



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA
Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata

Corso di Laurea in
Scienze psicologiche Sociali e del Lavoro

Elaborato finale

Mindfulness e contatto intergruppi: associazioni con il pregiudizio

Mindfulness and intergroup contact: associations with prejudice

Relatore

Prof. Alberto Voci

Laureanda: Martina Gariboldi

Matricola: 1221502

Anno accademico 2022/2023

CAPITOLO 1

In un contesto storico e sociale sempre più multietnico e globalizzato, è di grande importanza investire sulla ricerca e sugli studi riguardanti la percezione sociale di gruppi diversi e, dunque, il pregiudizio nei confronti di essi, con l'obiettivo di saper comprendere e gestire meglio una società ricca di differenze, facendo sì che tali differenze diventino motivo di arricchimento e non di conflitto sociale.

La presente tesi si propone di indagare il pregiudizio nei suoi aspetti di correlazione con contatto intergruppi e mindfulness intesa come tratto disposizionale.

Di seguito una breve descrizione dei costrutti indagati.

Categorizzazione e pregiudizio

Con categorizzazione intendiamo la naturale attività cognitiva attraverso la quale gli individui collocano gli oggetti in categorie prestabilite, comportandosi da “scienziati ingenui” (Heider, 1958)

La categorizzazione sociale risulta presente in ogni individuo e cultura, la mente umana adotta questo meccanismo per soddisfare il principio di economia cognitiva e permettere una decodifica più rapida dell'ambiente circostante.

Si tratta però di un'arma a doppio taglio, in quanto categorizzare porta facilmente a cadere in pregiudizi e stereotipi spesso negativi.

Il contatto intergruppi

Il contatto intergruppi è una delle più promettenti ed efficaci strategie per ridurre il pregiudizio, in quanto capace di modificare non solo l'atteggiamento verso il singolo con cui si è entrati in contatto, ma anche verso l'intero suo gruppo di appartenenza (primary transfer effect) e verso altri outgroup (secondary transfer effect). Inoltre, sembrerebbe essere in grado anche di andare a migliorare le capacità cognitive che intervengono nelle relazioni intergruppi (tertiary transfer effect) (Boin et al, 2021)

Effetti di trasferimento

Entrare in contatto, con esito positivo, con membri appartenenti ad un outgroup, direttamente o indirettamente (ad esempio attraverso immaginazione, conoscenze comuni, mass media), favorisce un cambio di atteggiamento non solo nei confronti del singolo con cui si è entrati in contatto, ma anche dell'intero suo gruppo di appartenenza, attraverso il processo di trasferimento primario (Pettigrew & Tropp, 2011).

Allo stesso modo, un incontro negativo con un singolo soggetto con appartenenza di gruppo diversa dalla nostra è in grado di modificare negativamente il nostro atteggiamento nei confronti dell'intero suo gruppo.

Il potere persuasivo del contatto indiretto può farci riflettere sulle importanti conseguenze della rappresentazione mediatica dei diversi gruppi sociali.

I contatti positivi, diretti o indiretti, sono in grado di migliorare l'atteggiamento non solo verso il soggetto e il suo gruppo di appartenenza ma, addirittura, vengono generalizzati e applicati anche agli altri outgroup, tramite il processo secondario di trasferimento.

Empiricamente questo effetto è spesso riscontrabile negli adolescenti: spesso la tolleranza verso gruppi etnici diversi si associa a tolleranza verso altri gruppi minoritari come, ad esempio, la comunità lgbtqia+.

Esperienze di contatto negative sembrerebbero, anche in questo caso, influire negativamente sugli atteggiamenti nei confronti di gruppi terzi, anche se la letteratura a riguardo è ancora scarsa.

Gli effetti del contatto con l'outgroup possono inoltre influire, attraverso un terzo processo, anche su alcune capacità cognitive (Meleady et al, 2019)

Il contatto potrebbe andare a migliorare la flessibilità cognitiva, aumentare la produttività, le capacità di problem solving e la creatività, consentirebbe inoltre ai soggetti esposti al contatto di aumentare la loro capacità di "pensare fuori dalla scatola".

Diversi studi dimostrano che avere un gruppo di amici eterogeneo, con membri appartenenti a diversi gruppi etnici, culturali o religiosi, permetterebbe di incrementare e sviluppare l'apertura verso culture diverse, la propensione alla leadership, la moralità, l'autostima e le competenze sociali.

Ad oggi non ci sono evidenze empiriche del fatto che questi effetti si manifestino anche in caso di contatto negativo.

