

# Sì, sì, sì... e ancora sì! L'agire per compiacenza

Cinzia Messana\*

**N**ella pratica educativa come anche nella prassi clinica sia di carattere preventivo che psicoterapeutico, non è raro incontrare persone che manifestano comportamenti compiacenti, di acquiescenza che sembra acritica, grazie ai quali evitano di prendere posizione in prima persona e di mostrarsi in quello che realmente sentono, pensano e vogliono. Si tratta di persone che, se interpellate, sono solite rispondere con frasi del tipo: «Non ho niente da dire», «Sono d'accordo con gli altri», «La penso come lui, come lei», «Decidete voi» e così via. È un modo di agire che si può riscontrare sia nell'ambito di una relazione diadica che di gruppo e può suscitare, in chi ne è spettatore, reazioni molto diverse che vanno dal disprezzo e dal fastidio all'approvazione e al riconoscimento positivo.

In questo articolo vogliamo analizzare l'impatto che tale condotta può avere non solo sugli altri ma anche sulla persona che la realizza, cercare anche di comprenderne il significato alla luce del contributo di alcuni autori che se ne sono espressamente interessati, per vedere poi quali indicazioni e spunti di intervento se ne possono trarre.

## Compiacenza e risoluzione dei problemi

Al pari di altri comportamenti (quali, ad esempio, il prevaricare, l'essere contrari per partito preso, creare inutili distrazioni), compiacere sempre e comunque è una barriera comunicativa che interferisce con la creazione di un positivo clima relazionale affettivo e operativo in vista del raggiungimento di un obiettivo comune, soprattutto quando si vuole trovare una soluzione comune ad un problema<sup>1</sup>. Al contrario di quanto ci si possa aspettare, quando si lavora in gruppo il conformarsi passivamente alle idee altrui, accettarle a priori, lasciare agli altri la responsabilità di decidere senza assumere una posizione, può essere un ostacolo in quanto si privano gli altri del proprio apporto e si instaura un appiattimento che piano piano finisce per «gettare acqua sul fuoco», cioè sulla vivacità, sulla creatività, sul desiderio di esserci e contribuire ad una meta comune.

D'altra parte è anche vero che è utile che in un gruppo ci siano persone concilianti, disposte ad accogliere il punto di vista altrui e a farlo proprio, che sappiano dire di sì agli altri, perché questo può aiutare a superare contrapposizioni sterili, a trovare un consenso comune, instaurando un atteggiamento di cooperazione.

Quello che, dunque, fa la differenza non è tanto il comportamento in sé di acconsentire o meno, di allinearsi o meno al parere altrui, quanto il processo decisionale che sta alla base di tale condotta, il perché venga messa in atto, il senso che essa ha per la persona che la realizza.

In questa prospettiva possono essere utili alcune ipotesi interpretative sul comportamento compiacente, che andiamo sinteticamente a delineare.

---

\* Docente di psicologia della personalità, Facoltà di Scienze dell'Educazione dell'Università Pontificia Salesiana, Roma.

## **Compiacere per alleviare l'angoscia**

La psicanalista Karen Horney<sup>ii</sup> si è occupata delle condizioni educative e sociali che possono favorire o meno lo sviluppo sano della personalità.

In particolare l'autrice ha posto l'accento sull'importanza di crescere in un contesto educativo affettuoso ed accogliente dell'unicità della persona. Quando invece, per motivi vari, un bambino sperimenta la mancanza d'amore e di calore, di protezione, di accettazione nelle sue iniziative da parte degli adulti a lui vicini, avrà difficoltà a sviluppare quel senso di appartenenza a partire dal quale sentirsi al sicuro; tenderà, piuttosto, a sentirsi solo in un mondo percepito ostile, a sviluppare sentimenti d'ostilità che però deve tenere a bada per paura di perdere la fonte della sua protezione, sperimentando, così, un senso generale d'apprensione che l'autrice chiama «angoscia di base».

Per proteggersi da tale angoscia diventa, allora, prioritario ricercare la sicurezza, e tra le strategie che il bambino può adottare c'è quella di essere remissivo, sottomesso, preoccupato di accontentare gli altri per garantirsi l'amore. Se scopre che l'essere accontentante è un buon modo per risolvere i conflitti, è molto probabile che continuerà ad esserlo. Questo lo si riscontra spesso in persone che sono cresciute prevalentemente con figure significative dal carattere imperioso oppure molto ammirate, il cui affetto e attenzione si potevano conquistare solo ossequiandole e accontentandole.

Adottare questa strategia (come anche altre possibili quali il voler dominare o l'isolarsi), non è di per sé disfunzionale ma costituisce il modo migliore che la persona ha potuto trovare, vivendo in una determinata situazione, per alleviare l'angoscia di base e mettere insieme il desiderio d'amore e il desiderio di indipendenza, di relazione e di crescita autonoma, cercando così di risolvere il conflitto tra le tendenze naturali ad andare «verso», «contro», o «lontano da» gli altri.

