesti di stabilità, le persone difendono la libertà di giudizio, ma in tempi di insicurezza cercano protezione. La complessità diventa faticosa, la semplificazione seducente. Il potere che offre sicurezza non ha bisogno di forzare, venendo invece legittimato.

Quando la paura diventa clima sociale — favorita da crisi, conflitti interni, narrazioni mediatiche o linguistiche che mantengono vivo il senso di minaccia — cambia lo spazio delle soluzioni percepite come accettabili. Misure di controllo dell'individuo che in altri momenti sembrerebbero eccessive, diventano giustificabili. La libertà non viene "tolta", ma temporaneamente sacrificata per non sentire l'insicurezza.

In questo quadro, la psicologia delle masse assurge al rango di dimensione fondamentale della politica contemporanea non essendo più un fenomeno circoscritto. Il potere tende a rafforzarsi quando riesce a contenere l'angoscia collettiva e a parlare il linguaggio emotivo dominante. Di conseguenza, la qualità della democrazia non dipende solo dalle istituzioni, ma dalla capacità delle persone di riconoscere ed essere in grado di gestire le proprie emozioni, senza delegare a terzi il pesante onere.

2.2 Dall'io al noi: il passaggio dall'individuo al gruppo

Il passaggio dall'individualità alla partecipazione collettiva è uno dei momenti più complessi e invisibili della vita psichica. Ed è proprio questa gradualità a rendere questo momento di passaggio così potente: non lo si riconosce, quindi non lo si controlla. Ed è su questo terreno che la psicologia individuale si trasforma in identità condivisa, con il conseguente mutamento di percezione, di responsabilità, di emozioni e, di conseguenza, di possibilità d'azione.

2.2.1 René Kaës: meccanismi di difesa collettivi

Nella teoria psicoanalitica classica i meccanismi di difesa sono quasi sempre legati all'individuo che sviluppa inconsciamente delle strategie per proteggersi da vissuti interni troppo minacciosi. Lo

studioso René Kaës (1976) supera questa visione e sostiene che anche i gruppi sono in grado di sviluppare difese proprie. Ogni persona porta nel gruppo emozioni e conflitti propri che non sempre è in grado di sostenere da sola; di conseguenza il gruppo diventa un contenitore in cui queste emozioni e conflitti possono essere spartiti, attenuati, o — talvolta — amplificati.

Per mantenere l'equilibrio, il gruppo costruisce quelli che Kaës (1976) chiama patti inconsci, cioè degli accordi non dichiarati che stabiliscono cosa si può sentire e cosa no, quali argomenti si possono affrontare e quali, invece, devono essere evitati, quali siano le emozioni che rafforzano l'identità collettiva e quali, al contrario, potrebbero minarla. Questi accordi non dichiarati non vengono decisi deliberatamente; essi semplicemente emergono e, una volta formati, diventano vincolanti.

Questi patti, quando assumono la funzione di difesa, operano in modo sorprendentemente simile ai meccanismi individuali: sviluppo della negazione, dell'idealizzazione, della proiezione o della creazione del nemico simbolico. Per esempio, un gruppo può ignorare volontariamente un problema che lo riguarda perché affrontarlo significherebbe destabilizzare la propria immagine di sé; oppure può costruire una narrazione rassicurante — anche magari poco realistica — al fine di contenere la paura. In altri casi, il gruppo può identificare un soggetto interno o esterno su cui proiettare tensioni e frustrazioni condivise.

Il risultato è duplice: il gruppo protegge i membri, ma anche la propria identità. L'“Io collettivo” diventa oggetto da difendere, e quando la stabilità è minacciata, le difese possono irrigidirsi al punto da soffocare il pensiero critico. L'apparente unità può nascondere difficoltà profonde non affrontate, e ciò accade in movimenti politici, istituzioni, comunità religiose, gruppi professionali, famiglie. Il gruppo sembra forte finché non è costretto a guardarsi dentro.

2.2.2 Philip Zimbardo: il fenomeno della deindividualizzazione

Lo psicologo statunitense Philip George Zimbardo (1969) approfondisce un altro aspetto fondamentale del passaggio psicologico dall'individuo al gruppo chiedendosi che cosa accade alla responsabilità personale quando ci si sente parte di un insieme? La risposta sta nel concetto chiave della deindividualizzazione, vale a dire nel momento in cui l'identità personale si attenua a favore di quella collettiva, l'individuo diventa più impulsivo e meno vincolato ai propri codici morali. E tanto non per malvagità, ma per riduzione della percezione di sé.

In questo caso il gruppo agisce come uno scudo psicologico poiché dietro lo scudo del gruppo si attenua la sensazione di essere osservati e giudicati come individui. Questo permette comportamenti, siano essi aggressivi, conformisti, o semplicemente estremizzati, che da soli non verrebbero mai presi in considerazione. Non è un caso che la deindividualizzazione emerga in contesti in cui l'anonimato è favorito: folle numerose, tifoserie, movimenti di protesta, situazioni in cui ambiti o simboli riducono la riconoscibilità personale.

Zimbardo valorizza però un punto che spesso viene ignorato e cioè che non sempre la deindividualizzazione è intrinsecamente negativa. Essa può produrre anche coesione nel gruppo, altruismo e/o cooperazione spontanea. Il problema nasce quando il gruppo non riesce a contenere l'emozione che, di conseguenza, viene amplificata. Ed è in quel momento che l'energia collettiva sostituisce la riflessione individuale e la perdita del senso del sé diventa vulnerabilità all'influenza esterna.

In questo modo Zimbardo stabilisce un collegamento diretto con Kaës: nel caso in cui la responsabilità è diluita, diventa più facile alimentare le difese del gruppo, ignorando i problemi,

legittimando le decisioni impulsive, accettando le narrazioni semplificatrici. Il gruppo protegge, ma può anche deresponsabilizzare.

2.2.3 Stephen D. Reicher: il rafforzamento delle emozioni nel contesto di gruppo

Stephen David Reicher (1984) studia un altro concetto essenziale e cioè che le emozioni non restano uguali quando vengono condivise. Esse nel gruppo tendono ad intensificarsi, a sincronizzarsi, ad acquisire direzione. In altre parole, diventano autorizzate. Una rabbia individuale può essere confusa, ma una rabbia collettiva diventa identitaria, trovando un linguaggio e un bersaglio.

Le emozioni si muovono all'interno del gruppo come onde: esse rimbalzano, crescono, cambiano di intensità man mano che vengono accolte, rinforzate e imitate dai componenti. Ciò che in solitudine apparirebbe eccessivo, nel gruppo diventa normale. È questo processo di normalizzazione che permette alla collettività di muoversi "come un corpo unico", sostenuta dall'esperienza emotiva condivisa.

A differenza di quanto assunto da Le Bon, Reicher sottolinea come questo processo non dia luogo ad una perdita dell'identità, ma sia una ridefinizione della stessa. Il gruppo dice al singolo cosa è legittimo sentire e come tradurre quell'emozione in azione. Quando il contesto è sereno, questo può generare solidarietà e collaborazione. Ma nel momento in cui il contesto è segnato da paura, incertezza o rabbia, può inaugurare derive collettive violente, razionalmente ingiustificabili ma emotivamente coese.

2.3 L'inconscio sociale e la costruzione della paura politica

2.3.1 Earl Hopper, Haim Weinberg e Vladimir Volkan: l'inconscio sociale

Quando si parla di società si tende sempre a guardare ciò che è visibile: ideologie, partiti, strutture economiche, leggi, istituzioni. Molto più raramente si considera ciò che rimane sotto la superficie, sebbene sia l'elemento condizionante. È esattamente questo lo spazio di ricerca che Hopper, Haim Weinberg e Vamik Volkan gravitano, valorizzando non ciò che un gruppo pensa, ma ciò che un gruppo sente, spesso senza nemmeno accorgersene.

Hopper e Weinberg (2001) partono da un'intuizione e segnatamente così come l'individuo, anche i gruppi hanno un inconscio sociale. La collettività crea meccanismi istintivi per gestire paure, tensioni e desideri che, se affrontati apertamente, ne minaccerebbero la stabilità interna. Mentre alcuni temi diventano allora indicibili; altri vengono caricati emotivamente fino a diventare punti di riferimento simbolici che orientano azioni e scelte senza passare per la consapevolezza.

Un principio fondamentale è che l'inconscio sociale non appartiene a nessuno in particolare. Non è depositato nel leader, né nei membri più influenti del gruppo. Si costruisce "tra" le persone, nelle relazioni, nella comunicazione implicita, nei gesti collettivi, nei modi di dire condivisi, nelle immagini ricorrenti che tutti sembrano riconoscere anche senza nominarle. È un sapere emotivo distribuito che proprio per questo è difficile da decifrare atteso che nessuno lo possiede, ma tutti lo abitano.

Vamik Volkan (1997) sviluppa questa idea in relazione ai grandi conflitti storici e identitari. Secondo l'eminente studioso, gruppi molto ampi come popoli, nazioni, comunità religiose ed etniche, si formano non solo attraverso elementi culturali e linguistici, ma soprattutto tramite eredità emotive

collettive, spesso legate a traumi o ferite del passato. Esse vengono identificate con l'espressione *large-group identities*: identità basate su emozioni e narrazioni condivise, a volte molto più potenti di qualsiasi patrimonio culturale materiale.

Ed è proprio in questo momento che si verifica una trasformazione cruciale. Non serve che i membri del gruppo abbiano vissuto personalmente l'evento traumatico, essendo sufficiente che l'evento stesso venga percepito come parte di sé. La memoria diventa appartenenza. E quando questa identità emotiva percepisce una minaccia, reale o immaginata che sia, la risposta collettiva può diventare estremamente intensa, giungendo a volte ad essere sproporzionata rispetto ai fatti.

A questo punto l'inconscio sociale entra direttamente nel terreno politico. Una società che porta dentro di sé paure irrisolte, vergogne non dette o ferite non elaborate è molto più vulnerabile alla costruzione del "nemico". Hopper, Weinberg e Volkan convergono tutti sul concetto che i sentimenti collettivi che non trovano spazio di elaborazione tendono a essere spostati verso l'esterno. Se riconoscere conflitti interni è impossibile, è quasi inevitabile che il gruppo inizi a crearne all'esterno di sé.

È così che si producono narrazioni nette, in cui il "noi" deve essere protetto e il "loro" diventa minaccia. E ciò può originarsi spontaneamente, anche senza un leader che lo manovri: il gruppe, quando vive nello spazio dell'inconscio sociale, non ha bisogno di una regia consapevole per organizzare un "fuori" da cui difendersi.

Ecco perché l'inconscio sociale è tanto affascinante quanto pericoloso, in quanto permette al gruppo di sentirsi un soggetto unico e coeso, ma può trasformarsi nel terreno nel quale crescono tensioni, rigidità e opposizioni radicali. Le paure non affrontate non si dissolvono, ma cambiano forma, diventando identità ferite, memorie selettive, minacce percepite. E quando qualcuno, sia esso un leader, un movimento o un partito, decide di farne una leva politica, ecco che trova terreno già dissodato.

2.3.2 Meccanismi inconsci collettivi e il loro impatto sulle istituzioni

Se accettiamo l'idea di un inconscio sociale, la domanda immediata è: dove finisce tutto questo materiale emotivo? Non rimane sospeso nell'aria, con il tempo, si sedimenta dentro le strutture stabili della società: cioè nelle norme, pratiche, abitudini, linguaggi ufficiali e, soprattutto, istituzioni.

Le istituzioni non sono solo dispositivi razionali progettati per organizzare la vita pubblica, ma anche, involontariamente, contenitori di ansie collettive. In molte situazioni funzionano come barriere protettive contro ciò che il gruppo non riesce ad affrontare consapevolmente. In questo senso, lo Stato, la burocrazia, l'apparato giudiziario, le organizzazioni politiche e religiose possono diventare difese collettive.

Quando una società percepisce un clima di insicurezza, tende a produrre istituzioni rigide, leggi più severe, apparati di controllo estesi. A livello conscio si parla di "sicurezza" e "ordine". A livello inconscio, quelle stesse istituzioni funzionano come una coperta emotiva. Ed invero l'angoscia diffusa viene tradotta in rigidità regolatorie. Il messaggio implicito diventa: "la realtà è pericolosa, abbiamo bisogno di protezione permanente".

I meccanismi inconsci collettivi possono modellare le istituzioni in diversi modi. Il primo è la proiezione istituzionalizzata nella quale la società sposta parti di sé che non riesce ad accettare, quale aggressività, colpa e paura su categorie sociali specifiche, quali per esempio lo straniero, il deviante,

il dissidente, il “nemico interno”. A quel punto l’istituzione si struttura attorno a questa divisione elaborando normative speciali, sorveglianza selettiva, procedure discriminatorie che danno forma stabile a una proiezione che nasce emotiva, ma diventa politica.

Un altro meccanismo inconscio collettivo di intervento sulle istituzioni è la negazione collettiva. Alcuni problemi profondi quali traumi storici, ingiustizie, disuguaglianze vengono rimossi dal discorso pubblico. Le istituzioni diventano, quindi, veri e propri strumenti di rimozione mediante procedure, cerimonie, protocolli che evitano il conflitto invece di elaborarlo. La burocrazia, da questo punto di vista, può funzionare come una sorta di anestesia, trasformando la sofferenza reale in amministrazione. Questo avviene, ad esempio, quando situazioni di forte disagio sociale vengono trattate esclusivamente come pratiche amministrative.

Si pensi al caso dei migranti: invece di essere affrontate le cause umane e politiche delle migrazioni, la questione viene spesso ridotta a numeri, pratiche di espulsione, centri di accoglienza regolati da procedure standardizzate. In questo modo, la sofferenza individuale viene “tradotta” in categorie burocratiche, rendendola più distante e meno emotivamente coinvolgente.

Un altro esempio riguarda le disuguaglianze economiche. In molte società, la povertà non viene affrontata come problema strutturale, ma gestita attraverso sussidi, moduli, requisiti e controlli. L’attenzione si sposta così dalla comprensione delle cause profonde alla gestione tecnica del fenomeno. Questo processo consente di mantenere una distanza emotiva: la sofferenza esiste, ma viene neutralizzata attraverso il linguaggio amministrativo.

Anche nei contesti istituzionali legati alla giustizia si può osservare questo meccanismo. Procedure formali, linguaggi tecnici e rituali giudiziari possono contribuire a trasformare eventi altamente emotivi — come un reato o un conflitto — in sequenze codificate di atti. Questo non significa che tali procedure non siano necessarie, ma che esse svolgono anche una funzione psicologica: contenere e rendere gestibile l’impatto emotivo collettivo.

Ulteriore meccanismo è quello dei patti inconsci istituzionali cioè zone che non devono essere nominate o responsabilità che non devono essere discusse, limiti del potere che nessuno deve toccare. Chi ci prova rischia l’esclusione, la ridicolizzazione o la delegittimazione. Il gruppo politico, come l’individuo, difende la propria immagine anche a costo di distorcere la realtà.

Se una società ha vissuto traumi collettivi senza il corretto processo di rielaborazione, come accade per esempio nel caso di conflitti guerre civili, dittature, persecuzioni o di violenze sistematiche, i contenuti rimossi ritornano sotto la veste della diffidenza, della polarizzazione, della sfiducia cronica fino a giungere al cinismo verso la politica.

E quando lo sfondo emotivo della società è segnato dalla paura, le istituzioni si configurano secondo una logica di vigilanza e controllo. Stati di emergenza, sorveglianza, sospensione di libertà, misure eccezionali diventano normali perché emozionalmente rassicuranti. La paura alimenta il controllo, e il controllo alimenta la paura creando così un circuito difficile da spezzare.

È importante sottolineare che le istituzioni, lungi dal limitarsi dal “riflettere” l’inconscio sociale: possono alimentarlo a loro volta. Infatti attraverso il linguaggio politico, le retoriche pubbliche, le commemorazioni selettive, la costruzione di simboli, le istituzioni contribuiscono a stabilire cosa deve essere ricordato e cosa deve essere dimenticato, cosa deve essere temuto e cosa deve essere celebrato.

In questo senso, i meccanismi inconsci collettivi non sono un elemento astratto, ma entrano nel tessuto vivo dell'organizzazione sociale, influenzando il diritto, le politiche pubbliche, il modo di parlare di sicurezza, ordine ed emergenza.

2.3.3 Il ruolo della paura e dell'ansia sociale nella formazione dei regimi di controllo

Se c'è un filo che lega insieme tutto ciò che abbiamo visto finora, partendo dall'inconscio sociale fino a giungere alle difese collettive, quel filo è la paura. Non la paura improvvisa che paralizza, ma quella lenta, sotterranea, che rimane come un sottofondo emotivo e si identifica con l'ansia sociale. Ogni volta che una società attraversa un momento di incertezza, trasformazioni rapide, instabilità economica o crisi d'identità, questo stato emotivo diventa più intenso. Ed è proprio in quelle fasi che si apre lo spazio prima psicologico, e poi politico, che porta all'emergere di misure di controllo.

La dinamica è sottile. Nessuno arriva a pensare consapevolmente: "ho paura, rinuncio alla libertà". Accade qualcosa di diverso perché quando cresce il livello dell'ansia collettiva, come già indicato da Abraham Maslow (1943), muta la gerarchia dei bisogni. La libertà continua ad avere valore, ma la sicurezza diventa urgente. Così, la domanda pubblica non è più "qual è la scelta più giusta?", ma "chi ci protegge?". E in un clima del genere, le figure che offrono risposte nette e rassicuranti, anche a costo dell'obbedienza, diventano automaticamente più credibili.