Mediatori

Sono state individuate alcune variabili che sembrerebbero mediare il processo di trasferimento primario e secondario. Queste sono l'empatia, la capacità di assumere prospettive altrui, la fiducia, il senso di moralità verso l'outgroup, l'ansia intergruppi, il senso di minaccia, la capacità di rivalutare l'ingroup e la deprovincializzazione. Peraltro, non ci sono evidenze che queste variabili fungano da mediatori anche per il processo terziario (Boin et al., 2021).

Moderatori

I moderatori sono condizioni che possono intensificare o indebolire la relazione tra il contatto e i processi prima descritti.

Allport (1954) suggerisce che gli effetti benefici del contatto possano verificarsi solo quando i due gruppi condividono gli stessi obiettivi e quando il contatto si svolge in condizioni ottimali, mentre Pettigrew e Tropp (2006) ipotizzano che queste condizioni ottimali non siano fondamentali ma che, quando presenti, consentano una diminuzione maggiore del pregiudizio.

La rappresentatività del singolo rispetto all'outgroup di cui fa parte risulta necessaria affinché possano avvenire gli effetti della generalizzazione all'intero gruppo di appartenenza (Hewstone, 1994). Allo stesso modo, gli effetti del processo secondario vengono moderati dalla similarità. D'altra parte, l'incontro con un membro non rappresentativo dell'outgroup può, paradossalmente rispetto a quanto detto prima, promuovere quella che viene chiamata "liberalizzazione cognitiva", consentendo dunque di adottare uno stile di pensiero più sistematico e di conseguenza meno influenzato dalle euristiche, andando quindi a ridurre il pregiudizio e la categorizzazione verso altri individui.

Mindfulness

Si deve a Jon Kabat-Zinn l'introduzione in ambito psicologico del concetto di mindfulness, costruito da lui definito come la capacità di “porre attenzione in un modo particolare: intenzionalmente, al momento presente e in modo non giudicante” (Kabat Zinn, 1984).

Successivamente sono nate diverse definizioni; tra quelle che la considerano un costrutto multidimensionale, sembra esserci comune accordo sull'individuare al suo interno almeno due dimensioni: autoregolazione dell'attenzione e accettazione senza giudizio delle esperienze presenti.

Questa tesi indaga il ruolo della mindfulness nella riduzione del pregiudizio, trattandola come costrutto multidimensionale e composto dalle seguenti dimensioni: non reattività, osservazione, agire consapevole, descrizione, non giudizio (Baer et al., 2006).

La necessità di indagare la correlazione tra questi costrutti nasce dal fatto che alcuni interventi di riduzione del pregiudizio basati su un controllo esplicito del bias possano essere controproducenti, oltre che essere di difficile applicazione nel caso di interventi formali (Legault et al., 2011). Nasce dunque la necessità di trovare soluzioni alternative, in particolare che non abbiano esplicita enfasi sulla riduzione del pregiudizio.

Opzioni promettente sembrano essere quelle che vanno a sviluppare la mindfulness, che viene esaminata in quanto tratto di personalità in questa tesi ma che può essere migliorata attraverso pratiche meditative.

Diversi studi confermano la correlazione positiva tra mindfulness e riduzione del pregiudizio esplicito, implicito e dei comportamenti discriminatori (Salvati et al., 2017).

La funzionalità di questi interventi, rispetto ad altri, sta nella capacità di raggiungere fette più ampie di popolazione e di poter essere proposta, sotto forma ad esempio di interventi contro lo stress lavorativo, anche a chi risulta riluttante a partecipare a percorsi o progetti che abbiano come obiettivo esplicito la riduzione del pregiudizio.

La mindfulness sembra essere in grado di ridurre il pregiudizio grazie alla capacità di inibire le valutazioni automatiche e l'affidamento a giudizi a priori o esperienze passate impresse nella memoria (Lueke & Gibson, 2014). Questo costrutto sembrerebbe inoltre aumentare l'empatia e ridurre l'ansia (Further, Parks et al., 2014), entrambe variabili mediatrici del pregiudizio (Boin et al, 2021), e anche ridurre le risposte di difesa grazie alla sua capacità di migliorare l'autoregolazione delle emozioni (Niemic et al. 2010).

RWA e SDO

Tra le scale utilizzate nella presente ricerca, ne sono state introdotte alcune che hanno come obiettivo la misurazione di due costrutti che, secondo ipotesi, correlerebbero positivamente con alti gradi di pregiudizio: RWA e SDO.