Tuttavia, quanto più è intensa l'angoscia di base sperimentata, tanto più si tenderà ad *esasperare* la strategia che si è trovata utile, finendo per mortificare l'espressione del Sé reale. Nel caso della scelta remissiva, la persona sarà soprattutto preoccupata di compiacere, di placare l'altro, di evitare i contrasti e l'espressione della propria ostilità, per paura di non saper reggere e non saper affrontare l'eventuale ostilità altrui; tenderà ad appoggiarsi agli altri per garantirsi la sicurezza, non sentirsi inferiore e non all'altezza; reprimerà la propria tendenza ad autorealizzarsi pur di avere affetto e riconoscimento. In questa prospettiva, dunque, non sorprende che l'affermarsi, il prendere posizione e il differenziarsi dagli altri possa essere percepito e vissuto come minaccioso.

## **Compiacere come risposta allo stress**

Lo stile conciliante è uno degli stili comunicativi (oltre a quello aggressivo, intellettuale, distratto) che, secondo la terapeuta familiare Virginia Satir<sup>iii</sup>, si può scegliere di adottare, molto spesso a livello inconscio, quando ci si trova in una condizione di stress soprattutto relazionale. In questi casi, presentarsi in modo dimesso, dire prontamente sì, usare toni concilianti per evitare che l'altro si alteri, è un modo per proteggersi dalla minaccia di essere rifiutati; un modo per nascondere le proprie debolezze, la bassa stima di sé, nella speranza che, se si è sufficientemente buoni, si avranno delle conseguenze positive.

Con questo stile relazionale, per cavarsela da situazioni complicate e percepite come minacciose, si fa decidere agli altri, ci si accoda a loro. Ma così facendo, si finisce con il rinforzare il proprio senso d'insicurezza perché costruire rapporti sbilanciati dove si dipende dagli altri per prendere una decisione, conferma l'idea che gli altri sono più in gamba, e la stima di sé si abbassa ulteriormente. A ciò si aggiunge l'impatto che questo modo di comunicare ha sugli altri: infatti il compiacente può anche essere gradito e fare comodo, ma alla fine non è preso come persona sincera e degna di fiducia, rinforzando così, nella persona conciliante, il vissuto di essere inadeguata nelle relazioni, non degna di stima.

Tuttavia è riduttivo collegare l'uso di uno stile comunicativo compiacente solo al fatto di avere un bassa stima di sé. Essere concilianti favorisce anche un sano senso di subordinazione e una certa flessibilità nelle relazioni: aiuta ad essere aperti agli altri e non solo ad essere assertivi, ad accettare il loro punto di vista e, se necessario, chiedere anche scusa e riconoscere i propri errori e limiti.

### **Compiacere come strategia protettiva**

Secondo l'analisi transazionale ogni persona -a partire soprattutto dalle esperienze infantili nelle quali si intuiscono quali sono i comportamenti approvati dai genitori e quali no- si costruisce un «copione», un piano inconscio<sup>IV</sup>, un programma di vita, che serve ad orientarsi, a regolare la propria condotta cercando di salvaguardare l'amore delle persone care ma anche le aspirazioni autonome a svilupparsi.

Tra gli elementi del copione ci sono le «contro-ingiunzioni», intese come messaggi ricevuti dai genitori, e fatti propri, su qual è un buon modo di agire in un dato contesto; una di queste contro-ingiunzioni è il «compiaci» (altre sono: «lavora sodo», «sbrigati», «sii forte», «sii perfetto»).

Compiacere, essere forti, perfetti... vanno a costituire dei normativi personali assunti dal contesto in cui si cresce e scelti dalla persona in quanto considerati utili, protettivi nell'ambiente in cui vive<sup>V</sup>. Ad esempio, un bambino può aver imparato che è molto pericoloso contraddire il genitore o un insegnante che diventa violento quando si arrabbia, e dunque può decidere che è meglio non contrariarlo ma accontentarlo. Fin da bambini impariamo dall'esperienza che alcuni comportamenti, quali il compiacere, sono utili per inserirci efficacemente nella famiglia, nel gruppo, nella cultura in cui viviamo, sono efficaci per risolvere alcuni problemi, sono funzionali al saper essere attenti alle esigenze altrui.

Tuttavia il compiacere, come le altre contro-ingiunzioni, diventa disfunzionale e restrittivo per lo sviluppo della persona se viene mantenuto in modo rigido e pervasivo, dicendo sempre sì a tutto e a tutti, considerando il non compiacere come un rischio troppo minaccioso per sé, nonostante si viva in contesti e situazioni diverse; quello che era stato protettivo nella propria infanzia (come il compiacere un genitore violento), da adulti viene ripetuto *automaticamente* anche nei confronti di persone che non sono minacciose, che sono anche interessate ad ascoltare punti di vista diversi o con le quali si avrebbe anche un maggior potere contrattuale. In questo caso la persona ha assolutizzato l'idea che solo se sarà compiacente potrà avere l'amore, la stima, l'accettazione che desidera dagli altri, e così si impedisce di esprimersi, limitando il proprio funzionamento e sviluppo autonomo.