A questo punto la psicologia delle masse smette di essere teoria e diventa realtà. Le Bon, Freud e Reich avevano notato che quando la paura è condivisa da tutti, un leader con toni decisi, linguaggio semplificato e promesse protettive viene percepito come necessario, piuttosto che come autoritario. La paura, invece di essere riconosciuta ed elaborata, diventa un collante emotivo: "noi" siamo uniti perché c'è un "qualcosa" o un "qualcuno" da cui difendersi.

In questo quadro, la costruzione del "nemico" assume una funzione chiara. Dare un nome alla minaccia permette di incanalare un'ansia diffusa che altrimenti sarebbe ingestibile. Paradossalmente, quanto più la minaccia è vaga, più è insinuante e pervasiva, basti pensare all'invasione culturale, alla criminalità fuori controllo, alle epidemie, alle cospirazioni, al "tradimento dall'interno". Quando lo stato emotivo è predominante, la realtà psicologica che è percepita supera quella oggettiva. E la politica ne fa uso.

Una volta costruito questo scenario, arriva quasi inevitabile lo step successivo: al ricorrere di una minaccia enorme e incombente, servono "misure speciali". Il linguaggio cambia gradualmente, i termini emergenza, urgenza, sacrificio temporaneo, responsabilità collettiva sono espressioni che parlano di coesione, ma normalizzano un clima che è eccezionale. Così l'ansia sociale entra nelle istituzioni e le spinge verso la sorveglianza, il controllo, la prevenzione continua. Non per cinismo, ma come risposta emotiva a una sensazione diffusa di vulnerabilità.

Una società che si percepisce minacciata può arrivare a considerare le restrizioni non come una perdita, ma come una forma di protezione. La paura, quindi, prima legittima il potere, poi giustifica la sua espansione, lavorando così in due direzioni

E quando questo ciclo si stabilizza diventa autoregolante: più misure di controllo si accettano, più si interiorizza l'idea che il mondo sia pericoloso; e più ci si sente in pericolo, più si chiede controllo. La paura si trasforma in un'abitudine emotiva, in un criterio implicito per interpretare la realtà.

Questo non significa che ogni società impaurita scivoli automaticamente nell'autoritarismo, né che chi parla di sicurezza stia manipolando necessariamente la popolazione. Il punto è un altro: se resta

invisibile e non nominata, la paura può diventare la base emotiva che consente l'inasprimento politico. Non perché la libertà non sia più apprezzata, ma perché viene percepita, emotivamente più che razionalmente, come rischiosa.

Alla fine, la domanda decisiva non è “come nasce un regime di controllo?”, ma “quando smettiamo di accorgerci che sta prendendo forma?”. L'indizio è quasi sempre lo stesso, ossia quando la paura si sostituisce alla riflessione e l'ansia collettiva viene vissuta come evidenza oggettiva. Da quel momento in poi, il controllo non appare più imposto, ma, paradossalmente, indispensabile.

2.3.4 Esempificazioni storiche

Le dinamiche descritte — inconscio sociale, difese collettive, costruzione del nemico — non sono astrazioni accademiche. Le ritroviamo nella storia con impressionante ciclicità, posto che ogni volta che una società si sente minacciata, tende a cercare protezione emotiva prima ancora che politica.

L'esempio più evidente è la Germania tra le due guerre mondiali. La sconfitta del 1918, l'inflazione devastante e la perdita di fiducia collettiva crearono un clima emotivo dominato da vergogna e risentimento. Il nazismo intercettò questa ferita identitaria e le diede una struttura simbolica chiara identificandola in un leader forte, un nemico definito, una promessa di riscatto. Non fu la propaganda a creare l'odio, ma fu l'odio non elaborato che trovò finalmente l'oggetto su cui scagliarsi.

Lo stesso schema compare nel maccartismo statunitense degli anni Cinquanta. Il “nemico invisibile” era il comunista infiltrato ovunque, figura che generò sospetto diffuso e rese accettabili misure eccezionali. La logica emotiva era identica: se il pericolo è enorme, allora tutto è giustificabile.

Ancora più drammatico il caso del Ruanda negli anni Novanta ove l’“altro etnico” divenne il contenitore delle ferite storiche mai elaborate e la paura collettiva sfociò in violenza di massa. In tutti questi casi non fu la razionalità a guidare la collettività, ma un clima emotivo che nessuno riconobbe prima che fosse troppo tardi.

La costante è sempre la stessa: la paura non genera automaticamente autoritarismo, ma apre la porta a chi è disposto a sfruttarla, come osserva Hannah Arendt (1951) quando descrive le condizioni emotive e sociali che rendono il potere totalitario accettabile prima ancora che imposto. E quando la paura diventa identità di gruppo, la leadership forte non appare più come imposizione, ma come salvezza.

2.4 Dinamiche di paura e aggressività nei gruppi

2.4.1 Henri Tajfel e John Turner: identità di gruppo e costruzione dell’“altro” come minaccia

Uno dei punti più rilevanti per comprendere come la paura si traduca in comportamenti aggressivi collettivi è la relazione tra identità personale e identità sociale. Henri Tajfel e John Turner, con la Social Identity Theory (1979), evidenziano che l'appartenenza a un gruppo non è un semplice elemento accessorio della vita sociale, ma contribuisce alla costruzione del senso di sé. Ogni individuo, in misura diversa, definisce la propria identità non solo attraverso caratteristiche personali, ma anche attraverso le appartenenze collettive quali la nazione, il gruppo etnico, la religione, la comunità politica, la stessa squadra sportiva.

Secondo Tajfel e Turner, questi processi creano inevitabilmente una distinzione tra in-group (il gruppo a cui si appartiene) e out-group (i gruppi esterni). L'autostima personale è collegata allo status del

gruppo di appartenenza, e proprio per questo l'in-group deve essere percepito in una posizione favorevole rispetto all'out-group. Da qui la tendenza, spesso non consapevole, di accentuare le somiglianze interne e le differenze esterne.

Ai fini delle dinamiche di paura, l'aspetto più significativo è che questo confronto tra in group e out group non nasce necessariamente da conflitti reali. Tajfel mostrò che bastava dividere i partecipanti in gruppi privi di significato ("chi preferisce Kandinsky vs chi preferisce Klee") per attivare favoritismo verso l'in-group e discriminazione verso l'out-group. È sufficiente una categorizzazione minima per generare comportamenti competitivi. Se questo vale per differenze arbitrarie, si comprende facilmente la potenza delle divisioni radicate in fattori storici, culturali o ideologici.

Quando una collettività percepisce una condizione di minaccia o vulnerabilità, reale o simbolica, muta la stessa funzione dell'identità sociale e l'"altro" non è più semplicemente diverso, ma diventa potenzialmente pericoloso. L'insicurezza dell'in-group si traduce allora in irrigidimento dei confini, sospetto, aggressività, richiesta di protezione. La dinamica psicologica diventa politica nel momento in cui la paura dell'out-group viene adottata come fondamento dell'identità collettiva: "noi siamo ciò che l'altro minaccia". In questa configurazione il leader non si limita a rappresentare il gruppo, ma lo difende. In questa situazione il consenso non passa attraverso argomentazioni, ma attraverso la rassicurazione identitaria.

Nelle società contemporanee questa dinamica non riguarda solo le appartenenze territoriali o religiose. Esistono linee di confine culturali, costruite attraverso contrapposizioni mediate dal linguaggio pubblico: "noi informati vs loro manipolati", "noi patrioti vs loro traditori", "noi civili vs loro barbari". La funzione di trasformare il dissenso in minaccia resta identica. Quando la politica concentra l'attenzione più sulla protezione dell'identità che sulla gestione della realtà, si crea una struttura nella quale il nemico diventa ciò che tiene insieme il gruppo.

Tajfel e Turner non trattano direttamente i fenomeni autoritari, ma la loro teoria chiarisce un passaggio essenziale e cioè se l'out-group viene percepito come intenzionalmente distruttivo, allora il conflitto non è più una possibilità tra le tante, ma diventa inevitabile. L'aggressività appare come autodifesa; il controllo si manifesta come tutela; l'obbedienza è come garanzia di appartenenza. In questo senso, la costruzione della minaccia non è solo strumento di potere: è anche risposta a un bisogno psicologico collettivo.

La dinamica identitaria non è neutra, essa può produrre coesione, solidarietà e protezione reciproca, ma può anche irrigidirsi fino a trasformarsi in un sistema difensivo chiuso. Quando l'appartenenza al gruppo viene vissuta come questione di sopravvivenza, la libertà smette di essere una priorità. È in questo passaggio — spesso silenzioso — che l'insicurezza sociale apre la strada a forme di potere fondate più sulla paura dell'altro che sulla fiducia in sé.

2.5 La psicologia della conformità e dell'obbedienza al potere

2.5.1 Esperimenti di Solomon Asch, Stanley Milgram e Philip Zimbardo

Tutto ciò che abbiamo visto finora sulle masse, sulle emozioni condivise e sull'identità sociale trova una verifica brutale quando si osserva l'individuo da vicino. È impressionante scoprire quanto poco serva perché una persona si adegui al gruppo o all'autorità. Non c'è bisogno di minacce, ideologie, propaganda massicci. Infatti gli esperimenti di Asch, Milgram e Zimbardo lo mostrano con una chiarezza quasi brutale.

Solomon Asch, nel 1951, parte da un compito semplice. Ai partecipanti viene chiesto di confrontare la lunghezza di alcune linee: la risposta corretta è evidente. Eppure, quando tutti gli altri membri del gruppo, complici dell'esperimento, danno deliberatamente la risposta sbagliata, la maggioranza dei soggetti si adegua. Ma non perché non vede, ma non perché non capisce. I partecipanti sanno benissimo qual è la linea giusta, ma alla fine ognuno preferisce non essere l'unico a dire qualcosa di diverso. Ne deriva che l'isolamento fa più paura dell'errore. L'adesione non nasce da convinzione, ma da disagio e quindi è preferibile sbagliare insieme che avere ragione da soli. Da qui non serve molta immaginazione per arrivare alla politica.

Con Stanley Milgram (1963) il meccanismo diventa più inquietante. Il compito è obbedire a un'autorità, nel caso specifico un uomo in camice bianco che ordina di infliggere scosse elettriche a un'altra persona ogni volta che sbaglia una risposta. Le scosse sono finte, ma chi esegue non lo sa. E la grande maggioranza va avanti fino ai livelli massimi, nonostante le urla e le suppliche della "vittima". Anche qui nessuno agisce per cattiveria o prova piacere nel far male. La frase ricorrente è un'altra: "Lei si assume la responsabilità". Quando l'autorità dice "continui", la colpa cessa di essere un problema. È questo il punto centrale dell'esperimento: non la crudeltà umana, ma il sollievo psicologico che si prova quando la responsabilità viene trasferita a qualcun altro. Milgram mostra che l'obbedienza può diventare un rifugio.

Zimbardo (1971), con l'esperimento carcerario di Stanford, aggiunge un terzo elemento. In questo caso non c'è un leader da compiacere, né un gruppo da imitare, ma un contesto preciso. Gli studenti, assegnati arbitrariamente ai ruoli di guardie o prigionieri, si trasformano in ciò che il ruolo prevede. Le guardie cominciano a usare il potere in modo crescente; i prigionieri diventano remissivi e passivi. Nessuno aveva detto "dovete essere crudeli" o "dovete sottomettervi". È la cornice che suggerisce il comportamento. In pochi giorni, l'esperimento sfugge al controllo perché l'identità personale si dissolve dietro l'identità situazionale. Il messaggio, ancora una volta, è dirompente: non esistono "persone buone" o "persone cattive" in condizioni assolute. È il sistema che cambia le persone.

Presi insieme, questi tre esperimenti conducono a una conclusione scomoda ma è inevitabile: basta pochissimo perché l'individuo rinunci alla propria autonomia psicologica. Non servono ideologie radicali o contesti estremi, basta la pressione del gruppo, il peso dell'autorità o la forza del ruolo. Il conformismo non deriva da ingenuità; l'obbedienza non deriva da malvagità; la violenza non deriva dal carattere. Derivano tutte da bisogni profondi quali appartenenza, protezione, riconoscimento.

2.5.2 Irving Janis: soppressione del dissenso nei gruppi

Se Asch, Milgram e Zimbardo raccontano quanto sia debole la persona davanti al gruppo o all'autorità, Irving Janis aggiunge un'altra tessera al mosaico: il gruppo può eliminare la critica dall'interno anche senza cattive intenzioni. Nel 1982 chiama questo fenomeno groupthink — letteralmente "pensiero di gruppo", ma non in senso cooperativo. Qui "pensare insieme" diventa una trappola cognitiva.

Quando un gruppo vuole sentirsi unito e competente, tende a evitare automaticamente ciò che potrebbe incrinare quell'immagine. Il dissenso non viene vietato, ma reso scomodo. Il clima fa tutto da solo. Di fronte a una forte coesione interna, una pressione esterna percepita come minacciosa e un leader considerato indispensabile, criticare diventa quasi indecente. La critica è vissuta come un tradimento, o almeno come una stonatura. E quindi si tace. E il silenzio, automaticamente interpretato dagli altri come consenso, non fa altro che rafforzare l'illusione che tutti la pensino allo stesso modo.

Janis individua segnali precisi che compaiono quando il groupthink si attiva: la convinzione che “noi non sbagliamo”, l’idea che la moralità sia garantita dal fatto stesso di appartenere al gruppo, la stereotipizzazione dell’avversario, la razionalizzazione collettiva che evita l’analisi, l’autocensura dei membri critici, la pressione, spesso informale, a “non fare problemi”, la sensazione che ci sia unanimità quando invece c’è solo conformità.

Il risultato è devastante perché il gruppo perde la capacità di pensare, ma non perché venga meno l’intelligenza, ma perché essa viene sacrificata per mantenere l’unità. Janis documenta come molte decisioni politiche e militari fallimentari del Novecento, dalla Baia dei Porci alla gestione della guerra in Vietnam, siano nate non da incompetenza, ma da gruppi troppo coesi che non permettevano l’insinuarsi del dubbio.

L’individuo rinuncia alla critica per non mettere a rischio l’appartenenza, gli altri interpretano il silenzio come sostegno, il leader si sente rafforzato e il gruppo si chiude in una spirale emotiva da cui è sempre più difficile uscire.

Quando un gruppo mette la coesione al di sopra della verità, il pensiero critico non diventa proibito, ma impensabile. È lì la fase più pericolosa, perché nessuno si accorge di ciò che succede nel momento in cui succede.

2.6 La regressione nei gruppi

2.6.1 Panico di massa, radicalizzazione, polarizzazione estrema e soppressione della critica

Quando la paura collettiva rimane senza elaborazione, il gruppo può iniziare a funzionare in modo diverso rispetto al suo stato “adulto”. In psicologia non si parla di un ritorno all’infanzia, ma di un cambiamento nel modo di pensare perché si passa da forme più complesse e sfumate a modalità più impulsive, semplificate e fortemente polarizzate. È un processo graduale e spesso silenzioso, e proprio per questo sfugge sia a chi lo osserva sia a chi lo sta vivendo. Il gruppo non “impazzisce”, ma regredisce. E nella regressione, ciò che conta non è più capire, ma sentirsi al sicuro.

Il primo segnale è il panico di massa che si manifesta quando la paura supera la capacità della collettività di trattare l’informazione in modo razionale. In queste condizioni non serve che la minaccia sia reale, ma è sufficiente che venga percepita come plausibile. Le persone reagiscono più per interrompere la sensazione di impotenza che per uscire dalla paura. Qualsiasi azione diventa allora preferibile alla paralisi emotiva. È in questo scenario che i comportamenti imitativi si diffondono rapidamente e l’azione degli altri diventa un’argine provvisorio al senso di allarme interno. L’obiettivo non è l’efficacia, ma la condivisione emotiva.

Quando l’ansia non trova contenimento e quando mancano figure capaci di trasformarla, siano esse istituzionali o simboliche, il panico tende a evolvere in radicalizzazione. Se il gruppo non può elaborare la paura, cerca un colpevole. L’ostilità assume la funzione psicologica di anestetico fornendo quel senso di forza e direzione che la paura aveva tolto. È per questo che molti fenomeni collettivi seguono una traiettoria ricorrente che parte dalla paura per giungere alla rabbia. Non perché la situazione oggettiva cambi, ma perché la mente collettiva cerca un’emozione che restituisca controllo.

A questo punto l’identità del gruppo inizia a definirsi più per opposizione che per contenuto. Il “noi” acquista consistenza solo in presenza di un “loro”. Qui entra in gioco la polarizzazione estrema descritta da Cass Sunstein (2002): quando persone già simili restano esposte quasi esclusivamente a

narrazioni interne al gruppo, non mantenendo la posizione iniziale, ma esasperandola. Le convinzioni diventano più radicali, le sfumature scompaiono, gli argomenti intermedi vengono percepiti come tradimento. Non c'è bisogno di manipolazione esterna, è la medesima dinamica che si autoalimenta.

La polarizzazione prepara l'ultimo passaggio, quello più preoccupante per la sopravvivenza del pensiero critico cioè la soppressione del dissenso interno. Non c'è quasi mai censura formale perché non ce n'è bisogno, essendo sufficiente che il gruppo interpreti il dubbio come minaccia alla coesione. La pressione non si esercita direttamente sulle idee, ma sull'identità: se appartieni al gruppo, non dovresti mettere in discussione la narrativa condivisa. Chi esprime esitazioni viene trattato non come interlocutore, ma come elemento destabilizzante. È qui che la regressione diventa sistema psicologico vero e proprio.

Il risultato è un gruppo che non valuta più le idee in base alla loro qualità, ma in base alla loro funzione emotiva: rafforzano il senso di appartenenza? Allora sono vere. Lo destabilizzano? Allora sono false, anche di fronte a evidenze contrarie.

Non è necessaria una setta o un movimento estremista per assistere a queste dinamiche. È sufficiente una combinazione di elementi molto comuni:

- Insicurezza emotiva,
- Un gruppo che offre identità e protezione,
- Un nemico simbolico su cui proiettare le paure,
- Un ambiente sociale o mediatico che amplifica solo alcune emozioni.