L'autoritarismo di destra, abbreviato RWA, è un costrutto concettualizzato da Altemeyer (1981) e definito dalla covariazione di tre cluster attitudinali (Giampaglia & Roccato, 2002)

- Sottomissione autoritaria: accettazione e sottomissione all'autorità, le cui azioni vengono sempre percepite come legittime
- Aggressività autoritaria: predisposizione a nuocere a gruppi sociali spesso vittime di ostilità e percezione che queste violenze siano approvate o promosse dall'autorità
- Convenzionalismo: forte accettazione delle norme e convenzioni sociali, percepite come approvate dall'intera comunità e come assolute, immutabili per natura

Un alto grado di convenzionalismo è associato ad un forte legame con la tradizione.

La teoria della dominanza sociale (SDO: social dominance orientation) si fonda sull'assunto che il conflitto tra gruppi sia insito in ogni società e faccia parte della natura umana (Pratto, Sidanius, Stallworth, & Malle, 1994).

Secondo questa teoria i gruppi, per ridurre il conflitto, utilizzano ideologie e credenze, chiamati miti di legittimazione gerarchica, che hanno lo scopo di legittimare la superiorità di un gruppo sugli altri e indicare come le risorse dovrebbero essere distribuite (Sidanius & Pratto, 1999).

Esistono ideologie che, al contrario, cercano di ridurre le differenze di status tra gruppi a favore di una maggiore uguaglianza tra essi.

Secondo questa teoria, gli individui caratterizzati da bassa SDO propendono per ideologie egualitarie, al contrario, alti valori di SDO sarebbero indice di una propensione ad accettare maggiormente i miti di legittimazione gerarchica.

CAPITOLO 2

Obiettivi

Primo obiettivo della seguente ricerca è stato verificare la correlazione tra mindfulness disposizionale e riduzione del pregiudizio/miglior qualità del contatto; in particolare ci si è concentrati sull'individuazione della dimensione della mindfulness che più partecipa in questa relazione.

Il secondo obiettivo consisteva nel verificare la correlazione tra contatto positivo, emozioni più positive verso gli immigrati e minor pregiudizio.

Siamo inoltre andati a verificare l'associazione tra variabili intergruppi, quali RWA e SDO, e pregiudizio.

Le ipotesi di partenza erano che il contatto tra gruppi fosse associato a minor pregiudizio e emozioni più positive verso gli immigrati e che la mindfulness fosse anch'essa correlata negativamente al pregiudizio, soprattutto per quanto riguarda la dimensione dell'osservazione.

Partecipanti

La raccolta dei dati è avvenuta tramite la somministrazione di un questionario, i partecipanti sono stati raccolti attraverso un campionamento a palla di neve, avvenuto tramite condivisione su social, gruppi whatsapp e passa parola.

Sono stati coinvolti in questa ricerca 111 partecipanti con età media 32,23 anni: l'età minima è 18 e la massima 85, la deviazione standard corrisponde a 14,95.

Tra i partecipanti, 65 si identificano come femmine, 45 come uomini e 1 partecipante si definisce bigender.

Per quanto riguarda il grado di istruzione, i partecipanti si dividono come segue: 1 con licenza elementare, 5 con licenza media, 70 con licenza superiore, 16 con laurea triennale e 19 con laurea magistrale.

Tra i partecipanti, 3 svolgono professioni di livello inferiore basso (es. muratori), 5 di livello inferiore alto (es. idraulici), 21 medio basso (es. artigiani), 13 medio alto (es. assicuratori), 4 superiore basso (es. psicologi), 7 superiore alto (es. giudici), 5 sono pensionati o disoccupati e 40 sono studenti; 13 non hanno specificato la professione.

Questionario

Per raccogliere i dati necessari per questa ricerca è stato utilizzato lo strumento del questionario, somministrato e diffuso attraverso un link per Google moduli.

I partecipanti hanno compilato in autonomia il questionario, il quale è composto da tre sezioni: richiesta di collaborazione e introduzione, sezione socio-demografica e corpo centrale.

La parte introduttiva descriveva le finalità della ricerca, spiegando ai partecipanti la modalità di compilazione, la durata stimata e informandolo sulla natura anonima dei dati raccolti, oltre che sull'assoluta libertà di interrompere la compilazione se desiderato.

È stato successivamente presentato il consenso informato, il quale citava la legge per il trattamento dei dati e riportava i recapiti del conduttore della ricerca per eventuali chiarimenti.

La sezione socio-demografica presentava invece domande volte alla raccolta di dati personali, quali genere, età, professione e livello di istruzione, con lo scopo di avere una panoramica generale dei partecipanti.

Il corpo centrale contiene le scale riguardanti i costrutti indagati in questa ricerca, 18 in tutto.