La diversa valenza che può avere il compiacere è stata evidenziata anche da una ricerca a livello empirico<sup>VI</sup>. È risultato, infatti, che coloro che hanno un basso livello di compiacenza tendono a porsi nelle relazioni in modo unilaterale, a partire dal proprio punto di vista e sono poco propensi a tener presenti le esigenze altrui. Chi invece ha un alto livello di compiacenza, tende ad avere una percezione poco chiara delle proprie esigenze, risulta molto controllato e limitato nell'essere creativo e nel dirigere la propria vita secondo un'intenzionalità autonoma. Questi due estremi sono collegati sia ad un'affettività ambivalente, tra polarità positive e negative, che ad una scarsa capacità di autentica empatia con l'altro. Chi invece ha un livello medio di «compiaci» sa coniugare iniziativa creativa e capacità di collaborare con gli altri, riuscendo così ad affrontare costruttivamente le divergenze e attivandosi in modo collaborativo alla ricerca di soluzioni comuni soddisfacenti.

### **Spunti pratici**

- ✓ Sulla base di quanto si è visto, una prima considerazione che possiamo fare è che davanti ad una persona compiacente è utile disporsi con atteggiamento di comprensione, nonostante ci si possa sentire irritati, infastiditi, sfavorevolmente

impressionati perché si ha la percezione di avere a che fare con una persona sfuggente, infantile, che non collabora costruttivamente, senza spina dorsale.

- ✓ Sebbene in alcuni casi possa essere vero che chi preferisce compiacere lo fa per non fare la fatica di pensare, di scegliere, per non assumersi le proprie responsabilità, va anche considerato che la scelta compiacente può invece essere la protezione che una persona sta mettendo in atto quando non si sente sicura, non si stima all'altezza della situazione, o si sente minacciata e tutto questo lo fa per assicurarsi di andare bene.
- ✓ Piuttosto che restare ad un livello generale pensando che quell'uomo, quel giovane, o quella ragazza, sempre è, oppure non è, compiacente, occorre differenziare l'osservazione al fine di cogliere se quella persona agisce così in tutte le situazioni oppure manifesta delle diversità. Questa attenzione risulta utile per farsi delle ipotesi su quando l'agire compiacente sia legato più ad un problema di carattere personale piuttosto che situazionale.
- ✓ Anche nell'ipotesi che la compiacenza sia più legata a problemi personali, va comunque tenuto in debito conto anche il contesto educativo, in quanto gli essere umani sempre si costruiscono in relazione. Il nostro clima educativo incoraggia, seppure involontariamente, la compiacenza e scoraggia l'individuazione? Ci poniamo in modo autoritario? Quanto accettiamo di essere contraddetti? Ci fa comodo avere persone che dicono di sì perché così non si perde tempo, non vengono sollevati problemi, ci si sbriga prima, o perché in fondo può tornare utile contare sulla compiacenza di qualcuno a cui assegnare compiti ingrati che altri rifiuterebbero?
- ✓ Compiacere ad oltranza può anche essere un'abitudine appresa. Va infatti tenuto presente che talvolta, sia per motivi di carattere sociale che per motivi di provenienza culturale, una persona si è abituata ad accondiscendere, a volte lo ritiene anche un segno di rispetto e cortesia, e così ha fatto poca pratica nel contrattare con gli altri, capacità che dunque deve essere promossa e favorita a livello formativo, invece di darla per scontata in tutti.
- ✓ Occorre sviluppare anche la capacità (non la necessità!) di saper essere accondiscendenti, concilianti, attenti agli altri. Questa *scelta* è fatta da una posizione attiva e non passiva, propositiva e non rinunciataria, di apertura e non di difesa, di coraggio e non di paura.

Quello che ai fini educativi e formativi crediamo essenziale è che la persona maturi la capacità di scegliere -in modo libero e responsabile- se essere compiacente oppure no, mantenendo comunque il rispetto per sé e per gli altri e valutando le conseguenze della propria scelta.

---

<sup>i</sup> H. Franta – A.R. Colasanti, *L'arte dell'incoraggiamento. Insegnamento e personalità degli allievi*, Carocci editore, Roma, 1999.

<sup>ii</sup> K. Horney, *Nevrosi e sviluppo della personalità*, Astrolabio, Roma, 1981.

<sup>iii</sup> V. Satir, *In famiglia come va? Vivere le relazioni in modo significativo*, Impressioni grafiche, Acqui Terme, 2005.

<sup>iv</sup> E. Berne, *“Ciao!”... e poi?*, Bompiani, Milano, 1979.

<sup>v</sup> L. Bastianelli – C. D'Aversa – P. Scilligo, *Le controingiunzioni come strategie protettive*, in «Psicologia, Psicoterapia e Salute», 1 (2004), pp. 21-37.

<sup>vi</sup> F. Guglielmotti - C. D'Aversa – P. Scilligo – S. Schietroma, *La controingiunzione “Compiaci” e gli stati dell'io Sé*, in «Psicologia Psicoterapia e Salute», 1 (2004), pp. 51-62.