Se questi fattori si rinforzano a vicenda, il gruppo inizia a funzionare più come una mente unica che come una somma di individui. Il dubbio non è più un contributo alla riflessione, ma diventa un pericolo. E quando il gruppo arriva a percepire la critica come minaccia, la regressione smette di essere una fase temporanea e diventa una struttura stabile. In quel momento, il potere non ha bisogno di imporre il controllo, ma è il gruppo stesso che richiede il controllo, perché confonde protezione e verità.

2.6.2 Quando il noi diventa una mente

Il problema non è che le persone, nei gruppi, diventino irrazionali. Il problema è che spesso smettono di accorgersene. Quando l'esperienza soggettiva si allinea a quella collettiva, la sensazione che ne deriva è di sollievo: meno incertezza, meno conflitto interno, meno responsabilità individuale. Questo sollievo non è di per sé patologico, ma diventa pericoloso quando viene scambiato per verità.

Ciò che rende il "noi" così potente non è solo la condivisione di idee o valori, ma la promessa implicita di protezione emotiva. In momenti di instabilità, questa promessa può diventare più importante della realtà stessa: ciò che mette in discussione il gruppo viene vissuto come una minaccia, non come un'occasione di pensiero. È in questo passaggio che il dissenso perde statuto cognitivo e assume un significato affettivo negativo, qualcosa da allontanare piuttosto che da comprendere.

Quando accade, la mente individuale non scompare, ma si restringe. Alcune domande smettono di essere formulate, non perché siano state confutate, ma perché diventano emotivamente costose. La semplificazione non nasce allora da ignoranza, bensì da un bisogno di stabilità. E più il contesto è carico di ansia, più questa stabilità viene ricercata attraverso confini netti, appartenenze rigide e narrazioni che riducono l'ambiguità.

La fragilità non sta nell'esistenza del gruppo, ma nella sua incapacità di tollerare la complessità senza trasformarla in minaccia. Laddove il "noi" smette di essere uno spazio che contiene il conflitto e diventa un dispositivo che lo elimina, il pensiero non viene represso dall'esterno: viene abbandonato dall'interno. È qui che la coesione smette di essere una risorsa e inizia a funzionare come una forma di controllo, tanto più efficace quanto meno viene riconosciuta come tale.

Capitolo 3 – Psicologia collettiva e strutture di potere: il passaggio verso il totalitarismo

3.1 Il contributo della filosofia politica alla comprensione del totalitarismo

3.1.1 Hannah Arendt: le origini del totalitarismo

Quando si parla di totalitarismo, il rischio è dare per scontato che sia nato da un'unica ideologia o da un singolo leader. Hannah Arendt ribalta questa interpretazione ritenendo che il totalitarismo non sia semplicemente un "regime politico", ma l'esito estremo di una trasformazione sociale profonda, che origina da ben prima della conquista del potere. Non nasce dall'improvvisa follia di una nazione, ma da condizioni emotive, culturali e materiali che rendono accettabile — e in alcuni casi persino desiderabile — la centralizzazione assoluta del potere.

La Arendt (1951) osserva che il totalitarismo emerge quando la società perde una struttura di significato condiviso. Le persone non comprendono più in che modo collocarsi nel mondo sociale, e il passato non fornisce più orientamento. La crisi, oltre ad essere economica e/o politica è esistenziale. In questo vuoto, l'elemento che si sgretola per primo è il senso di appartenenza. Lo Stato moderno aveva garantito per lungo tempo un legame simbolico tra individuo e collettività; nel momento in cui questa connessione si infrange, l'individuo si ritrova isolato, estraneo agli altri e, in un certo senso, anche a sé stesso.

La Arendt insiste proprio su questo aspetto e cioè che il totalitarismo diventa possibile solo quando gli individui sono soli tra loro, non perché fisicamente separati, ma perché hanno perso fiducia nel senso della vita pubblica. Ed è in questo terreno che la propaganda totalitaria prende forza, ma non in quanto convinca con argomentazioni, ma perché offre quell'ordine del mondo, quella spiegazione totale, quella narrativa che risolve l'angoscia dell'incertezza che è finora mancato. Non è di fondamentale importanza il fatto che sia una falsa rappresentazione, ciò che conta e rileva è che dia struttura.

La studiosa ritiene che l'aspetto più inquietante del totalitarismo sia il controllo interno e non già quello proveniente dall'esterno come la polizia, la censura o la repressione. L'individuo non obbedisce perché è costretto dal potere, ma perché trova nella narrazione totalitaria un sollievo ovvero un modo per non affrontare la frammentazione della realtà. In questo senso, la propaganda è efficace in quanto, lungi dal manipolare delle menti deboli, intercetta il bisogno psicologico di ridurre la complessità a una forma emotivamente sostenibile facendo sì che la semplificazione diventi protezione.

Alla fine, il totalitarismo non si basa solo sulla forza, ma su una trasformazione profonda dell'esperienza emotiva delle persone. Ed è proprio questo che lo rende pericoloso poiché non prospera solo sul fanatismo, ma anche sulla stanchezza, sulla disillusione, sul desiderio diffuso di non dover più interpretare un mondo troppo difficile da comprendere.

3.1.2 Michel Foucault: il biopotere

Quando Foucault (1975) parla di biopotere, non descrive un potere che reprime dall'esterno, ma un potere che entra nel modo in cui le persone vivono, si percepiscono, si comportano. È una forma di controllo che si esercita sulla vita, sui corpi, sulle abitudini, sui gesti quotidiani e non solo sulle idee o sulle libertà politiche. Il suo tratto distintivo è presentarsi come gestione della normalità piuttosto che come imposizione.

A differenza delle forme di dominio tradizionali, basate sulla punizione visibile, il biopotere funziona attraverso la costruzione di un ambiente che induce le persone a conformarsi spontaneamente ad esso. In altre parole, non dice apertamente cosa fare, ma tende a creare i contesti in cui certe condotte sembrano naturali, altre rischiose, altre inimmaginabili. Il risultato è che il controllo non ha più bisogno di essere continuo perché l'individuo finisce per autoregolarsi.

In questo quadro la paura assume un ruolo preciso. La paura per Foucault non è un trauma improvviso, ma è data dall'atmosfera sociale ovvero dalla sensazione diffusa di incertezza. Non serve imporre un terrore costante: basta che l'idea di pericolo rimanga disponibile, evocabile, presente in sottofondo. Quando le persone vivono nella sensazione che "la sicurezza non è garantita", le scelte non sono più guidate solo dal desiderio o dall'interesse, ma anche e soprattutto dall'esigenza di protezione. La vita privata diventa un luogo dove il potere circola senza bisogno di coercizione.

Il disciplinamento nasce quindi dalla trasformazione delle emozioni in condotte. Chi teme di uscire dall'ordine stabilito, tende a interiorizzare le aspettative sociali e istituzionali, agendo per autoprotezione piuttosto che per obbedienza diretta e giungendo, così, ad essere governato attraverso il proprio stesso sistema di autocontrollo e non da imposizioni esterne. Questa è una forma particolarmente efficace di potere efficace perché non appare come oppressione ma come cautela, come senso del dovere, quasi paradossalmente come normalità.

Uno degli aspetti più rilevanti della teoria foucaultiana è che la gestione della paura non opera attraverso il divieto, ma attraverso la produzione di categorie: normale/deviato, responsabile/irresponsabile, sicuro/pericoloso. Una volta interiorizzate queste distinzioni, la conformità si produce in maniera pressoché automatica e senza pressione esplicita. Le persone adattano la loro condotta non perché qualcuno lo ordina, ma perché "si fa così". In questo modo la disciplina sociale si radica nella quotidianità prima ancora che nell'autorità.

Sul piano politico, l'effetto è sottile ma potente atteso che la partecipazione si riduce in quanto percepita come rischiosa o inappropriata non perché vietata. L'immaginazione politica ovvero la capacità di desiderare scenari diversi da quelli presenti viene irrimediabilmente compressa. L'ordine vigente appare come l'unica alternativa alla minaccia ed il potere diventa un garante psicologico e non solo istituzionale.

È proprio questa commistione tra sicurezza e controllo che rende il biopotere difficile da riconoscere, perché è un "clima" che orienta i comportamenti senza dichiararlo, senza alcuna forma di violenza esplicita che porta ad una rinuncia da parte dell'individuo della spontaneità politica che viene vista come estremamente rischiosa. Il disciplinamento diventa quindi il risultato di una scelta che non è realmente libera, ma nemmeno imposta con la forza.

È questo il punto su cui Foucault insiste e cioè che il potere moderno non si impone togliendo libertà, ma amministrando la paura. È abbastanza da giustificare la protezione, mai abbastanza da giustificare la ribellione.

3.1.3 Giorgio Agamben: lo stato d'eccezione

Giorgio Agamben (2003) descrive un fenomeno che non è immediatamente visibile, ma che attraversa la storia politica con una regolarità quasi inquietante, e segnatamente il fatto che i diritti democratici non vengono quasi mai eliminati in modo frontale o definitivo, ma sospesi temporaneamente, "solo per affrontare l'emergenza". Lo stato d'eccezione — la possibilità di mettere tra parentesi le garanzie

democratiche per far fronte a una minaccia — nasce come misura provvisoria, con la tendenza a diventare ordinaria e a diventare accettabile, ogni volta, a cagione della paura.

Il punto centrale del pensiero di Agamben è semplice: per la sospensione dei diritti democratici è sufficiente una narrazione della necessità, non essendo necessario un colpo di stato. Nel momento in cui esiste un pericolo che fa percepire la sicurezza come prioritaria, la popolazione è pronta a tollerare — e spesso a richiedere — la sospensione di quelle libertà che, in tempi normali, considererebbe intoccabili.

La logica che si afferma è sempre la stessa: prima sopravvivere, poi discutere. Ma il “poi” non arriva quasi mai, perché una società che rinuncia temporaneamente ai diritti per paura, nel tempo, tende ad abituarsi a farne a meno, senza per questo percepire la privazione come violenza, ma piuttosto come protezione. In questo modo il potere non appare autoritario, ma necessario.

Nello stato d’eccezione l’autorità è percepita come tutela e l’ordine politico assume il ruolo del garante psicologico, con la conseguenza che chi questiona lo stato d’eccezione rischia di essere percepito non come difensore delle libertà, ma come irresponsabile, come qualcuno che “non capisce la gravità della situazione”. Criticare l’eccezione diventa quasi sovversivo in quanto equivale a mettere in discussione la sicurezza del gruppo.

Agamben non ritiene che la paura sia finta — essa spesso è reale — ma sottolinea come funzioni politicamente in quanto riorganizza le priorità. Infatti, davanti alla sensazione di minaccia, la libertà sembra un rischio e la protezione una garanzia. Il terreno si sposta dalla scelta alla necessità.

La conseguenza più profonda non è tanto la limitazione dei diritti, ma la trasformazione del cittadino, che nello stato d’eccezione, non viene trattato come soggetto politico — con capacità decisionale, critica, autonomia — ma come corpo da proteggere. Il potere si giustifica attraverso la cura: “si fa questo per il tuo bene”. E quando la protezione diventa il linguaggio principale della politica, la disobbedienza smette di apparire legittima.

Per Agamben, il rischio fondamentale è che l’eccezione si prolunghi fino a diventare la forma normale del governo. Più una società accetta sospensioni temporanee dei diritti per fronteggiare minacce, più si abitua a pensarsi vulnerabile. E una società che si percepisce vulnerabile è una società disposta a delegare che rinnova volta per volta la sua libertà.

In questo senso, lo stato d’eccezione la svuota dall’interno la democrazia, in quanto i principi, le costituzioni, i linguaggi rimangono gli stessi. Ciò che cambia è il loro margine di applicabilità. I diritti non vengono cancellati, ma messi in pausa — e ciò che è sospeso può essere sospeso di nuovo.

Il destino della libertà democratica dipende dalla capacità collettiva di riconoscere quando la paura diventa struttura politica. Il problema è dunque l’incapacità di accorgerci che l’eccezione sta diventando normalità.

3.1.4 Carl Schmitt: la politica del nemico

Partendo dalla definizione stessa della politica, Carl Schmitt (1932) ritiene che il nucleo elementare di ogni sistema politico — democratico o autoritario, liberale o illiberale — sia la distinzione amico/nemico. Detta distinzione non viene vista come una metafora, ma come la frontiera che delimita l’identità del gruppo e, allo stesso tempo, attribuisce al potere la sua ragione d’esistenza. Finché esiste un nemico, lo Stato conserva la propria legittimità. Senza il nemico, la politica, così come la intende Schmitt, perde significato.

Se il nemico non è solo chi ha interessi divergenti, ma chi rappresenta una minaccia, la paura assume un ruolo diretto. Quando questa logica prende forma, l'ordine politico non è più chiamato a gestire la pluralità, ma a difendere il gruppo dalla sua possibile distruzione. Chi guida il potere assume quindi il ruolo di protettore e tale protezione diventa il fondamento della lealtà.

In questo quadro, lo stato d'emergenza non è un evento eccezionale ma l'esito naturale della logica amico/nemico. Se la minaccia esterna o interna è costitutiva, allora l'emergenza non è una parentesi, ma una condizione permanente, pronta a riattivarsi. E la paura diventa il collante dell'identità politica perché si ritiene che senza pericolo, non ci sia protezione e senza protezione, non ci sia autorità.

L'aspetto più delicato della teoria di Schmitt è che la definizione del nemico non deve necessariamente coincidere con una minaccia reale. È sufficiente che la collettività percepisca l'esistenza di un pericolo. La politica, in questa logica, non nasce per rappresentare la società, ma per difenderla, chiedendo consenso richiede fedeltà.

Non sorprende che, sotto questa lente, il pluralismo sia sempre sospetto. Le differenze interne vengono tollerate finché non mettono in discussione l'unità del gruppo. Quando lo fanno, diventano automaticamente "collaborazionismo", tradimento, minaccia interna. La critica non viene valutata in base ai contenuti, ma in base al fatto se rafforzi o indebolisca il gruppo. E una volta che il dissenso è percepito come nemico, la sua repressione non appare manifestazione di autorità, ma atto necessario di difesa del gruppo.

La conseguenza è un'evoluzione silenziosa che porta lo stato d'emergenza da risposta temporanea a modo di governare. Il linguaggio della politica si militarizza, la narrazione pubblica ruota intorno alla minaccia, e i cittadini si abituano a pensarsi non come soggetti con diritti, ma come membri di un gruppo assediato. La paura diventa il cemento dell'identità nazionale o ideologica.

Si è constatato che la politica può prosperare sulla coesione emotiva generata dalla paura più di quanto prosperi sulla mediazione o sulla libertà. Se l'identità collettiva si sostiene sulla distinzione amico/nemico, è quasi inevitabile che la paura diventi una risorsa strategica. Essa viene orientata, alimentata, resa parte dell'immaginario pubblico. Ne deriva che finché c'è un nemico, c'è bisogno di protezione e finché c'è bisogno di protezione, c'è spazio per il potere.

In una democrazia, il punto più fragile non è il momento in cui i diritti vengono eliminati apertamente, ma quando il cittadino si abitua a ritenerli secondari rispetto alla sicurezza. Ed è in quel momento che la libertà diventa superflua.

3.2 Regressione collettiva e autorità

3.2.1 Il culto del leader come risposta alla paura

Nel momento in cui una società attraversa un periodo di incertezza prolungata, la prima ad incrinarsi cosa che tende a incrinarsi è la fiducia nelle proprie categorie interpretative perché gli individui non sanno più come leggere ciò che succede e, soprattutto, come collocarsi all'interno di ciò che succede. La risposta emotiva a una condizione di smarrimento è la nascita del culto del leader.

In queste situazioni si indebolisce la fiducia nelle istituzioni, che sono spesso percepite come lente, impersonali, troppo tecniche. Il leader, invece, ha un volto, un linguaggio diretto, un modo più immediato di approcciarsi alla realtà e di interpretarla, diventa il punto di riferimento. Egli non deve necessariamente essere il più competente, ma appare come colui che può dare una direzione quando

le coordinate abituali sembrano sfumare. È un ruolo che cresce quasi spontaneamente: più il contesto è instabile, più il leader diventa una figura su cui depositare ansie e aspettative.

Il processo ha una dinamica riconoscibile: all'inizio il leader è "uno che parla chiaro", poi diventa "quello che vede dove gli altri non vedono", e infine assume il ruolo di "unico indispensabile". In questa escalation non conta tanto ciò che il leader fa, quanto ciò che rappresenta, come già osservava Lasswell (1948), sottolineando la dimensione simbolica e psicologica del potere politico. L'elemento psicologico è decisivo: il leader viene interpretato dagli individui che lo circondano e da questi percepito come il contenitore simbolico di una paura diffusa che la collettività non sa più elaborare insieme, secondo una dinamica che richiama la descrizione freudiana del legame tra masse e capo (Freud, 1921).

Quando questo meccanismo si consolida, il linguaggio politico cambia in modo evidente. La discussione non ruota più intorno alle idee ma intorno alla figura: fiducia, fedeltà, autenticità, tradimento. La critica si sposta dal confronto sui contenuti all'attacco al legame emotivo che il leader incarna. Chi lo mette in discussione rischia di essere percepito come qualcuno che "indebolisce la comunità" proprio nel momento in cui la comunità ha più bisogno di sentirsi unita.

C'è poi un altro aspetto che spesso non si nota: il culto del leader riduce la complessità. Di fronte a problemi intricati, l'idea che una persona sola possa "semplificarli" o "deciderli" può essere rassicurante. Non perché sia realistico, ma perché toglie peso emotivo. Una figura forte permette di delegare parte dell'incertezza, come evidenziato da Fromm (1941), secondo cui il bisogno di sicurezza può spingere gli individui a rinunciare a quote di autonomia pur di sfuggire all'angoscia dell'indeterminatezza.