Come prima scala troviamo il contatto positivo e negativo (Fuochi et al., 2019), volta ad indagare l'intensità e la frequenza delle esperienze positive e negative con persone immigrate, composta da 6 item valutabili su una scala Likert a 5 punti, da 0 a 4.

La seconda scala è quella riguardante l'identificazione con l'ingroup (Brown et al., 1986), che misura il grado con cui i partecipanti si identificano come italiani, è composta da 3 item il cui valore viene misurato da una scala Likert a 5 punti, da 0 a 4.

La terza scala riguarda il pregiudizio verso gli immigrati (Christ et al., 2010), risulta composta da 7 item anch'essi, come le scale precedenti, valutabili su una scala Likert a 5 punti.

La quarta scala contenuta nel corpo centrale ha lo scopo di misurare l'atteggiamento verso gli immigrati (Pagotto & Voci, 2013), nello specifico quelli che vivono in Italia. È composta da 4 item valutabili con un punteggio che va da 0 (per nulla) a 4 (moltissimo).

Quinta scala è quella volta a registrare i livelli di empatia verso gli immigrati (Pagotto & Voci, 2013), in cui si chiede, attraverso 10 item, di riportare le sensazioni ed emozioni

provate quando si pensa a situazioni di difficoltà vissute da persone immigrate in Italia, valutando le emozioni proposte su scala Likert a 5 punti.

La scala numero 6 si propone invece di indagare i livelli di ansia intergruppi verso gli immigrati (Voci & Hewstone, 2003), si compone di 6 item che chiedono di valutare, su una scala da 0 (per nulla) a 4 (moltissimo), l'intensità di alcune emozioni che verrebbero provate in un'ipotetica situazione proposta: trovarsi, unico italiano, tra persone immigrate dello stesso genere.

La settima scala, composta da 5 item, misura la fiducia nei confronti di persone immigrate (Voci, 2006). Avvalendosi di una scala Likert a 5 punti, viene chiesto ai partecipanti di valutare la frequenza con cui vengono provate emozioni negative (diffidenza, sospetto) o positive (senso di affidabilità, fiducia, aspettative positive) riguardanti persone immigrate.

Come ottava scala è stata utilizzata la Cultural deprovincialization scale (Boin, Fuochi & Voci, 2020), che misura il livello di deprovincializzazione attraverso 6 item che consistono in affermazioni, valutabili da 0 (non mi descrive per nulla) a 4 (mi descrive molto bene).

Nona scala è la FFMQ – Five Facet Mindfulness Questionnaire Short Form (Bohlmeijer et al., 2011) utilizzata nella sua versione italiana (Giovannini et al., 2014).

Si compone di 24 item valutabili tramite scala Likert da 1 (non mi accade mai o molto raramente) a 5 (mi accade molto spesso o sempre), scopo di questa scala è misurare il livello riportato di mindfulness attraverso le sue diverse dimensioni.

La decima scala è la Social Dominance Orientation (Ho et al., 2015), riportata nella versione italiana (Aiello et al., 2019), si compone di 8 item valutabili su scala Likert a 7 punti; l'obiettivo della scala è misurare il livello di orientamento alla dominanza sociale attraverso domande riguardanti gruppi sociali diversi dal partecipante per nazionalità, cultura o classe sociale.

Segue, come undicesima scala, la Group Deprovincialization Scale (Martinovic & Verkuyten, 2013), composta da 4 item su scala Likert a 7 punti, che si propone di misurare il grado di deprovincializzazione di gruppo secondo la definizione di Verkuyten.

Le scale dalla dodicesima alla quindicesima sono scale riguardanti atteggiamenti e sentimenti verso gli italiani, come le scale riguardanti gli immigrati, queste misurano specularmente: l'atteggiamento verso gli italiani (1 item, scala Likert a 5 punti), l'empatia verso gli italiani (10 item, scala Likert a 5 punti), l'ansia nei confronti di italiani (6 item,

scala Likert a 5 punti), la fiducia verso gli italiani (5 item, anch'essa valutabile con una scala Likert a 5 punti).

La sedicesima scala è la RWA short version, è composta da 14 item che consistono in affermazioni, le risposte possibili variano da 1 (completamente in disaccordo) a 7 (completamente d'accordo). La scala misura il livello di autoritarismo di destra.

Come diciassettesima scala è stata utilizzata la Perceived Stress Scale (PSS; Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983), si compone di 10 item a cui bisogna rispondere, con un valore da 0 (mai) a 4 (molto spesso), riportando la frequenza con cui nell'ultimo mese si sono provate certe sensazioni riguardanti sentimenti di ansia e la capacità di superare le difficoltà.

L'ultima scala riguarda gli eventi positivi e negativi (Fuochi & Voci, 2021): sono presenti 2 item che riguardano la frequenza con cui nelle ultime due settimane sono avvenuti eventi positivi o negativi; ai partecipanti è chiesto di rispondere attraverso una scala Likert a 7 punti: da 1 (per nulla) a 7 (moltissimo).

Terminata la parte centrale, il questionario procede a ringraziare i partecipanti per la loro collaborazione.

CAPITOLO 3

Attendibilità delle scale

Primo passo dell'analisi dei dati è stata la misurazione e valutazione dell'attendibilità delle scale, ovvero la misura della capacità e accuratezza del questionario nel misurare il costrutto che intende indagare. L'attendibilità è stata considerata in quanto coerenza interna della scala, viene misurata dal coefficiente alpha di Cronbach e si riferisce al grado di accordo tra item della stessa scala.

Il coefficiente sopracitato può assumere valori compresi tra 0 e 1 e l'attendibilità della scala a cui si riferisce è considerata sufficiente con valori maggiori a 0,60, buona con valori da 0,70 in poi e ottima se il coefficiente è pari o maggiore a 0,80

È stato necessario ricodificare i punteggi di alcuni item prima di procedere alla misura dell'attendibilità, in quanto espressi in forma negativa rispetto alla scala di appartenenza, di seguito sono riportate le scale di riferimento e gli item ricodificati appartenenti ad esse:

- SDO: item 2,4,6,8
- Mindfulness: item 4,5,7,8,11,12,14,17,19,22,23,24
- Atteggiamento verso immigrati e italiani: item 2,4
- Deprovincializzazione: item 3,4,6
- Identificazione: item 3
- Fiducia verso immigrati e italiani: item 1,5
- Ansia verso immigrati e italiani: item 2,5
- Pregiudizio etnico: item 3,6
- RWA: item 2,3,5,6,8,9,12
- Stress percepito: item 4,5,7,8

A seguito della ricodifica degli item, le misure di attendibilità delle scale risultano le seguenti.

Tabella 1. Attendibilità delle scale

SCALA O DIMENSIONE	NUMERO ITEM	ALPHA
Contatto positivo	2	0,798
Contatto negativo	2	0,835
Pregiudizio etnico	7	0,851
Identificazione	3	0,489
Atteggiamento outgroup	4	0,811
Empatia immigrati	10	0,960
Ansia immigrati	6	0,891
Fiducia immigrati	5	0,809
Atteggiamento ingroup	4	0,767
Empatia italiani	10	0,941
Ansia italiani	6	0,853
Fiducia italiani	5	0,750
Deprovincializzazione	6	0,855
Deprovincializ. di gruppo	4	0,945
SDO	8	0,811
RWA	14	0,818
Stress percepito	10	0,852
Non reattività	5	0,722
Osservare	4	0,765
Agire consapevolmente	5	0,829
Descrivere	5	0,803
Non giudicare	5	0,783

Come si può notare dalla tabella, tutte le scale hanno un'attendibilità buona o ottima, ad esclusione della scala riguardante l'identificazione.

Si è dunque reso necessario individuare l'item della scala che aveva una bassa correlazione con gli altri item ed eliminarlo. L'item in questione è il n.3: la sua correlazione con la scala era di 0,063 ed eliminandolo il coefficiente di attendibilità dell'intera scala è passato da 0.489 (valore non sufficiente) a 0,761 (valore buono).