A questo punto il leader, più che un rappresentante diventa una sorta di "garante psicologico" che in tanto è apprezzato non in quanto soggetto che sa bene come decidere, ma in quanto egli dà l'impressione di sapere cosa fare. Si assiste alla prevalenza dell'efficacia simbolica su quella concreta. E proprio questo rende il culto del leader così difficile da contenere, atteso che non si lega ai risultati, ma al bisogno di sicurezza.

Ne deriva un paradosso abbastanza tipico: più il leader viene idealizzato, meno la collettività riesce a pensare a valide alternative, che ben potrebbero esistere, ma che rischierebbero di far riaffiorare la paura originaria. L'immaginazione politica si restringe, quasi senza che nessuno lo decida veramente. Si smette di guardare al futuro come un campo aperto e lo si vive come un territorio da proteggere.

Alla fine, il culto del leader non nasce da personalità eccezionali o da propaganda particolarmente sofisticata, ma dal vuoto perché, come sopra accennato, più la società si sente fragile, più ha bisogno di una figura forte. E, una volta che il leader assume questo ruolo, mettere in discussione la sua centralità non significa più mettere in discussione una persona, ma sgretolare la diga emotiva che la collettività ha costruito contro la paura.

3.2.2 Come paura e rabbia vengono usate per giustificare misure restrittive

Se il culto del leader è la risposta emotiva più immediata all'incertezza, l'uso politico della paura e della rabbia è il passo successivo: il momento in cui quello stato d'animo collettivo diventa strumento per orientare decisioni, comportamenti e – soprattutto – limiti.

Il meccanismo è abbastanza ricorrente. Quando una società vive tensioni prolungate, gli individui tendono a percepire l'insicurezza come una minaccia personale e immediata, anche se non lo è

davvero. La paura riduce la soglia di tolleranza verso l'incertezza e spinge a cercare soluzioni rapide. In quel momento, misure che in tempi tranquilli sembrerebbero eccessive quali limitazioni, controlli o divieti, cominciano a sembrarne la naturale conseguenza. È come se la paura spostasse il baricentro del ragionamento: ciò che conta non è più la legittimità delle misure, ma la loro funzione protettiva.”

La rabbia entra in gioco in questo momento, perché offre un vantaggio psicologico che la paura non ha cioè dà la sensazione di fare qualcosa. Se la paura immobilizza, per contro, la rabbia muove. Non a caso, molti discorsi politici che mirano a introdurre restrizioni partono evocando una minaccia e poi individuano un responsabile che può essere un gruppo, un comportamento, una categoria percepita come deviante. Una volta identificato il bersaglio, l'introduzione di limiti appare come una difesa contro il caos piuttosto che come una compressione della libertà.

Il punto debole di questa interpretazione è che questo processo è presentato come un atto di responsabilità e giammai come volontà di restringere spazi democratici. Le misure restrittive diventano “temporanee”, “necessarie”, “di buon senso”. E la collettività, già provata dall'incertezza, le accetta supinamente perché spera che quella compressione porti finalmente un po' di stabilità.

Un aspetto taciuto è che la paura tende a rendere i soggetti meno inclini a chiedere spiegazioni e più pronti ad accettare formule semplificate perché la complessità, in quei momenti, appare come un'ulteriore minaccia, come evidenziato dagli studi sulla percezione del rischio di Paul Slovic (1987). Chi offre soluzioni nette sembra più affidabile di chi invita alla prudenza, secondo quanto mostrato da Gerd Gigerenzer (2007) nelle sue analisi sull'uso delle euristiche in condizioni d'incertezza. Di conseguenza, misure che riducono diritti, libertà o spazi di confronto vengono vissute non come privazioni, ma come una sorta di assicurazione collettiva.

Il passaggio decisivo avviene quando paura e rabbia diventano parte del linguaggio pubblico. Una volta che il clima emotivo si stabilizza su questi due registri, ogni nuova restrizione trova un terreno già fertile. E man mano che le persone si abituano a vivere in uno scenario percepito come pericoloso, diventa sempre più difficile rimettere in discussione quei limiti. La paura ha un effetto conservativo perché trattiene, frena, chiude, al contrario della rabbia, che, invece, legittima l'azione. Insieme, creano un'architettura emotiva che giustifica quasi tutto.

Il rischio più grande è che le misure nate come eccezionali diventino progressivamente più ordinarie. È una dinamica lenta, non spettacolare, che si afferma nei linguaggi prima ancora che nelle leggi. Quando la paura diventa l'unità di misura della politica, la libertà non viene abolita, ma subordinata. È come se la società imparasse a considerarla un privilegio, non più una condizione di base. E a quel punto, recuperare gli spazi perduti diventa molto più difficile che perderli del tutto.

In fondo, il modo in cui paura e rabbia vengono utilizzate per giustificare restrizioni rivela qualcosa di più generale: la fragilità delle democrazie non dipende dai singoli atti autoritari, ma dalla disponibilità emotiva delle persone ad accettarli.

3.3 Esempificazioni storiche

3.3.1 Il maccartismo negli USA e la paura del comunismo

Negli Stati Uniti del secondo dopoguerra, la paura del comunismo non arrivò all'improvviso. Crebbe più lentamente, mentre il clima internazionale si irrigidiva e il confronto con l'Unione Sovietica sembrava trasformarsi ogni anno in qualcosa di più minaccioso. Per molti non fu un'ideologia precisa

a preoccupare, ma un'ombra: l'idea che qualcuno, da qualche parte, potesse “tradire dall'interno”. Un'insicurezza sfumata, che però bastava a mettere tutti sulla difensiva.

Quando iniziò a prendere forma l'apparato di audizioni, liste nere e sospetti pubblici, una parte della popolazione era quasi già pronta ad accettarlo. Non tutti sapevano spiegare cosa temessero, ma molti avevano la sensazione di vulnerabilità del Paese, come emerge dagli studi sulla costruzione sociale della paura di Barry Glassner (1999). In tali contesti la prudenza tende a configurarsi quasi come un dovere. Così la paura si infilò nelle conversazioni, nelle scelte di carriera, nei silenzi. Nessuno voleva correre rischi inutili.

Ciò che colpisce, guardando a quell'epoca, è che non fu un singolo atto autoritario a restringere gli spazi di libertà, ma la quotidianità, il sospetto reciproco, la necessità di “non farsi notare”, il timore di essere fraintesi. In breve: un clima che rese accettabile ciò che, in tempi più sereni, sarebbe apparso eccessivo.

Il maccartismo, più di tutto, mostrò la fragilità della democrazia quando la paura entra a far parte della normalità come una sensazione da tutti condivisa.

3.3.2 Il ruolo dell'insicurezza economica nella crescita del nazismo

La Germania dei primi anni Trenta era un Paese che cercava di rialzarsi, sia pur con pochissime risorse. L'inflazione, la disoccupazione, la crisi del dopoguerra avevano smontato sia la stabilità materiale sia l'immagine che i tedeschi avevano di sé stessi, come evidenziato dalle analisi storiche di Ian Kershaw (1998). Non era solo miseria: era la sensazione di essere scivolati fuori dalla Storia, di non avere più un posto riconoscibile.

In un contesto così fragile, la complessità non attecchisce. Quando si fatica a pagare cibo e affitto, le spiegazioni articolate sembrano un lusso. Hitler e il movimento nazionalsocialista intercettarono quel vuoto offrendo un racconto semplice, diretto, emotivamente molto potente: la Germania era stata tradita, umiliata, attaccata da nemici interni ed esterni. Non era “colpa vostra”, del popolo tedesco, ma di qualcuno che aveva tolto al popolo tedesco ciò che gli spettava di diritto.

Questa narrazione fu, per molti, un sollievo. Non perché fosse convincente sul piano razionale, ma perché dava un nome alla paura, e un senso alle difficoltà quotidiane, come emerge dagli studi di Peter Fritzsche (1998) sul consenso al nazionalsocialismo. E quando una società trova un nome per la propria insicurezza, tende a seguirlo, soprattutto se quel nome promette ordine e riscatto.

L'ascesa del nazismo non può essere compresa senza questa componente emotiva. La propaganda giocò un ruolo essenziale in una popolazione già disorientata, che aveva bisogno di credere che qualcuno potesse “rimettere le cose a posto”.

3.3.3 Le purghe staliniste e il meccanismo della paura collettiva

Le purghe staliniste mostrano un altro modo in cui la paura può radicarsi: non come reazione a un pericolo reale, ma come sensazione diffusa che il pericolo possa emergere da qualunque direzione. Il tratto distintivo di quel periodo è infatti l'imprevedibilità. Nessuno poteva sapere cosa fosse considerato accettabile o sospetto, quale comportamento potesse attirare attenzioni indesiderate.

In un clima simile, le persone iniziano a regolarsi non su ciò che sanno, ma su ciò che immaginano possa essere richiesto. È una forma di autocontrollo totale, che si insinua nei gesti, nel modo di

parlare, nella scelta di chi frequentare. La paura diventa quasi un riflesso incondizionato: prima di fare qualcosa, ci si chiede se potrebbe essere interpretata nel modo sbagliato.

Le purghe non funzionavano perché colpivano molti, ma perché bastava colpirne alcuni in modo esemplare, come mostrano gli studi sul terrore staliniano di Robert Conquest (1968). Era sufficiente perché tutti gli altri interiorizzassero l'idea che nulla fosse davvero sicuro. Non si obbediva per convinzione, ma per evitare di sbagliare. E nel lungo periodo questo crea una dinamica ancora più forte: le persone finiscono per anticipare il potere, per aderire a ciò che pensano di dover fare, spesso senza che qualcuno lo chieda esplicitamente.

Guardando a quel periodo, ciò che impressiona non è solo la violenza dello Stato, ma la sua capacità di trasformare la paura in una condizione mentale. Una volta che la paura è entrata nel modo in cui si vive e si pensa, diventa quasi impossibile immaginare alternative.

3.3.4 Gli Stati Uniti di Donald Trump: paura, identità e narrativa della minaccia interna

Nel contesto americano degli ultimi anni, il ritorno di Donald Trump alla presidenza è avvenuto all'interno di una cornice emotiva molto definita: una parte consistente della popolazione vive un senso di declino, insicurezza culturale ed economica, e perdita di centralità identitaria. Questo terreno emotivo ha favorito un linguaggio politico fortemente polarizzante, che fa della paura un elemento di coesione.

Il punto interessante, dal punto di vista psicologico, non è la retorica in sé, ma il modo in cui viene recepita. Paura dell'immigrazione, paura del crimine urbano, paura della dissoluzione dei valori: tutte queste preoccupazioni vengono presentate come segnali di un assedio in corso. Non è un contesto in cui si discute cosa stia andando male, ma chi lo stia causando.

Questa dinamica produce due effetti tipici dei contesti di paura collettiva:

- Il ricorso a misure di controllo percepite come difensive.
- La trasformazione dell'opposizione politica in minaccia: chi contesta viene descritto come pericolo per il "vero popolo".

Il culto del leader — già evidente nella base trumpiana — si intensifica quando la figura del presidente viene percepita come unico baluardo contro il caos. Più la società si sente minacciata, più cresce l'idea che "solo lui può proteggerci".

Dal punto di vista della psicologia politica, questo è un esempio molto chiaro di come insicurezza, identità e paura producano una domanda di potere verticale, rapido e centralizzato.

3.3.5 Israele di Netanyahu: guerra asimmetrica e il ruolo della paura nella gestione politica del conflitto

Nel caso israeliano, soprattutto durante gli ultimi governi Netanyahu, la gestione della questione palestinese — e in particolare del conflitto a Gaza — ha assunto una forma che va oltre la dimensione militare. Le ripetute operazioni dell'esercito israeliano nella Striscia di Gaza, con elevati livelli di distruzione e un numero impressionante di vittime civili documentato da più fonti internazionali, hanno prodotto un impatto devastante sulla popolazione palestinese. Ma hanno avuto anche un effetto profondo sulla psicologia collettiva israeliana.

L'uso massiccio della forza, giustificato come risposta alla minaccia di Hamas, ha creato un contesto in cui la guerra viene percepita come inevitabile e ricorrente, una sorta di ciclo continuo in cui ogni fase di violenza prepara la successiva. La distruzione di interi quartieri, la crisi umanitaria, le migliaia di morti e sfollati palestinesi — elementi documentati da ONU, ONG e media internazionali — alimentano due dinamiche complementari: da un lato la precarietà assoluta della vita palestinese e dall'altro la convinzione, all'interno di una parte significativa della società israeliana, che la minaccia sia così profonda da rendere necessarie risposte drastiche.

In questa cornice emotiva, Netanyahu ha costruito una narrativa che lega strettamente sicurezza e identità nazionale. La violenza viene presentata come obbligata, come ultima difesa contro un nemico che non lascia alternative. È una logica che produce effetti psicologici molto specifici: più la risposta militare è radicale, più la società si convince che la minaccia sia esistenziale; più la minaccia appare esistenziale, più la leadership assume un ruolo salvifico, quasi indispensabile.

Il risultato è un clima politico che tende a compattarsi intorno al potere esecutivo, pur in presenza di significative forme di dissenso pubblico e mobilitazione interna. mentre lo spazio del dissenso si restringe. Chi critica l'intensità delle operazioni militari, o mette in discussione la gestione del conflitto, viene spesso percepito come qualcuno che “non capisce la realtà del pericolo”. In alcuni momenti questo clima è diventato tangibile: manifestazioni pacifiste attaccate verbalmente, ONG per i diritti umani accusate di minare la sicurezza nazionale, giornalisti e accademici additati come “ingenui” o “complici”.

La paura, sia essa reale, simbolica o costruita, diventa un principio organizzatore della vita politica. La guerra non è più un evento eccezionale, ma una condizione che struttura identità, legittima misure restrittive e riduce la disponibilità a mettere in discussione le decisioni del governo. Il conflitto a Gaza diventa così non solo un teatro di violenza, ma un dispositivo che alimenta la concentrazione del potere e rende meno praticabile il dissenso democratico.

La cosa più inquietante è che questa dinamica non si regge sulla propaganda, ma sulle emozioni prodotte dalla violenza stessa. Ogni bombardamento, ogni vittima, ogni quartiere raso al suolo genera ulteriore paura, ulteriore polarizzazione e — paradossalmente — ulteriore disponibilità ad accettare nuove operazioni militari. È un circolo in cui la violenza crea la paura che giustifica altra violenza.

3.3.6 Quando il potere trova una mente pronta

Il filo che attraversa questo capitolo non è la descrizione dei regimi totalitari, ma la trasformazione silenziosa che rende il totalitarismo pensabile, tollerabile e, in certi momenti, persino desiderabile. Il passaggio decisivo non avviene sul piano delle istituzioni, ma su quello dell'esperienza soggettiva: quando la paura diventa il linguaggio attraverso cui la realtà viene interpretata, il potere non deve più imporsi, perché trova una mente già predisposta ad accoglierlo, secondo una dinamica che richiama le analisi foucaultiane sull'interiorizzazione del potere di Michel Foucault (1975)

Ciò che accomuna prospettive diverse come quelle di Arendt, Foucault, Agamben e Schmitt non è una visione unitaria del potere, ma l'idea che l'obbedienza moderna non si fonda principalmente sulla coercizione, bensì su una riorganizzazione delle priorità emotive. Quando l'incertezza diventa intollerabile, la richiesta implicita non è più libertà, ma protezione; non più pluralità, ma ordine; non più conflitto, ma chiarezza. In questo slittamento, la semplificazione non appare come impoverimento, ma come sollievo.

Il punto critico non è che la paura venga utilizzata politicamente — questo è sempre accaduto — ma che essa venga interiorizzata come criterio di giudizio, come evidenziato dagli studi sulla percezione del rischio di Paul Slovic (1987) e dalle analisi sui processi decisionali di Daniel Kahneman (2011). Quando il pericolo è percepito come permanente, la normalità stessa si ridefinisce: ciò che ieri sarebbe apparso eccessivo oggi diventa prudente, ciò che appariva restrittivo diventa responsabile, ciò che appariva autoritario diventa necessario. Il potere, allora, non si presenta più come limite imposto dall'esterno, ma come risposta “naturale” a un mondo vissuto come instabile, secondo una dinamica coerente con le analisi di Ulrich Beck (1986) sulla società del rischio e di Zygmunt Bauman (2006) sulla paura liquida.

In questo senso, il totalitarismo non rappresenta una rottura improvvisa dell'ordine democratico, ma il suo svuotamento progressivo. I diritti non vengono negati, ma sospesi; il dissenso non viene vietato, ma delegittimato; la partecipazione non viene repressa, ma resa emotivamente rischiosa. La politica si sposta così dal terreno della scelta a quello della necessità, e l'eccezione smette di apparire come tale. Quando la protezione diventa il principale argomento del potere, la disobbedienza perde legittimità prima ancora di essere proibita.

Il passaggio verso il totalitarismo, allora, non coincide con l'abolizione della libertà, ma con la sua trasformazione in un problema. È in quel momento che la libertà smette di essere una condizione e diventa un rischio, qualcosa da dosare, rimandare, sospendere “per il bene comune”. Ed è proprio qui che il potere trova la sua forma più efficace: non quando costringe, ma quando viene richiesto; non quando reprime, ma quando rassicura; non quando elimina il pensiero, ma quando rende emotivamente troppo costoso esercitarlo.

La vera forza delle democrazie, quindi, non risiede soltanto nelle strutture istituzionali, ma nella capacità collettiva di sostenere l'incertezza senza trasformarla in paura organizzata. Quando una società non riesce più a tollerare la complessità, apre lo spazio a forme di potere che promettono ordine al prezzo del pensiero. E il prezzo, quasi sempre, viene pagato senza accorgersene.