Medie costrutti

Tabella 2. Medie dei costrutti

COSTRUTTO	SCALA DI RISPOSTA	MINIMO	MASSIMO	MEDIA	DEVIAZIONE STANDARD
Cont. positivo	0-4	.00	4.00	2.53	.89
Cont. negativo	0-4	.00	4.00	1.59	.87
Cont. pos. intens.	0-4	.00	4.00	2.73	.80
Cont. neg. intens,	0-4	.00	4.00	1.84	.96
Ansia immigrati	0-4	.00	4.00	1.65	.88
Ansia italiani	0-4	.00	4.00	1.42	.78
Empatia immigr.	0-4	.00	4.00	2.47	.97
Empatia italiani	0-4	.60	4.00	2.79	.86
Fiducia immigr.	0-4	.00	4.00	2.13	.68
Fiducia italiani	0-4	.40	4.00	2.27	.65
Att. immigrati	0-4	.75	4.00	2.84	.64
Att. italiani	0-4	.75	4.00	2.50	.70
Pregiudizio	0-4	.00	3.29	1.04	.76
Identificazione	0-4	.00	4.00	1.79	1.11
Deprovincial.	0-4	.33	4.00	3.16	.76
Dep. di gruppo	1-7	1.00	7.00	5.76	1.65
SDO	1-7	1.00	7.00	2.51	1.23
RWA	1-7	1.00	5.36	2.67	1.03
Non reattività	1-5	1.00	4.20	2.72	.75
Osservare	1-5	1.00	5.00	3.56	.93
Agire consap.	1-5	1.20	5.00	3.56	.88
Decrivere	1-5	1.60	5.00	3.50	.84
Non giudicare	1-5	1.00	5.00	3.04	.92
Stress percepito	0-4	.40	4.00	2.15	.78
Eventi positivi	1-7	1.00	7.00	4.45	1.56
Eventi negativi	1-7	1.00	7.00	4.12	1.83

L'analisi delle medie mostra come, per i partecipanti, i contatti positivi con l'outgroup siano sia più frequenti che intensi rispetto ai contatti negativi.

In generale, i contatti positivi hanno una discreta frequenza e intensità, rispetto ai contatti negativi che al contrario risultano essere meno frequenti e meno intensi.

L'ansia verso gli immigrati è più presente rispetto a quella verso gli italiani, in generale i partecipanti riferiscono livelli di ansia non molto alti, mentre sono alti, invece i valori riportati di empatia e fiducia, di cui quella verso gli italiani è leggermente più alta di quella verso gli immigrati.

In generale possiamo dire che sia l'atteggiamento verso gli italiani che quello verso gli immigrati sia particolarmente buono, con valori più positivi per quanto riguarda gli italiani; il pregiudizio ha valori bassi.

L'identificazione ha valori tendenzialmente bassi, che si trovano al di sotto del punto centrale, così i valori che si riferiscono all'autoritarismo di destra e all'orientamento alla dominanza sociale; sono stati rilevati invece valori particolarmente alti di deprovincializzazione culturale e deprovincializzazione di gruppo.

Per quanto riguarda le dimensioni della mindfulness, i partecipanti hanno riportato livelli da abbastanza a particolarmente alti per quasi tutte le dimensioni ad eccezione della non reattività, che risulta leggermente al di sopra del punto centrale.

Lo stress percepito risulta presente a livelli intermedi.

Sia gli eventi positivi che negativi risultano riportati con una discreta frequenza, maggiore per quelli positivi.

Correlazioni

Al termine della raccolta dati, ci si è concentrati sull'analisi delle correlazioni significative tra i costrutti indagati.

Di seguito le tabelle riportanti tali risultati.

Tabella 3. Correlazioni (1)

	cont.pos	cont.neg	ansia.imm	empatia.imm	fiducia.imm	att.imm	preg	deprov	dep.verk	ident	sdo
cont.pos	1										
cont.neg	-.203	1									
ansia.imm	-.418	.370	1								
empatia.imm	.489	-.441	-.313	1							
fiducia.imm	.523	-.496	-.576	.613	1						
att.imm	.538	-.401	-.400	.661	.523	1					
preg	-.481	.375	.485	-.663	-.600	-.702	1				
deprov	.503	-.443	-.394	.669	.519	.632	-.641	1			
dep.verk	.318	-.390	-.272	.494	.312	.570	-.618	.636	1		
ident	-.147	.252	.158	-.122	-.260	-.197	.280	-.223	-.126	1	
sdo	-.348	.380	.274	-.575	-.412	-.421	.563	-.561	-.540	.075	1
rwa	-.409	.368	.371	-.598	-.451	-.557	.685	-.663	-.605	.218	.561

** p < .01; * p < .05

La prima tabella mostra le associazioni dei costrutti (ad esclusione di quelli riguardanti la mindfulness) tra di loro.

Dalla tabella si può notare come il contatto positivo correli negativamente e in modo significativo con il pregiudizio, con l'ansia verso gli immigrati e con i costrutti SDO e RWA.

Come da ipotesi, avere contatti positivi con membri dell'outgroup è invece correlato con un minor pregiudizio nei loro confronti, forse grazie anche a minori livelli di ansia che potrebbe fungere da mediatore e ha di fatto una forte relazione positiva con il pregiudizio. Una maggior frequenza di contatto positivo si associa anche a livelli più alti di deprovincializzazione culturale e di gruppo, a loro volta associati positivamente e in modo significativo con maggior fiducia, empatia, miglior atteggiamento e, al contrario, minor ansia e pregiudizio.

L'intensità e la frequenza di esperienze di contatto positive sono associate a maggior fiducia ed empatia nei confronti di immigrati, probabilmente grazie ad una maggior umanizzazione di essi, e risulta positivamente correlato anche un miglior atteggiamento nei loro confronti. Al contrario, avere contatti negativi correla positivamente con il pregiudizio e tutti i costrutti ad esso associati (RWA, SDO, ansia), mentre ha una relazione negativa con i valori di empatia, fiducia e deprovincializzazione; inoltre, in aggiunta rispetto ai contatti positivi, presenta anche un'associazione positiva con i valori di identificazione, costrutto che ha poche relazioni significative, per cui possiamo dedurre che, seppur una forte identificazione con la propria nazionalità correli con esperienze di contatto peggiori, non necessariamente abbiamo valori bassi di identificazione lì dove il contatto è invece positivo, anche se una maggior identificazione si associa a minor fiducia e minor deprovincializzazione. I costrutti RWA e SDO, come atteso, sono associati positivamente al pregiudizio. La seconda tabella riporta le correlazioni tra i costrutti della tabella precedente e le diverse dimensioni della mindfulness:

Tabella 4. Correlazioni (2)

	m.non.reatt iv	m.osserv are	m.agire.con sap	m.descr ivere	m.non.giudi care	stress.perce pito	eventi.posi tivi	eventi.neg ativi
cont.pos	.008	.169	.171	.018	.152	.008	.188	.001
cont.neg	.084	-.098	.123	.070	.132	-.179	.114	.089
ansia.imm	-.019	-.227	-.293	-.224	-.081	.056	-.102	.213
empatia.imm	-.041	.306	-.024	.057	-.103	.216	-.058	-.051
fiducia.imm	-.014	.212	.047	.039	-.045	.126	-.024	-.025
att.imm	.084	.231	.001	.060	-.068	.098	-.027	-.164
preg	.111	-.174	.048	.018	.090	-.159	-.070	.104
deprov	.042	.243	.006	.069	-.016	.097	.065	-.240
dep.verk	.060	.224	-.069	.069	-.075	.075	.123	-.166
ansia.ita	-.178	-.117	-.361	-.348	-.286	.244	-.068	.216
empatia.ita	-.021	.246	.103	.117	.048	.091	.094	.074
fiducia.ita	.134	.093	.260	.121	.149	-.116	.189	.041
att.ita	.128	.054	.128	.216	.017	-.096	.226	-.028
ident	-.065	-.033	.017	.012	-.061	-.014	.080	.000
sdo	.082	-.278	.155	.075	.177	-.318	-.107	-.078
rwa	.117	-.168	.015	-.205	.045	-.098	-.134	.231

** p < .01; * p < .05

Come possiamo notare dai dati riportati in tabella, non tutte le dimensioni della mindfulness hanno relazioni significative con i costrutti legati alla percezione sociale: la non reattività, ad esempio, non si associa a nessun altro costrutto.

La dimensione della mindfulness con una più forte associazione è quella riguardante l'osservazione: essa correla positivamente con l'empatia, sia verso gli italiani che gli immigrati, la fiducia verso gli immigrati, l'atteggiamento verso gli immigrati ed entrambi i costrutti relativi alla deprovincializzazione; osservare sarebbe dunque in grado di far cogliere più caratteristiche della persona che abbiamo di fronte, andando dunque a ridurre la categorizzazione nei suoi confronti e rendendoci capaci di empatizzare meglio con essa.

La capacità di osservazione è anche associata a livelli minori di SDO e ansia.

La dimensione dell'agire consapevole ha una correlazione inversa e significativa con l'ansia verso gli italiani e verso gli immigrati; al contrario, presenta un'associazione positiva con la fiducia verso gli italiani.

La capacità di descrivere, a sua volta, correla negativamente con l'ansia sia verso l'ingroup che verso l'outgroup, oltre che con i livelli riportati di RWA; è presente anche una relazione di direzione positiva con l'atteggiamento verso gli italiani.

Non giudicare correla solamente con minor livelli di ansia verso gli italiani, mentre i livelli di stress percepito sono associati a maggior empatia verso gli immigrati, minor ansia verso gli italiani e minor SDO.

Per quanto riguarda invece le relazioni con gli eventi positivi o negativi, un maggior punteggio riportato per gli eventi positivi si associa unicamente a maggior frequenza ed intensità di contatti positivi con l'outgroup; eventi negativi più frequenti invece correlano positivamente con i livelli riportati di RWA e negativamente con la deprovincializzazione.