Capitolo 4 – Lo stato come organismo psicologico e i meccanismi di controllo sociale

4.1 Lo Stato come entità psicologica

4.1.1 Harold D. Lasswell: analogia tra individuo e Stato

Quando si prova a capire come funziona il potere, a un certo punto diventa difficile continuare a pensare allo Stato soltanto come a un insieme di leggi, istituzioni e apparati amministrativi. Questa lettura, seppur necessaria, lascia fuori qualcosa di essenziale: il modo in cui lo Stato reagisce, si difende, si irrigidisce o si espande in risposta alle paure collettive. È qui che l'analogia proposta da Harold D. Lasswell (1930) tra individuo e Stato diventa particolarmente utile.

Nel suo lavoro sulla psicopatologia della politica, Lasswell parte da un'intuizione semplice ma radicale: i sistemi politici non sono mai emotivamente neutri. Così come l'individuo organizza la propria personalità per far fronte a conflitti interni e minacce esterne, anche lo Stato sviluppa strutture e comportamenti che rispondono a bisogni psicologici collettivi. Non si tratta di attribuire una mente allo Stato in senso letterale, ma di riconoscere che esso funziona come un dispositivo che raccoglie, ordina e canalizza emozioni diffuse.

In questa prospettiva, le decisioni politiche non possono essere lette solo come il risultato di calcoli razionali o interessi economici perché spesso riflettono paure, ansie e tensioni che attraversano una società e che trovano nello Stato una forma stabile. Quando l'insicurezza cresce, quando l'ordine sociale sembra vacillare, lo Stato tende a reagire in modo simile a un individuo sotto stress: cerca controllo, semplifica la realtà, restringe i margini di ambiguità.

Lasswell utilizza esplicitamente il linguaggio della psicologia per descrivere questi processi. Parla di meccanismi difensivi che, a livello politico, assumono la forma di politiche repressive, costruzione del nemico, rafforzamento dell'autorità e centralizzazione del potere. Esattamente come accade nell'individuo, queste difese non nascono necessariamente da un progetto consapevole, ma sono solite emergere come risposta a un'angoscia percepita come ingestibile.

L'analogia diventa ancora più chiara se si considera il ruolo della paura: un individuo che si sente minacciato tende a irrigidirsi, a ridurre la complessità del mondo, a dividere la realtà in categorie nette. Allo stesso modo, uno Stato che percepisce una minaccia, sia essa reale o simbolica, tende a emanare norme più severe, a predisporre controlli più capillari, ad apporre confini più rigidi. Non perché "sceglie" la repressione in astratto, ma perché quella risposta appare emotivamente più rassicurante per la collettività.

Secondo Lasswell (1930), lo Stato finisce così per svolgere una funzione che va oltre l'amministrazione, giungendo a diventare un contenitore delle ansie sociali all'interno del quale i cittadini proiettano il bisogno di sicurezza, ordine e protezione, che si percepisce con urgenza soprattutto nei momenti di crisi. In questo senso, l'autorità statale assume tratti quasi parentali perché decide, vigila, punisce e protegge, sollevando l'individuo dal peso dell'incertezza.

Il problema, come nella psicologia individuale, emerge quando queste difese si cristallizzano. Una risposta nata per contenere l'angoscia può trasformarsi in un assetto rigido, incapace di tollerare il dissenso o la complessità. Lo Stato, allora, non si limita più a garantire sicurezza, ma comincia a controllare, sorvegliare, reprimere e la protezione evolve gradualmente in limitazione.

L'analogia tra individuo e Stato permette quindi di leggere il potere non solo come un fatto giuridico o istituzionale, ma come un processo psicologico collettivo. Capire lo Stato significa anche

interrogarsi su quelle paure che lo alimentano, su quei bisogni emotivi che è chiamato a soddisfare e sulle difese che deve mettere in atto. In questa chiave, il potere non è semplicemente esercitato dall'alto, ma è richiesto, sostenuto e interiorizzato da una collettività che cerca, prima di tutto, di non sentire la propria insicurezza.

4.1.2 Gli Stati come organismi che reagiscono alle minacce

Uno Stato, come un organismo, tende prima di tutto a sopravvivere. Questa espressione non deve certamente essere intesa in senso biologico, ma in chiave politica e simbolica perché la sopravvivenza si manifesta nel mantenimento dell'ordine, nella continuità delle istituzioni e nella legittimità del potere. In condizioni normali questa esigenza di sopravvivenza resta sullo sfondo, quasi invisibile. Ma quando qualcosa incrina l'equilibrio — una crisi economica, un conflitto, un'emergenza sanitaria, una minaccia percepita alla sicurezza — la reazione cambia rapidamente.

In quei momenti lo Stato smette di ragionare solo in termini di gestione e inizia a muoversi in termini di difesa. Si chiude, si irrigidisce, cerca di ridurre l'incertezza. Aumentano i controlli, si rafforzano i confini, si semplifica il discorso pubblico. Non sempre perché qualcuno lo abbia deciso in modo freddo e calcolato, ma perché la pressione emotiva collettiva spinge in quella direzione. È una risposta che assomiglia molto a quella di un individuo sotto stress: prima viene la sicurezza, tutto il resto può aspettare.

Un aspetto importante è che la minaccia non deve essere necessariamente concreta o immediata, essendo sufficiente che venga vissuta come plausibile. È la percezione a innescare la reazione. Una volta che l'idea del pericolo entra nel discorso pubblico, lo Stato inizia a riorganizzarsi attorno ad essa. E lo fa anche attraverso il linguaggio: emergenza, urgenza, prevenzione, necessità. Parole che non descrivono solo la realtà, ma la modellano.

In questo processo, i cittadini vengono progressivamente abituati a un'idea diversa di normalità. Misure che prima sarebbero state considerate eccezionali iniziano a sembrare ragionevoli, persino rassicuranti. La logica è semplice: se il pericolo è grande, allora anche la risposta deve esserlo. E più la risposta è forte, più conferma implicitamente che la minaccia era reale.

Come accade negli organismi viventi, però, una reazione difensiva prolungata finisce per avere effetti collaterali. Se lo stato di allerta si protrae nel tempo, lo Stato perde la capacità di distinguere tra ciò che è davvero pericoloso e ciò che è semplicemente diverso o critico. Il dissenso viene letto come destabilizzazione, la complessità come debolezza, il conflitto politico come rischio da neutralizzare.

È qui che la metafora dell'organismo diventa ancora più utile. Un organismo costantemente in tensione difensiva consuma energie, si irrigidisce, reagisce in modo eccessivo. Allo stesso modo, uno Stato che vive in una condizione di emergenza permanente tende a rispondere in modo sproporzionato, anticipando il pericolo, intervenendo prima ancora che il problema si manifesti davvero. La prevenzione diventa controllo.

Questo aiuta a capire perché molte società faticano a “tornare indietro” dopo una crisi. Le strutture create per difendersi restano, anche quando la minaccia cambia forma o si attenua. L'eccezione si normalizza. E lo Stato continua a comportarsi come se fosse sempre sotto attacco.

Pensare lo Stato come un organismo che reagisce alle minacce significa allora riconoscere una realtà scomoda: il potere non è guidato solo da interessi o strategie, ma anche da paura. Una paura che si

istituzionalizza, che prende forma in procedure, norme, apparati. E come ogni paura non elaborata, tende ad autoalimentarsi.

Il nodo, a questo punto, non è negare il bisogno di sicurezza, ma piuttosto chiedersi cosa succede quando la difesa diventa l'unico modo possibile di stare nel mondo. Perché quando lo Stato smette di tollerare l'incertezza e il conflitto, smette anche di essere uno spazio di mediazione politica, cominciando ad assomigliare sempre di più a un apparato che reagisce, invece di pensare.

4.2 Crisi, paura e bisogno di ordine

4.2.1 Steven Levitsky e Daniel Ziblatt: regimi autoritari come risposta a periodi d'instabilità

Quando una società entra in una fase di instabilità, non è solo la politica a cambiare, ma muta anche la soglia di tolleranza dei soggetti che la compongono. Ciò che in tempi normali sembrerebbe accettabile — il conflitto, la lentezza delle procedure, la pluralità delle posizioni — comincia a essere vissuto come un problema. Non perché la democrazia “funzioni peggio” in senso assoluto, ma perché in un clima di paura la democrazia appare faticosa. Richiede tempo, compromessi, discussione. E quando ci si sente sotto pressione, il tempo e la complessità diventano nemici.

Gli studiosi Steven Levitsky e Daniel Ziblatt (2018), nel testo “How Democracies Die”, insistono proprio sull'assunto che le democrazie spesso non crollano con un colpo di stato spettacolare, ma tendono a scivolare. E ciò si verifica soprattutto quando una parte consistente della popolazione arriva a percepire le regole democratiche non più come una garanzia, ma come un ostacolo. In quel momento, la domanda collettiva cambia: non è più “come decidiamo insieme?”, ma “chi è in grado di rimettere tutto in ordine?”.

Da fatto oggettivo, la crisi diventa un'esperienza emotiva. Se l'insicurezza economica, la polarizzazione, la percezione di perdita di controllo (sui confini, sui valori, sulla sicurezza, sull'identità) diventano uno sfondo continuo, la paura tende a stabilizzarsi. E quando la paura si stabilizza, si cerca una risposta che sembri immediata. Non necessariamente la più giusta, ma quella che rassicura di più.

Qui entra in gioco un punto che Levitsky e Ziblatt mostrano bene con casi concreti: i leader che spingono verso forme autoritarie raramente si presentano come “nemici della democrazia”. Al contrario, spesso si definiscono come i suoi salvatori. Sostengono di voler ripulire il sistema, riportare ordine, eliminare il “caos”, fermare i “nemici interni”, rendere lo Stato finalmente efficiente. E queste promesse funzionano perché rispondono a un bisogno reale della collettività: la necessità di sentire che qualcuno ha il controllo.

Il passaggio critico avviene nel momento in cui l'emergenza diventa la cornice permanente all'interno della quale tutto si giustifica. In detto contesto, quelle misure che in un altro momento storico sarebbero sembrate eccessive iniziano a diventare “di buon senso” e così si conferisce maggiore concentrazione al potere esecutivo, si riducono i controlli, si attacca l'indipendenza delle istituzioni, si delegittima la stampa o l'opposizione. Non si tratta sempre di abolire le regole; spesso basta piegarle. Ed è proprio questa gradualità che rende il fenomeno difficile da riconoscere mentre accade.

Un altro elemento importante che nel libro emerge con chiarezza è che la democrazia non si regge solo sulle leggi scritte, ma su norme informali: il rispetto dell'avversario come legittimo, l'idea che il potere abbia limiti, la disponibilità a perdere senza trasformare la sconfitta in guerra. Quando una

crisi prolungata logora queste norme, il terreno è pronto affinché il dissenso venga percepito come minaccia, e non più come parte fisiologica del gioco democratico.

In pratica, la paura restringe l'orizzonte, riduce lo spazio del “forse”, del “dipende”, del “vediamo”. E più si restringe l'orizzonte, più diventa attraente una politica che promette confini netti e risposte rapide. Non è detto che tutte le società in crisi diventino autoritarie. Ma Levitsky e Ziblatt mostrano quanto sia fragile l'equilibrio quando il bisogno di ordine supera il valore della libertà e della mediazione.

Il punto più inquietante è che questa trasformazione raramente avviene contro la società. Nei momenti di crisi profonda, il potere centralizzato non è frutto dell'imposizione quanto del desiderio della collettività. Questa dinamica è stata colta con particolare efficacia anche nella cultura popolare, che talvolta riesce a rendere visibili processi politici complessi in modo immediato. In *Star Wars: Episodio III*, mentre l'autorità assoluta viene accolta dall'entusiasmo del Senato, Padmé Amidala osserva: «È così che muore la libertà: sotto scroscianti applausi». Il senso è profondamente politico: la libertà non viene abolita con un atto improvviso di forza, ma si consuma quando, di fronte alla paura, i cittadini stessi legittimano la concentrazione del potere in nome dell'ordine e della sicurezza. Gli applausi non sono un dettaglio simbolico, ma il segno del consenso che rende possibile la regressione democratica.

4.3 Meccanismi di difesa dello Stato

4.3.1 René Girard: capro espiatorio, proiezione e scissione nelle politiche statali

Quando uno Stato entra in una fase di difficoltà, non reagisce solo con riforme, decreti o misure di sicurezza. Nell'immediato, reagisce sul piano simbolico. Ha bisogno di dare un senso al disordine, di renderlo comprensibile, e soprattutto di renderlo tollerabile. È qui che i meccanismi descritti da René Girard sono illuminanti per la comprensione delle dinamiche.

Girard parte da un'idea semplice: quando una comunità è attraversata da tensioni che non riesce a gestire, il rischio è che il conflitto si diffonda ovunque, senza un centro preciso. In queste situazioni, la violenza — fisica o simbolica — tende a diventare incontrollabile. Per evitare questo collasso, la società rinviene inconsciamente una via d'uscita nell'individuare un bersaglio su cui concentrare il malessere. È il c.d. meccanismo del capro espiatorio.

Trasportato sul piano dello Stato, questo processo assume una forma politica molto concreta. Invece di affrontare la complessità delle crisi — economiche, sociali, istituzionali — il discorso pubblico viene semplificato. Il problema non è più strutturale, ma “incarnato” in qualcuno che può identificarsi in un gruppo, una minoranza, un nemico interno o esterno che diventano il punto su cui far convergere paure, rabbia e frustrazione. In questo modo, il conflitto viene reso più gestibile, perché ha finalmente un volto.

A questo concetto si collega il meccanismo della proiezione. Tutto ciò che lo Stato — e la società che rappresenta — fatica a riconoscere come proprio viene traslato sull'altro. L'insicurezza diventa colpa altrui, la violenza viene attribuita al nemico, il caos viene presentato come qualcosa che arriva dall'esterno. Così l'immagine del “noi” può restare intatta, ordinata, legittima, minacciata ma comunque moralmente sana.

La proiezione funziona proprio perché solleva dal confronto con le proprie contraddizioni. Non c'è bisogno di interrogarsi sulle disuguaglianze, sulle responsabilità politiche o sugli errori strutturali, se

tutto può essere spiegato attribuendo la responsabilità ad un soggetto destabilizzante. Il discorso statale si semplifica, e con esso si semplifica anche il modo di pensare della collettività.

Il terzo elemento del meccanismo del capro espiatorio è la scissione. La realtà viene divisa in due campi opposti: da una parte il bene, la normalità, la sicurezza; dall'altra il male, la minaccia, il disordine. È una divisione netta, che non tollera sfumature. In questo schema non c'è spazio per posizioni intermedie, per il dubbio o per la critica: o si è dentro, o si è fuori.

Nelle politiche statali, la scissione permette di giustificare misure che, in altri contesti, apparirebbero difficili da accettare. Se qualcuno è definito come "pericoloso", allora può essere controllato, escluso, sorvegliato. I diritti diventano condizionati, la protezione selettiva. Tutto questo viene presentato non come abuso, ma come difesa necessaria.

Girard (1972) sottolinea un punto cruciale: il meccanismo del capro espiatorio produce un sollievo reale, ma temporaneo. La società si sente più compatta, più unita, almeno per un momento. Ma le cause profonde del conflitto permangono intatte. Per questo, quando l'effetto si esaurisce, lo Stato tende a ripetere il processo, cercando nuovi bersagli. La costruzione del nemico diventa così una risorsa politica ricorrente, non un'eccezione.

In questa prospettiva, i meccanismi di difesa dello Stato non sono semplici deviazioni o errori occasionali, ma risposte emotive a una paura collettiva che non trova elaborazione. Esse raggiungono il loro scopo perché rassicurano, perché riducono la complessità, perché danno l'illusione di controllo. Ma proprio per questo rischiano di trasformare il potere in qualcosa di sempre più rigido, sempre più dipendente dall'esclusione e dalla contrapposizione.

E come accade per le difese individuali, anche qui il problema è che diventino l'unico modo possibile di reagire. Quando lo Stato si difende solo costruendo nemici, smette di interrogarsi su sé stesso. E a quel punto, la protezione dell'ordine prende il posto della comprensione del conflitto.

4.4 Manipolazione della paura come strumento di governo

4.4.1 Giorgio Agamben: creazione di stati d'emergenza permanenti

Quando si parla di paura come strumento di governo, uno dei contributi più incisivi è quello di Giorgio Agamben sullo stato di eccezione. Il suo punto di partenza è semplice: l'emergenza, nelle democrazie contemporanee non è più un evento straordinario e temporaneo, ma tende a diventare una condizione stabile, quasi normale. E questa trasformazione non avviene per caso.

Secondo Agamben (2003), lo stato di emergenza nasce come risposta a una minaccia reale — guerra, terrorismo, crisi sanitaria, instabilità interna — ma progressivamente perde il suo carattere provvisorio. Le misure adottate "per un tempo limitato" si sedimentano, restano in vigore, oppure vengono riattivate ciclicamente. In questo modo, l'eccezione smette di essere un'interruzione dell'ordine giuridico e diventa una modalità ordinaria di governo.

Il ruolo della paura è centrale in questo processo. L'emergenza funziona solo se viene percepita come tale. Non è necessario che il pericolo sia costante; è sufficiente che la sua possibilità resti sempre sullo sfondo. La paura, mantenuta a un livello controllato ma continuo, giustifica la sospensione di garanzie, la concentrazione del potere decisionale e la riduzione degli spazi di discussione. Il messaggio implicito è sempre lo stesso: non è il momento di discutere, è il momento di obbedire.

Agamben mostra come, in questo contesto, il confine tra legalità e illegalità diventi sempre più sfumato. Le decisioni vengono prese in nome dell'urgenza, spesso al di fuori dei normali processi democratici, ma senza mai dichiarare apertamente una rottura con l'ordine costituzionale. Le leggi restano formalmente in piedi, seppur sospese nella pratica. È una zona grigia in cui il potere agisce senza assumersi fino in fondo la responsabilità di farlo.

Un aspetto particolarmente inquietante è che lo stato di emergenza non si impone solo dall'alto. Viene spesso accettato — e talvolta richiesto — dai cittadini stessi. Di fronte alla paura, la promessa di protezione appare più importante della tutela dei diritti. La rinuncia temporanea alla libertà viene vissuta come un sacrificio necessario, non come una perdita strutturale. Ed è proprio questa percezione a rendere l'emergenza così efficace come strumento di governo.

Nel pensiero di Agamben, lo stato di eccezione produce anche un cambiamento profondo nel rapporto tra individuo e potere. Il cittadino non è più visto principalmente come soggetto di diritti, ma come corpo da proteggere, controllare, amministrare.

Quando l'emergenza diventa permanente, la paura smette di essere una reazione episodica e si trasforma in un clima, uno sfondo emotivo costante che orienta le scelte politiche e sociali. In questo clima, ciò che conta non è più se una misura sia giusta o sbagliata, ma se sia "necessaria". E la necessità, quando è definita dal potere stesso, diventa un argomento difficilmente contestabile.

Agamben mostra come la paura possa essere non solo una conseguenza delle crisi, ma una risorsa politica. Governi che riescono a stabilizzare l'emergenza riescono anche a stabilizzare il proprio potere. E tanto avviene non attraverso la forza esplicita, ma tramite una gestione continua dell'insicurezza, che rende accettabile ciò che, in condizioni diverse, verrebbe rifiutato.

4.4.2 Noam Chomsky e Edward S. Herman: uso dei media per alimentare la percezione del pericolo

Quando si parla di paura come strumento di governo, non si può ignorare il ruolo dei media, non intendendo con tale termine solo i giornali o i telegiornali come canali d'informazione, ma come dispositivi che, spesso senza che ce ne accorgiamo, modellano ciò che percepiamo come "pericolo" e ciò che consideriamo normale o necessario. Questa idea è al centro del modello di propaganda elaborato da Noam Chomsky ed Edward S. Herman, che offre una lente critica per guardare il rapporto tra media, potere e percezione collettiva.

Chomsky e Herman (1988) partono da una constatazione drastica: i media — soprattutto quelli dominanti, con grande audience e ingenti risorse — non sono neutrali. Secondo il loro propaganda model, la struttura stessa dei media mainstream, che è fortemente legata a interessi economici, pubblicitari e istituzionali, finisce per filtrare e orientare le notizie in modi da favorire le élites e il potere costituito.

Questo modello, lungi dal sostenere che i giornalisti o le redazioni abbiano un piano concertato per manipolare l'opinione pubblica, sottolinea come la logica di funzionamento dei media — commerciale, legata ai profitti, dipendente da fonti ufficiali e da relazioni con il potere — produca una rappresentazione del mondo che tende a marginalizzare voci dissenzianti e ad amplificare certe paure in luogo di altre.

Il risultato è che la percezione del pericolo viene spesso costruita maggiormente su ciò che percepiamo dai media piuttosto che su ciò che accade nella realtà. Minacce che vengono ripetute,

enfaticamente e presentate come imminenti finiscono per occupare lo spazio emotivo di chi guarda o legge: terrorismo, immigrazione, criminalità, instabilità internazionale, pandemie... La lista cambia con il tempo, ma il meccanismo resta il medesimo.

In questo contesto, i media non sono semplicemente veicoli che trasmettono informazioni, ma diventano agenti che tendono a costruire una cornice emotiva condivisa, in cui la paura appare costante e diffusa, non perché necessariamente più diffusa nella vita reale, ma perché costantemente rappresentata, amplificata e ripetuta.

Da questo punto di vista, la manipolazione della paura non è un atto estremo o deliberato, ma un effetto strutturale atteso che i media amplificano alcune narrazioni piuttosto che altre, privilegiano alcune fonti e ignorano altre, e così finiscono per plasmare la percezione pubblica di ciò che è urgente, pericoloso o meritevole di attenzione.

Questo non significa che tutto ciò che i media mostrano sia falso o artificiale, ma che la selezione, la ripetizione e la priorità con cui certe storie vengono raccontate possono creare un clima emotivo che sembra più “pericoloso” di quanto lo sia veramente. In altre parole, la paura non solo viene raccontata, ma prodotta, non necessariamente con intenzioni esplicitamente manipolative, ma attraverso scelte istituzionali di cosa mostrare, come mostrarlo, quanto tempo dedicarvi e quali voci includere o escludere.

Questa prospettiva aiuta a capire il concetto importante che la paura non circola solo attraverso le istituzioni o i leader, ma viene continuamente alimentata da dispositivi culturali e simbolici come i media, che finiscono per orientare non tanto ciò che sappiamo, quanto ciò che sentiamo come possibile o necessario.

4.5 Zygmunt Bauman: la paura liquida

4.5.1 Come le società contemporanee amplificano le paure individuali per legittimare il potere

Zygmunt Bauman (2006) utilizza l'espressione paura liquida per descrivere una condizione tipica delle società contemporanee: una paura diffusa, instabile, difficile da localizzare e, proprio per questo, costante. A differenza delle paure del passato — legate a pericoli concreti e riconoscibili — la paura liquida non ha un oggetto preciso. Non indica un nemico chiaro, un evento delimitato o una minaccia immediata. È una sensazione di vulnerabilità permanente, che accompagna l'individuo nella vita quotidiana.

Secondo Bauman, questa forma di paura nasce dalla trasformazione profonda delle strutture sociali. Le certezze collettive che in passato offrivano protezione — lavoro stabile, appartenenza comunitaria, welfare, istituzioni percepite come affidabili — si sono progressivamente indebolite. Al loro posto, l'individuo si trova sempre più solo a gestire rischi che non dipendono direttamente dalle sue scelte: crisi economiche globali, insicurezza lavorativa, instabilità geopolitica, minacce ambientali, flussi migratori, trasformazioni tecnologiche incontrollabili.

L'individuo è chiamato a proteggersi, adattarsi, prevenire, senza però avere reali strumenti di controllo. È in questa frattura che la paura si diffonde: non come reazione a un evento specifico, ma come condizione esistenziale.

In questo contesto, il potere politico trova un terreno particolarmente favorevole. Una società composta da individui isolati, insicuri e costantemente preoccupati è più incline ad accettare forme di controllo che promettono protezione. Bauman sottolinea come le istituzioni non creino

necessariamente la paura, ma la intercettino, la amplifichino e la organizzino. La paura liquida, proprio perché vaga, può essere orientata di volta in volta verso bersagli diversi: il migrante, il criminale, il terrorista, il “nemico interno”, l’instabilità economica, l’emergenza permanente.

Il meccanismo è sottile: le paure individuali, anziché essere elaborate collettivamente, vengono riconsegnate all’individuo come problemi privati, da gestire attraverso strategie personali di adattamento e autoprotezione. Tuttavia, queste stesse paure, proprio perché diffuse e non risolte a livello strutturale, vengono contemporaneamente rielaborate sul piano politico e utilizzate come giustificazione per l’introduzione o il rafforzamento di misure di sicurezza, controllo e sorveglianza. In questo modo, l’insicurezza non genera necessariamente una domanda di cambiamento delle condizioni che la producono, ma viene canalizzata verso l’accettazione di risposte istituzionali che promettono protezione senza intervenire sulle cause profonde del rischio. Si crea così una contraddizione apparente: l’individuo è solo di fronte alla paura, ma dipendente dal potere per la sua gestione.

Bauman (2006) osserva che, nelle società liquide, il potere non ha più bisogno di imporre l’autorità in modo diretto. Gli basta presentarsi come unico argine contro un mondo percepito come instabile e minaccioso. La legittimazione non passa attraverso progetti politici di lungo periodo, ma attraverso la promessa immediata di protezione. E più la paura è indefinita, più questa promessa appare indispensabile.

In questo senso, la paura liquida diventa una risorsa politica. Non perché venga inventata, ma perché viene mantenuta in uno stato di costante attivazione. Il risultato è una società in cui l’insicurezza non produce necessariamente conflitto politico o richiesta di cambiamento strutturale, ma piuttosto adattamento, chiusura e delega. La libertà non viene negata apertamente, ma progressivamente svuotata e sostituita dal bisogno di sentirsi al sicuro.

Il contributo di Bauman mostra come, nelle democrazie contemporanee, la paura non sia solo una risposta a crisi eccezionali, ma una condizione strutturale che può essere utilizzata per rafforzare il potere. Non attraverso la repressione esplicita, ma attraverso la gestione continua dell’insicurezza individuale, trasformata in consenso passivo.

4.5.2 Paura e insicurezza come strumenti per la creazione di un senso di vulnerabilità costante

Se nel paragrafo precedente Bauman aiuta a comprendere la natura diffusa e instabile della paura contemporanea, qui l’attenzione si sposta su un momento ulteriore: come questa paura venga mantenuta viva nel tempo, fino a diventare una condizione quasi permanente dell’esperienza sociale. Non si tratta di una paura esplosiva, legata a eventi eccezionali, ma di una tensione di fondo che accompagna la vita quotidiana e orienta il modo in cui gli individui percepiscono sé stessi e il mondo.

La vulnerabilità costante non nasce da una singola minaccia, ma dalla sovrapposizione di molteplici insicurezze, quali possono essere il lavoro precario, l’instabilità economica, le crisi ambientali, l’incertezza politica, le trasformazioni tecnologiche rapide. Tuttavia, nessuno di questi fattori, preso singolarmente, spiega il senso diffuso di esposizione. È la loro coesistenza a produrre l’effetto più rilevante. L’individuo non riesce a individuare un punto preciso da cui difendersi, e proprio per questo rimane in uno stato di allerta permanente.

In questo contesto, la paura non ha bisogno di essere costantemente rinnovata attraverso eventi traumatici. È sufficiente che venga ricordata, evocata, suggerita. La possibilità del rischio — più che

il rischio stesso — diventa il vero elemento regolatore del comportamento. La vulnerabilità, così, non è più una condizione eccezionale, ma una dimensione strutturale dell'esistenza sociale.

Bauman osserva che questo stato di esposizione continua ha un effetto preciso sul rapporto tra individuo e potere. Quando la sensazione dominante è quella di precarietà, l'orizzonte delle aspettative si restringe. Non si chiede più un cambiamento profondo dell'ordine sociale, ma una riduzione immediata dell'insicurezza percepita. La politica, di conseguenza, smette di essere il luogo della progettualità e diventa il luogo della gestione dell'ansia.

La vulnerabilità costante funziona anche come fattore di frammentazione. Ogni individuo si sente esposto in modo personale, unico, difficilmente condivisibile così che risulti difficile se non impossibile la costruzione di risposte collettive. L'insicurezza viene vissuta come problema individuale, anche quando ha cause sistemiche. In questo senso, la paura non produce necessariamente conflitto politico o mobilitazione, ma isolamento dell'individuo e conseguente adattamento dello stesso.

Un aspetto centrale di questo meccanismo è che la vulnerabilità non viene mai completamente risolta. Può essere temporaneamente attenuata, ma non eliminata. Questo meccanismo permette al potere di presentarsi continuamente come necessario. La promessa non è quella di una sicurezza definitiva, ma di una protezione parziale e sempre rinnovabile. È una protezione che non libera, ma mantiene in dipendenza.

In questo quadro, la paura e l'insicurezza non funzionano come strumenti di coercizione diretta, bensì come dispositivi di orientamento, indirizzando le scelte, limitando le possibilità immaginabili, riducendo lo spazio del dissenso senza bisogno di reprimerlo apertamente. La vulnerabilità costante rende accettabile ciò che, in un contesto di maggiore stabilità, apparirebbe sproporzionato o ingiustificato.

Il contributo di Bauman, letto in questa prospettiva, mostra come il potere contemporaneo non abbia bisogno di produrre obbedienza attraverso la forza. Gli è sufficiente abitare l'insicurezza, renderla familiare, normalizzarla. Quando la vulnerabilità diventa il punto di partenza dell'esperienza sociale, la richiesta di protezione tende a prevalere su quella di autonomia. E in questo slittamento silenzioso si gioca una parte decisiva delle dinamiche di potere nelle società contemporanee.

4.5.3 Il passaggio da paure concrete a paure astratte e diffuse

Uno dei cambiamenti più significativi nelle società contemporanee riguarda la natura stessa della paura. Se in passato le paure erano spesso legate a minacce riconoscibili — una guerra, una carestia, un nemico identificabile — oggi tendono ad assumere una forma più vaga, meno circoscrivibile. Non scompaiono, ma cambiano qualità. È questo passaggio, da paure concrete a paure astratte e diffuse, che Bauman considera uno dei tratti distintivi della modernità avanzata.

Le paure concrete hanno un oggetto definito e, proprio per questo, consentono una risposta altrettanto definita. Si può individuare un pericolo, affrontarlo, difendersi, o almeno comprenderne i contorni. Le paure astratte, invece, non permettono questo tipo di elaborazione. Non indicano un luogo preciso, un momento, un responsabile chiaro. Sono paure che si insinuano nella quotidianità senza mai dichiararsi del tutto, ma senza nemmeno scomparire.

Bauman osserva che questa trasformazione è legata alla complessità crescente del mondo sociale. I rischi non sono più immediatamente visibili né direttamente controllabili dagli individui. Crisi

finanziarie, collassi ambientali, instabilità geopolitica, minacce tecnologiche o sanitarie non hanno un volto umano riconoscibile. Di conseguenza, la paura perde il suo carattere episodico e diventa una presenza costante, difficile da metabolizzare.

Questa forma di paura ha un effetto profondo sulla percezione del tempo. Non è più orientata verso un evento futuro da evitare o affrontare, ma verso una possibilità indefinita che potrebbe manifestarsi in qualsiasi momento. Il risultato è una tensione permanente, una vigilanza emotiva che non si spegne mai del tutto. L'individuo non vive nell'attesa di un pericolo preciso, ma nella sensazione che qualcosa potrebbe sempre andare storto.

Il passaggio alle paure astratte produce anche un cambiamento nel modo in cui viene costruita la narrazione politica. Quando il pericolo non è chiaramente identificabile e la paura non è più legata a un fatto, ma ad un clima, diventa più facile ridefinirlo di volta in volta. Ciò permette una maggiore flessibilità nell'uso politico dell'insicurezza che diventa il modello di gestione: ciò che oggi appare come minaccia può essere sostituito domani da un'altra, così che il senso generale di pericolo non venga mai meno.

In questo scenario, la paura smette di essere un segnale di allarme e diventa una condizione esistenziale. Non orienta più verso un'azione specifica, ma limita l'orizzonte delle possibilità. Le scelte vengono fatte non tanto in virtù di ciò che si teme e non di ciò che si desidera. La prudenza prende il posto dell'immaginazione, la difesa quello del progetto.

Bauman suggerisce che questa trasformazione rende le società contemporanee particolarmente vulnerabili a forme di potere che si presentano come gestione del rischio. Quando le paure sono astratte, non possono essere eliminate, ma solo adeguatamente amministrate. E colui il quale si propone come amministratore della paura acquista un ruolo centrale, anche in assenza di soluzioni reali.

Il passaggio da paure concrete a paure diffuse non significa quindi che le persone abbiano più paura di prima, ma che vivono in un ambiente emotivo più instabile, in cui l'insicurezza non ha un inizio né una fine chiara. È in questo spazio indefinito che la paura perde la sua funzione originaria di difesa e diventa una risorsa politica. Una risorsa silenziosa, difficile da contestare, perché non si oppone a qualcosa di preciso, ma a una sensazione che sembra sempre già giustificata.

4.5.4 La normalizzazione del controllo

Arrivati a questo punto, diventa difficile continuare a pensare lo Stato come qualcosa di esterno alla vita psichica collettiva, come una macchina neutra che applica regole in modo razionale. Lo Stato non è soltanto un insieme di istituzioni, ma è anche un modo di gestire ed organizzare l'ansia, di contenerla o di sfruttarla, di trasformarla in ordine. E, proprio perché lavora su questo piano, non opera solo attraverso la legge, ma attraverso la percezione: ciò che viene definito come "pericolo", ciò che viene indicato come "normale", ciò che viene reso accettabile in nome della sicurezza.

Il punto più delicato non è che esistano crisi, né che esista il bisogno di protezione. Il problema nasce quando la paura diventa la grammatica stabile con cui una società interpreta sé stessa. In quel momento, il controllo non appare più come un'eccezione, ma come una forma di cura. E ciò che dovrebbe restare temporaneo tende a permanere nel tempo, perché risponde a un bisogno emotivo che non viene mai davvero sciolto: la promessa che qualcuno, da qualche parte, possa eliminare l'incertezza.

È qui che si capisce perché certi dispositivi funzionano così bene anche senza violenza esplicita. La paura diffusa non ha bisogno di convincere con argomenti: orienta, restringe, seleziona. Decide cosa è pensabile e cosa non lo è, cosa è legittimo e cosa diventa subito sospetto. E quando lo spazio del pensabile si restringe, il potere non deve più imporsi: gli basta abitare quel vuoto e presentarsi come “necessario”.

Quando la sicurezza diventa la categoria emotiva dominante, la politica tende a trasformarsi in amministrazione del rischio. In quel contesto, il controllo smette di sembrare un’eccezione e inizia a presentarsi come forma normale di tutela. Più una società si abitua a vivere dentro una vulnerabilità permanente, più diventa disponibile a scambiare autonomia con protezione, pluralismo con compattezza, conflitto con obbedienza. E quando questo scambio si stabilizza, il potere non deve più forzare la democrazia: gli basta accompagnarne lo svuotamento, facendolo apparire come una scelta ragionevole.

Capitolo 5 – Possibili antidoti alle dinamiche di controllo basate sulla paura

5.1 Resilienza psicologica e consapevolezza individuale

5.1.1 Martin Seligman: strategie per evitare la regressione individuale e il conformismo sociale

I capitoli precedenti hanno mostrato come la paura possa spingere gli individui e la collettività verso forme di regressione, conformismo e delega nei confronti dello Stato.

Per completezza, occorre analizzare gli effetti della paura spostandosi dal piano dello Stato e delle masse al piano del singolo soggetto. E ciò non tanto per idealizzarlo, ma per comprendere quali condizioni rendano possibile resistere — anche solo parzialmente — a quelle dinamiche.

La nozione di resilienza psicologica, così come emerge nei lavori di Martin Seligman, è utile proprio perché non descrive una personalità invulnerabile, ma la capacità di non identificarsi completamente con l'impotenza appresa e con le narrazioni dominanti della paura.

Seligman (1975) parte dalla cruciale constatazione secondo la quale nel momento in cui gli individui sperimentano a lungo la sensazione di non avere il controllo sugli eventi, tendono a interiorizzare la passività. Non reagiscono più perché “non serve”. È il meccanismo della *learned helplessness*, che sul piano sociale si traduce nel conformismo, nell'adattamento, nella rinuncia al giudizio.

La resilienza, lungi dall'essere l'antitesi della paura, rappresenta il modo in cui la paura viene mentalmente trattata. Una persona resiliente non è quella che non prova insicurezza, ma quella che riesce a non trasformarla in destino. Questo implica una differenza fondamentale nel modo di interpretare ciò che accade: dove la regressione porta a leggere la realtà in termini rigidi e dicotomici, la resilienza introduce uno spazio di possibilità, anche minimo. Ed è proprio questo spazio che interrompe il meccanismo del conformismo.

Un primo elemento della resilienza è la consapevolezza dei propri processi mentali. Seligman insiste sul ruolo delle spiegazioni che ciascuno dà a sé stesso in virtù delle quali se un evento negativo viene percepito come totale, permanente e personale, aumenta la probabilità di rassegnazione. Se invece quel medesimo evento negativo viene interpretato come circoscritto, temporaneo e non completamente sotto il proprio controllo, la risposta tende a cambiare.

Trasportato sul piano politico e sociale, questo significa non interiorizzare automaticamente le narrazioni della paura come descrizioni definitive della realtà.

La consapevolezza individuale, in questo senso, non è semplice “informazione”. Infatti non basta sapere che esistono dinamiche di manipolazione o conformismo per esserne immuni. Si tratta piuttosto di riconoscere quando una risposta emotiva — paura, rabbia, bisogno di protezione — sta sostituendo il pensiero critico.

È una forma di vigilanza psicologica che riguarda il modo in cui si reagisce, non solo ciò che si pensa.

Un secondo aspetto della resilienza è la capacità di tollerare l'incertezza. Molte dinamiche autoritarie e conformiste si rafforzano proprio perché offrono una riduzione dell'angoscia presentando risposte semplici, confini netti o colpevoli chiari.

La resilienza, al contrario, implica una certa disponibilità a restare nel disagio, a non chiudere immediatamente il senso. È una posizione scomoda, ma politicamente decisiva. Dove l'individuo non sopporta l'ambiguità, tende a delegare; dove riesce a reggerla, mantiene una forma di autonomia.

Seligman sottolinea anche l'importanza del senso di efficacia personale. Non si tratta di controllare tutto, ma di riconoscere ciò su cui si può agire. In un contesto sociale dominato da paure diffuse e minacce astratte, recuperare anche piccoli margini di azione — nel linguaggio, nelle relazioni, nelle scelte quotidiane — diventa un antidoto alla passività. La regressione individuale, infatti, non avviene solo quando si obbedisce, ma quando si smette di percepirsi come soggetti capaci di incidere.

Questo punto è particolarmente rilevante rispetto al conformismo sociale. Conformarsi non è sempre il risultato di pressione esplicita; spesso è una scelta adattiva, dettata dal desiderio di non essere isolati, di non esporsi, di non “complicare le cose”. La resilienza non elimina questo desiderio, ma lo rende negoziabile.

In questo senso, la consapevolezza individuale non va letta come opposizione frontale al gruppo, ma come capacità di non dissolversi completamente in esso. È la possibilità di restare parte di una collettività senza rinunciare del tutto alla propria posizione soggettiva. E questa possibilità, per quanto fragile, ha un peso politico enorme perché è ciò che impedisce alla regressione di diventare totale.

Il contributo di Seligman mostra quindi che la resistenza alle dinamiche di paura e controllo non nasce necessariamente da grandi atti di ribellione, ma da piccoli processi psicologici quotidiani: come interpretiamo ciò che ci accade, quanto spazio lasciamo al dubbio, quanto accettiamo l'idea che “non c'è alternativa”. La resilienza non salva dalla pressione del potere, ma può impedire che quella pressione venga interiorizzata come unica realtà possibile.

5.2 Educazione del pensiero critico e strumenti di resistenza democratica

5.2.1 Come contrastare bias cognitivi e manipolazione delle informazioni

Uno dei problemi più delicati delle democrazie contemporanee non è la mancanza di informazioni, quanto il loro eccesso atteso che tutti noi siamo immersi in un flusso continuo di dati, opinioni, immagini, interpretazioni che si sovrappongono e si contraddicono l'una con l'altra. Il punto non è solo la quantità, ma la velocità di propagazione, la necessità di aggiornamento costante e la conseguente sensazione che fermarsi equivalga a restare indietro.

In questo contesto, la vulnerabilità nasce dalla fatica di orientarsi piuttosto che dalla mancata conoscenza.

Ed è in questa fase che entrano in gioco i bias cognitivi e la manipolazione delle informazioni.

I bias non sono semplici errori della mente, ma scorciatoie. Essi ci aiutano a decidere in fretta, a non restare paralizzati davanti alla complessità. Nella vita quotidiana i bias sono necessari e funzionano generalmente in maniera adeguata: ad esempio, permettono di fidarsi rapidamente di segnali familiari senza dover analizzare ogni dettaglio, di reagire prontamente a situazioni percepite come pericolose senza un'elaborazione razionale completa, oppure di prendere decisioni rapide in contesti ordinari — come scegliere un percorso, valutare una persona o stabilire priorità — riducendo il carico cognitivo. Tuttavia, pur nell'adeguatezza, il problema emerge quando queste stesse scorciatoie vengono applicate a fenomeni politici e sociali che, al contrario, richiederebbero tempo, confronto, lentezza per poter essere compresi e metabolizzati.

Il bias di conferma, ad esempio, ci porta a cercare ciò che rafforza le nostre convinzioni e a scartare quasi automaticamente ciò che le mette in discussione. È un meccanismo discreto, quasi invisibile. Basta scorrere i titoli di un social network dopo una notizia controversa: ci fermiamo più a lungo su ciò che “suona giusto”, che conferma un'intuizione già presente. Non è malafede, ma familiarità che

presta il fianco all'immediata critica e segnatamente che in un ecosistema mediatico frammentato, questa familiarità tende a ingenerare un atteggiamento di chiusura.

Contrastare i bias non significa eliminarli — sarebbe ingenuo pensarlo — ma imparare a intercettarli mentre operano. A volte basta una domanda in più: non solo “è vero?”, ma “perché mi convince così rapidamente?”. Spesso ciò che rende persuasiva un'informazione non è la sua solidità, ma la sua coerenza emotiva con ciò che già temiamo o desideriamo.

La manipolazione delle informazioni si innesta proprio in questo momento posto che non sempre passa attraverso la menzogna esplicita. La manipolazione può agire selezionando alcuni fatti e omettendone altri, isolando un dato dal suo contesto, ripetendo una narrazione fino a renderla familiare. E ciò che è familiare, con il tempo, tende a sembrare plausibile.

Per questo un'educazione al pensiero critico non può restare astratta. Non basta invitare al “dubbio”. Servono strumenti concreti: analisi delle fonti, verifica incrociata, distinzione tra opinione e dato, comprensione dei meccanismi algoritmici che regolano le piattaforme digitali. Sapere, ad esempio, che le piattaforme tendono a mostrarci contenuti simili a quelli che già consumiamo non risolve il problema, ma rende più difficile scambiare una bolla per il mondo intero.

C'è però un livello ancora più profondo, e forse più scomodo. Contrastare la manipolazione richiede una certa tolleranza per l'incertezza. Le narrazioni semplici rassicurano perché chiudono rapidamente il senso. Accettare che la realtà sia ambigua, che le informazioni siano incomplete, che le soluzioni siano parziali, espone a una fatica maggiore perché non offre sollievo immediato.

Eppure è proprio in questa fatica che si conserva uno spazio di autonomia.

In ultima analisi, la resistenza democratica non si costruisce solo all'interno delle istituzioni, ma dentro le abitudini mentali dei cittadini. Una società capace di riconoscere i propri automatismi cognitivi non diventa immune all'errore, ma impara a sospendere il giudizio prima di trasformarlo in posizione definitiva.

Ed è forse in questo intervallo tra stimolo e reazione, che si apre la possibilità di una scelta davvero autonoma.

5.2.2 Il pensiero critico nella tradizione liberale

Se il pensiero critico è una pratica, allora esso ha un'origine non potendo nascere dal nulla. Le sue radici affondano nella tradizione liberale, che ha legato la libertà politica alla libertà di giudizio in modo forse più radicale di quanto oggi si ricordi. Non si tratta soltanto di difendere diritti formali, ma di coltivare cittadini capaci di usare i propri diritti e di sostenerne il peso, che non è sempre leggero.

In John Stuart Mill (1959) si trova probabilmente la formulazione più chiara di questo nesso. La libertà di espressione, per Mill, non serve solo a proteggere chi parla, ma a proteggere la società dall'errore. Quando un'opinione viene messa a tacere, non si elimina semplicemente una voce scomoda; si riduce la possibilità di correggere le proprie convinzioni. Anche un'idea sbagliata può avere una funzione costruttiva quale quella di costringere le idee dominanti a giustificarsi, a non trasformarsi in abitudini mentali inconsapevoli.

Il punto, qui, non è celebrare il conflitto in sé — che può essere anche sterile — ma riconoscere che senza attrito le convinzioni tendono a irrigidirsi.

Un riferimento altrettanto decisivo è fornito dagli studi di Alexis de Tocqueville (1835-1840). Osservando la democrazia americana, egli aveva colto un rischio che non dipendeva da un potere centrale oppressivo, ma dalla pressione diffusa della maggioranza. La “tirannia della maggioranza” non si impone necessariamente con la legge, potendo estrinsecarsi attraverso il clima culturale, tramite ciò che si può dire senza esporsi troppo. È un meccanismo più sottile, e proprio per questo meno immediato da riconoscere.

Il conformismo, in questo quadro, non è solo paura. È anche desiderio di appartenenza, bisogno di non isolarsi. E questa ambivalenza rende la resistenza meno lineare di quanto una ricostruzione teorica possa suggerire.

Più vicino a noi, Isaiah Berlin (1969) ha distinto tra libertà “negativa” e libertà “positiva”. La libertà negativa riguarda l’assenza di interferenze; mentre la libertà positiva la possibilità effettiva di autodeterminarsi. La distinzione è nota, ma le sue implicazioni restano tutt’altro che esaurite. Senza strumenti culturali e cognitivi adeguati, la libertà negativa rischia di restare ancorata ad un piano meramente formale. Si può essere formalmente liberi di scegliere, ma non davvero in grado di orientarsi tra alternative complesse o tra informazioni costruite in modo strategico.

In questo senso, l’educazione al pensiero critico non è un’aggiunta opzionale alla democrazia. Essa, al contrario, rappresenta la sua condizione di funzionamento, che, purtroppo, spesso è trattata come accessoria.

La tradizione liberale insiste inoltre sul concetto di responsabilità, elemento che tende a essere messo in secondo piano. La libertà non è soltanto un diritto rivendicato dai più, ma è assunzione di un compito. Il concetto stesso di libertà implica accettazione che il conflitto possa non essere un’anomalia, che la pluralità non possa essere ridotta a un’unica voce rassicurante senza pagare un prezzo. È una posizione meno confortevole, ma forse più matura.

Richiamare questi autori non è quindi un esercizio puramente storico, ma l’unico modo per ricordare che la democrazia non si mantiene automaticamente. Essa può conservare le sue procedure storiche e tuttavia perdere vitalità se i cittadini rinunciano — anche gradualmente — a esercitare il giudizio.

5.3 Sistemi politici resilienti alla paura

5.3.1 Amartya Sen: la democrazia come strumento di gestione, non repressiva, della paura sociale

Se nei capitoli precedenti abbiamo visto come la paura possa irrigidire le istituzioni e spingere verso forme di controllo sempre più strette, negli studi di Amartya Sen (1999) la prospettiva cambia drasticamente. La domanda non è più esaminare e cercare di comprendere come il potere sfrutti la paura, ma in che modo un sistema politico possa attraversare la paura stessa senza trasformarla in repressione. È in questo passaggio che il contributo di Amartya Sen diventa particolarmente significativo.

Sen (1999) parte da un’idea apparentemente semplice: la democrazia non è soltanto un insieme di procedure elettorali, ma un processo pubblico di discussione. Non è un meccanismo che elimina il conflitto, ma uno spazio che lo rende visibile e trattabile. In questa visione, la paura sociale non deve essere soppressa o deviata verso un nemico, ma portata all’interno del dibattito pubblico, ove può e deve essere riconosciuta e analizzata.

Uno dei punti centrali del pensiero di Amartya Sen si fonda sull'assunto che le carestie, le crisi e le molte tragedie collettive non derivano solo dalla scarsità materiale, ma dall'assenza di voce politica. In una realtà in cui esiste una stampa libera, un'opposizione attiva, un'opinione pubblica che può esprimersi senza timore, i governi sono costretti a rispondere. La democrazia, in questo senso, funziona come meccanismo di allerta e correzione. Non elimina la paura, ma impedisce che venga silenziata o strumentalizzata.

La gestione non repressiva della paura implica il delicato passaggio della trasformazione dell'insicurezza in domanda politica, non in richiesta di protezione cieca. Quando le persone possono discutere apertamente le cause del proprio disagio, sia esso economico, culturale o identitario, la paura perde parte del suo carattere amorfo divenendo argomento e non solo emozione. E un'emozione che entra nel discorso pubblico è già meno manipolabile.

Sen (1999) insiste molto sulla dimensione delle "capabilities", cioè le capacità effettive degli individui di scegliere e agire. Una società resiliente alla paura non è quella che promette sicurezza assoluta, ma quella che amplia le possibilità concrete degli individui che la compongono. Quanto più il singolo ha accesso a istruzione, informazione, partecipazione e tutele reali, meno è incline a delegare completamente il proprio destino a un'autorità che si presenta come unica protezione.

Amartya Sen non manca di evidenziare l'aspetto culturale decisivo secondo il quale la democrazia è anche pratica di pluralismo, condizione che permette di riconoscere che i concetti di identità e di appartenenza non sono monolitiche. Nel momento in cui una società accetta di essere composta da differenze legittime, la paura dell'"altro" tende ad attenuarsi. Essa non scompare, ma non diventa automaticamente minaccia esistenziale. La pluralità, se normalizzata, riduce il bisogno di costruire i nemici simbolici per sentirsi coesi.

In questo quadro, un sistema politico resiliente alla paura non si misura dalla quantità di strumenti repressivi che possiede, ma dalla qualità delle sue istituzioni deliberative, dalla sua trasparenza, dalla libertà di critica, dalla capacità di correggersi. La democrazia, per Sen, non è fragile per definizione, ma lo diventa quando rinuncia alla discussione pubblica e sceglie la scorciatoia dell'ordine imposto.

Di conseguenza, la paura non è un'anomalia della vita politica, ma una sua componente strutturale che deve essere trattata nel momento adeguato. La paura può essere trasformata in consenso passivo attraverso il controllo, dando così luogo a forme di stabilità apparente e dipendenza. Oppure può essere trasformata in partecipazione attiva attraverso il confronto, diventando così adattamento e, soprattutto, apprendimento.

Ecco perché la resilienza democratica non consiste nell'assenza di crisi, ma nella capacità di attraversare le crisi che si susseguono senza sacrificare la libertà che dovrebbe proteggerle. A tal fine, Amartya Sen non offre una visione ingenua della democrazia; ma ne riconosce i suoi limiti, le sue lentezze e le relative imperfezioni. Ed è proprio in quella lentezza, in quella esposizione al dissenso, vede la condizione necessaria perché la paura non diventi il linguaggio dominante del potere.

Conclusioni

Viene da chiedersi che cosa accada quando la paura smette di albergare all'interno del singolo e diventa una forza collettiva? Più si va avanti, più ci si accorge che non è una questione "di quantità" di soggetti interessati perché più individui provano paura nello stesso momento. Piuttosto la paura, quando circola, cambia funzione. Diventa un linguaggio comune, un filtro condiviso, una lente attraverso cui si inizia a leggere il mondo. E quando una società comincia a leggere il mondo attraverso la paura, non cambiano solo le emozioni, ma tutto viene coinvolto perché mutano i comportamenti, le soglie di tolleranza, le scelte politiche che appaiono accettabili e, soprattutto, il modo in cui viene vissuta l'idea stessa di libertà.

All'inizio, a livello individuale, la paura è anche qualcosa di "sensato" perché è una reazione che serve a orientarsi in una situazione percepita come minacciosa. Il problema non è tanto la sensazione della paura, ma come la paura incide sulla mente quando essa diventa la condizione dominante. Perché la paura non è neutra, non è un semplice "sentimento" che si aggiunge ai pensieri. La paura modifica i pensieri, spinge verso scorciatoie cognitive, restringe la capacità di tenere insieme più variabili, rende più difficile tollerare l'ambiguità, come evidenziato dagli studi sui processi decisionali di Daniel Kahneman (2011) e dalle ricerche sulla percezione del rischio di Paul Slovic (1987). In pratica, riduce la complessità. E ridurre la complessità è comprensibile a livello psicologico perché in una condizione di stress il cervello cerca stabilità, secondo quanto mostrato anche dagli studi sulla risposta allo stress di Joseph LeDoux (1996). La riduzione della complessità estrinseca i suoi effetti decisivi quando ci si sposta su un piano politico, perché la complessità è il terreno naturale della democrazia, mentre la semplificazione è il terreno naturale del controllo, come suggeriscono le riflessioni di Zygmunt Bauman (2006) sulla modernità liquida e di Hannah Arendt (1951) sulla semplificazione ideologica nei regimi totalitari.

C'è un concetto che ritorna sempre, anche quando non lo si dice esplicitamente: sotto paura, il bisogno di sicurezza tende a precedere quello di libertà. Ciò non deve essere inteso nel senso che la libertà non abbia più valore, ma il mantenimento della libertà appare meno urgente. È un cambio di priorità nella scala dei valori. E quando questo cambio di priorità avviene su larga scala, si trasforma in atmosfera sociale. Si percepisce nelle conversazioni, nei discorsi pubblici, nei modi in cui si definisce ciò che è "ragionevole". È lì che la paura smette di essere una reazione e diventa un clima. E quando un clima emotivo si stabilizza, produce conseguenze anche su soggetti che, individualmente, magari non si sentirebbero nemmeno particolarmente spaventati, ma, come tristemente noto, l'ambiente ti prende, ti orienta, ti mette addosso certe cornici senza chiedere permesso.

In quel momento, la paura smette di essere solo un vissuto e diventa un collante identitario. Se la società si sente minacciata, il "noi" tende a chiudersi, a definire più rigidamente i confini. E insieme al "noi" nasce anche un "loro". Non necessariamente in modo esplicito, non necessariamente con una propaganda brutale. Spesso è più sottile: certe categorie vengono caricate di significato, certe differenze diventano sospette, certe posizioni vengono lette come mancanza di lealtà. Il dissenso, che in teoria è fisiologico in un sistema democratico, comincia a sembrare un fastidio, una perdita di tempo, o, peggio, una minaccia. Questo è uno snodo di particolare rilevanza, perché nel momento in cui il dissenso viene percepito come destabilizzazione, la società diventa più disponibile a rinunciare a pezzi di pluralismo pur di sentirsi "unita".

E qui si entra nella parte più scomoda del discorso, quella che spesso è difficile anche solo nominare senza irrigidirsi: il controllo sociale non si costruisce solo con la forza, ma con l'adesione. Molte

derive autoritarie non iniziano con la violenza aperta, ma con la legittimazione emotiva. L'emergenza, la minaccia, il senso di urgenza diventano argomenti che spostano le regole dapprima in modo temporaneo, poi in modo stabile. Le misure eccezionali vengono accettate perché sembrano "necessarie". E più si accettano misure eccezionali, più si interiorizza l'idea che il mondo sia effettivamente troppo pericoloso per essere gestito con i normali strumenti democratici. È un circolo: la paura giustifica il controllo, e il controllo conferma la paura.

Questa è una dinamica che funziona anche senza un "cattivo" dichiarato. Non serve sempre un leader che manipola consapevolmente. A volte basta che una società sia emotivamente stanca o che si senta esposta, incerta, sotto pressione. In quel contesto, le scorciatoie diventano seducenti perché "serve ordine", "serve un intervento rapido", "non è il momento di discutere". E il potere, quando si trova davanti una domanda collettiva di protezione, tende naturalmente a rispondere nel modo che gli è più congeniale cioè espandendo la propria capacità di controllo. Non necessariamente per complotto, ma perché la logica istituzionale è anche quella: sopravvivere, mantenere coerenza, ridurre instabilità.

Per questo, lungo il lavoro, la paura è emersa come qualcosa che "tocca" anche le istituzioni. Non sono solo gli individui ad avere ansia: anche gli apparati politici reagiscono. Lo Stato, in periodi di minaccia percepita, tende a comportarsi come un organismo in difesa: irrigidisce, anticipa, controlla. La prevenzione diventa controllo e quando ciò accade il confine tra tutela e limitazione si fa scivoloso. Non sempre si vede. Anzi: spesso è proprio il fatto che non si vede a renderlo pericoloso, perché la normalizzazione è una forma potente di dominio. Se una società si abitua a vivere in uno stato di allerta, smette gradualmente di chiedersi "dov'è il limite?".

Qui entra una delle idee chiave che questa tesi ha cercato di mettere in evidenza, cioè che la paura è un linguaggio politico. Non è solo una reazione, ma una risorsa. La paura può essere alimentata, amplificata, selezionata e gestita. Ed è esattamente in questo spazio che il controllo sociale diventa spesso più efficace e non attraverso la repressione palese, ma attraverso l'abitudine. Quando le persone interiorizzano un clima di minaccia costante, modificano spontaneamente il proprio comportamento. Si autocensurano, evitano il conflitto, accettano restrizioni, smettono di immaginare alternative. Non perché qualcuno li obblighi ogni giorno, ma perché imparano che è più sicuro così.

Ecco perché riconoscere le dinamiche della paura è così importante. Non perché "capire" renda immuni, ma perché rende più difficile essere guidati senza accorgersene. Finché la paura resta implicita, finché non viene nominata e osservata, tende a lavorare in automatico. Nel momento in cui la si porta alla luce — non in modo moralistico, ma analitico — si crea un minimo di distanza tra emozione e decisione. È una cosa piccola, ma cambia tutto. Perché la libertà, alla fine, non è solo un diritto scritto, ma è quella distanza, è la possibilità di non reagire immediatamente, è lo spazio tra stimolo e risposta.

E qui si arriva al nodo della libertà individuale. Di solito, quando si parla di libertà, si pensa ai diritti, alle costituzioni, alle garanzie. Tutti concetti mirabili e veritieri, ma il fine principale di questo elaborato è dimostrare che la libertà ha anche una base psicologica. La libertà è una postura interna. Non è solo "poter fare", ma anche "poter pensare", poter dubitare, poter tollerare l'incertezza senza scappare verso la semplificazione, poter restare nel conflitto senza trasformarlo in guerra. Queste azioni non sono automatiche. Anzi, sono faticose. E la paura rende tutto questo ancora più faticoso.

Il futuro della libertà individuale, per come lo si può intravedere dentro questo quadro, dipenderà molto da una questione semplice: quanto saremo in grado di reggere l'incertezza senza trasformarla in richiesta di protezione assoluta. Perché la tentazione più forte, quando si vive in un mondo instabile, è quella di scambiare sicurezza con libertà senza nemmeno rendersene conto. E questa non è una

“scelta cattiva” nel senso morale: è una scelta emotiva, spesso comprensibile, spesso umanissima. Però è una scelta che, se diventa collettiva e stabile, cambia la forma stessa della società.

Il rischio più grande non è solo quello di perdere i diritti in modo improvviso. Il rischio più grande, dal punto di vista psicologico, è la delega come abitudine. Quando l'insicurezza dura a lungo, quando la vulnerabilità diventa sfondo permanente, l'individuo può interiorizzare una logica di rinuncia secondo la quale è meglio non esporsi, è meglio non discutere, è meglio non complicare. È meglio “stare dalla parte giusta”. È meglio aderire. È una forma di regressione silenziosa. E la cosa inquietante è che spesso non viene vissuta come perdita, ma come sollievo. Perché la libertà, quando è davvero libertà, richiede responsabilità. E la responsabilità ha un peso considerevole.

In questo senso, la libertà individuale non è mai una condizione acquisita una volta per tutte. È un equilibrio dinamico. Dipende dal contesto sociale, certo, ma dipende anche dalle competenze emotive e cognitive che una società coltiva. Se una cultura educa al dubbio, alla complessità, alla pluralità, rende più probabile che gli individui resistano al conformismo. Se una cultura premia solo l'appartenenza e punisce la sfumatura, rende più probabile che l'individuo si protegga aderendo. Non è questione di “buoni” o “cattivi”. È questione di contesti, abitudini, possibilità.

E oggi, una delle variabili decisive è l'ambiente informativo. Non solo perché esistono manipolazioni o disinformazione, ma perché la velocità stessa del flusso informativo tende a favorire risposte emotive immediate. La rapidità accorcia il tempo della riflessione. Se tutto richiede una reazione istantanea, diventa più difficile sospendere il giudizio. E senza sospensione del giudizio, la libertà cognitiva si indebolisce. Non perché qualcuno la proibisca, ma perché non c'è più spazio mentale per esercitarla. Da un punto di vista psicologico, difendere la libertà significa anche difendere la lentezza, l'attenzione, la capacità di non trasformare ogni stimolo in una posizione definitiva.

C'è poi un elemento che spesso si dimentica: la libertà non è solo scegliere tra alternative già date, è anche immaginare alternative nuove. Quando la paura domina, l'immaginazione si restringe. Si pensa in termini di difesa, non di progetto. Ci si muove per evitare il peggio, non per costruire il meglio. Una società che vive in stato di allerta permanente tende a ridurre la politica a mera gestione del rischio. Ed è in questo momento che la democrazia sopravvive magari formalmente, ma si svuota nella sostanza. Rimangono le procedure, ma si perde lo slancio.

Arrivati qui, la domanda sul futuro non è: “spariranno le minacce?” perché ciò non accadrà. Le crisi ci saranno. L'incertezza ci sarà. Il punto è diverso: saremo capaci di attraversare le crisi senza trasformare automaticamente l'insicurezza in controllo? Saremo capaci di riconoscere quando la paura sta facendo da scorciatoia politica? Saremo capaci di distinguere tra protezione necessaria e restrizione opportunistica? E, soprattutto, saremo capaci di mantenere vivo quel minimo spazio interno — tra emozione e scelta — che permette alla libertà di esistere davvero?

Questa tesi, in fondo, non sostiene che la paura sia “il male” o che la sicurezza sia “una trappola”. Sarebbe una semplificazione, e sarebbe anche incoerente con tutto ciò che abbiamo esaminato. La paura è parte della condizione umana. La sicurezza è un bisogno reale. Il problema nasce quando la paura diventa la grammatica dominante con cui una società interpreta la realtà, e quando la sicurezza diventa l'unico valore che sembra contare. In quel passaggio, il controllo si normalizza. E normalizzandosi, diventa invisibile.

La libertà non viene difesa soltanto nelle leggi, viene difesa ogni giorno, nelle abitudini mentali e emotive. Nella capacità di reggere il dubbio. Nel coraggio — che non è eroico, è quotidiano — di non confondere appartenenza con verità. Nella scelta di non delegare tutto a qualcuno che promette di eliminare l'incertezza. Perché l'incertezza non si elimina. Si attraversa. E una democrazia matura,

probabilmente, è proprio questo: una società che riesce ad attraversare l'insicurezza senza trasformarla in obbedienza.

La paura non può essere eliminata dalla vita politica. Però può essere riconosciuta, nominata, elaborata. Può diventare un'occasione di consapevolezza invece che uno strumento di controllo. Non è una soluzione definitiva, non è una promessa ottimistica. È un lavoro continuo, fragile, mai garantito. Ma è anche l'unico modo realistico per parlare di libertà senza ridurla a una parola bella da scrivere in una costituzione. Perché, prima di essere difesa nelle istituzioni, la libertà deve essere sostenuta nella mente. E se questo lavoro ha un senso, sta soprattutto qui: rendere visibile il punto in cui la paura smette di essere una reazione e diventa una forma di potere.

Nel corso della stesura della presente tesi sono stati utilizzati in misura limitata strumenti di intelligenza artificiale a supporto delle attività di ricerca e revisione. In particolare, tali strumenti sono stati impiegati per l'individuazione di autori pertinenti ai temi trattati, per la formattazione della bibliografia secondo lo stile APA e per il controllo grammaticale del testo.

Bibliografia

- Agamben, G. (1995). *Homo sacer: Il potere sovrano e la nuda vita*. Einaudi.
- Agamben, G. (2003). *Stato di eccezione*. Bollati Boringhieri.
- Agamben, G. (2020). *A che punto siamo? L'epidemia come politica*. Quodlibet.
- Arendt, H. (1951). *The origins of totalitarianism*. Harcourt, Brace & Company.
- Asch, S. E. (1951). Effects of group pressure upon the modification and distortion of judgments. In H. Guetzkow (Ed.), *Groups, leadership and men* (pp. 177–190). Carnegie Press.
- Bauman, Z. (2000). *La società dell'incertezza*. Il Mulino.
- Bauman, Z. (2003). *Modernità liquida*. Laterza.
- Bauman, Z. (2006). *Paura liquida*. Laterza.
- Bauman, Z. (2013). *Vite di scarto*. Laterza.
- Beck, U. (1986). *Risikogesellschaft: Auf dem Weg in eine andere Moderne*. Suhrkamp.
- Berlin, I. (1969). Two concepts of liberty. In *Four essays on liberty*. Oxford University Press.
- Cannon, W. B. (1932). *The wisdom of the body*. W. W. Norton.
- Chomsky, N. (2002). *Media e potere*. Il Saggiatore.
- Chomsky, N., & Herman, E. S. (1988). *Manufacturing consent: The political economy of the mass media*. Pantheon Books.
- Conquest, R. (1968). *The Great Terror: Stalin's purge of the thirties*. Macmillan.
- Foucault, M. (1975). *Sorvegliare e punire*. Einaudi.
- Foucault, M. (1976). *La volontà di sapere*. Feltrinelli.
- Freud, A. (1936). *L'Io e i meccanismi di difesa*. Bollati Boringhieri.
- Freud, S. (1915). *Pulsioni e loro destini*. In *Opere* (Vol. 8). Bollati Boringhieri.
- Freud, S. (1921). *Psicologia delle masse e analisi dell'Io*. In *Opere* (Vol. 9). Bollati Boringhieri.
- Freud, S. (1923). *L'Io e l'Es*. In *Opere* (Vol. 9). Bollati Boringhieri.
- Fromm, E. (1941). *Escape from freedom*. Farrar & Rinehart.
- Gigerenzer, G. (2007). *Gut feelings: The intelligence of the unconscious*. Viking.
- Gilovich, T., Griffin, D., & Kahneman, D. (Eds.). (2002). *Heuristics and biases: The psychology of intuitive judgment*. Cambridge University Press.
- Girard, R. (1972). *La violence et le sacré*. Grasset.
- Girard, R. (1982). *Il capro espiatorio*. Adelphi.
- Girard, R. (2003). *Vedo Satana cadere come la folgore*. Adelphi.

- Glassner, B. (1999). *The culture of fear: Why Americans are afraid of the wrong things*. Basic Books.
- Hopper, E., & Weinberg, H. (Eds.). (2001). *The social unconscious: Selected papers*. Jessica Kingsley Publishers.
- Janis, I. L. (1982). *Groupthink: Psychological studies of policy decisions and fiascoes* (2nd ed.). Houghton Mifflin.
- Kaës, R. (1976). *L'appareil psychique groupal: Constructions du groupe*. Dunod.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. Farrar, Straus and Giroux.
- Lasswell, H. D. (1930). *Psychopathology and politics*. University of Chicago Press.
- Lasswell, H. D. (1948). *Power and personality*. W. W. Norton.
- Lasswell, H. D. (1951). *Democracy through public opinion*. George Banta Publishing Company.
- Le Bon, G. (1895). *Psicologia delle folle*. Newton Compton.
- LeDoux, J. E. (1996). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. Simon & Schuster.
- Lerner, J. S., & Keltner, D. (2001). Fear, anger, and risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 146–159.
- Levitsky, S., & Ziblatt, D. (2018). *Come muoiono le democrazie*. Laterza.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Milgram, S. (1963). Behavioral study of obedience. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67(4), 371–378.
- Mill, J. S. (1859). *On liberty*. John W. Parker and Son.
- Reich, W. (1933). *Psicologia di massa del fascismo*. Einaudi.
- Reicher, S. D. (1984). The St Pauls' riot... *European Journal of Social Psychology*, 14(1), 1–21.
- Schmitt, C. (1932). *Il concetto del politico*. Il Mulino.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Learned helplessness*. W. H. Freeman.
- Seligman, M. E. P. (1990). *Learned optimism*. Knopf.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.
- Sen, A. (1981). *Poverty and famines*. Clarendon Press.
- Sen, A. (1999). *Development as freedom*. Knopf.
- Sen, A. (2006). *Identity and violence*. W. W. Norton.
- Slovic, P. (1987). Perception of risk. *Science*, 236(4799), 280–285.
- Sunstein, C. R. (2002). The law of group polarization. *Journal of Political Philosophy*, 10(2), 175–195.
- Sunstein, C. R. (2009). *Going to extremes*. Oxford University Press.

- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33–47). Brooks/Cole.
- Tocqueville, A. de. (1835–1840). *Democracy in America*. Gosselin.
- Tooby, J., & Cosmides, L. (1992). The psychological foundations of culture. In J. H. Barkow et al. (Eds.), *The adapted mind* (pp. 19–136). Oxford University Press.
- Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). Judgment under uncertainty. *Science*, 185(4157), 1124–1131.
- Volkan, V. D. (1997). *Bloodlines: From ethnic pride to ethnic terrorism*. Farrar, Straus and Giroux.
- Volkan, V. D. (2001). Transgenerational transmissions... *Group Analysis*, 34(1), 79–97.
- Volkan, V. D. (2006). *Killing in the name of identity*. Pitchstone Publishing.
- Wason, P. C. (1960). On the failure to eliminate hypotheses in a conceptual task. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 12(3), 129–140.
- Zimbardo, P. G. (1969). The human choice. In W. J. Arnold & D. Levine (Eds.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 237–307). University of Nebraska Press.