CONCLUSIONI

La raccolta dei dati e l'analisi delle correlazioni tra i costrutti indagati ci hanno permesso di trarre delle conclusioni sulle relazioni tra tali dimensioni.

In primo luogo, è emerso, come da ipotesi, come la valenza e l'intensità dei contatti con immigrati fosse significativamente correlata con i costrutti di ansia, fiducia, empatia e atteggiamento nei confronti di persone immigrate.

Chi riporta contatti positivi più frequenti ed intensi tende a provare meno ansia quando si trova in un gruppo di persone di nazionalità diversa, riesce ad empatizzare maggiormente quando vengono presentate situazioni di difficoltà per queste persone ed è, inoltre, maggiormente fiducioso delle loro intenzioni.

L'atteggiamento verso gli immigrati risulta anch'esso migliore.

Fortemente connesse con il contatto sono anche le due forme di deprovincializzazione, contatti positivi e frequenti si associano dunque ad una maggior capacità di sentirsi "cittadini del mondo" e di vedere e comprendere realtà esterne alla propria realtà locale.

RWA e SDO, costrutti per definizione associati a maggior pregiudizio, sono di fatto correlati in modo molto significativo ad esso e a maggiori livelli di ansia nei confronti di immigrati, mentre correlano negativamente con la valenza positiva dei contatti.

Di fatto, risulta che tutte le variabili associate a contatti positivi, e i contatti positivi stessi, abbiano forti correlazioni negative con il pregiudizio, mentre le relazioni si invertono quando vengono riportati frequenti ed intensi contatti negativi, che al contrario correlano significativamente con pregiudizio, ansia, RWA e SDO.

I contatti positivi hanno correlazioni significative con tutti i costrutti ad eccezione dell'identificazione, che invece è significativamente legata a contatti negativi e al pregiudizio. La conclusione che ne viene tratta è che, seppur alti livelli di identificazione si associno a maggior pregiudizio e peggior qualità dei contatti, sembrerebbe possibile che invece coesistano alti livelli di identificazione e alti livelli di contatti positivi ed empatia, anche se i livelli di fiducia sono fortemente correlati negativamente con essa.

La seconda analisi, riguardante le correlazioni tra dimensioni della mindfulness e costrutti riguardanti la percezione di italiani e immigrati, ci ha anch'essa permesso di trarre conclusioni in linea con le ipotesi di partenza: è in particolare l'aspetto di osservazione che correla positivamente con una miglior attitudine generale nei confronti di immigrati: in

particolare la capacità di osservare è legata a minor ansia, maggior empatia, maggior fiducia nei confronti di immigrati: osservare è probabilmente correlato alla capacità di decategorizzare il membro dell'outgroup e invertire il processo di stigmatizzazione che di fatto consiste nella visione dell'altro unicamente attraverso etichette spesso negative che vengono ad esso associati: osservare significa notare più caratteristiche dell'altro e vederlo come individuo a sé stante, piuttosto che come membro di un gruppo.

Nessuna dimensione della mindfulness risulta direttamente associata a minor pregiudizio, anche se sono presenti correlazioni con costrutti che nell'analisi precedente risultavano correlati ad esso.

In particolare, l'aspetto che più si associa alle dimensioni della mindfulness è l'ansia, sia verso gli italiani che verso gli immigrati; ciò è comprensibile data la natura della mindfulness che, seppur qui analizzata come tratto disposizionale, è associata a pratiche meditative che nascono anche con lo scopo di ridurre l'ansia.

È interessante osservare come in alcuni casi non venga riportato un punteggio maggiore di aspetti legati all'outgroup, mentre ciò avviene per il costrutto corrispettivo relativo agli italiani: ad esempio l'agire consapevole, correlato negativamente con i livelli di ansia verso entrambe le parti, non si associa a maggior fiducia verso gli immigrati, mentre la relazione esiste ed è significativa per quanto riguarda la fiducia verso gli italiani; probabilmente la consapevolezza del nostro agire è correlata a maggior fiducia verso gli italiani proprio perché sono percepiti come più vicini a noi e questa consapevolezza delle azioni viene proiettata sulle loro azioni, in quanto simili a noi.

Anche la dimensione del non giudizio presenta la stessa particolarità: si associa a minor ansia verso gli italiani, mentre la relazione non esiste per quanto riguarda l'ansia verso gli immigrati.

Concludendo, come da ipotesi migliori contatti si associano a minor pregiudizio, maggiore empatia, minor ansia e maggior fiducia, suggerendo che coloro che hanno esposizioni prolungate e positive con l'outgroup avrebbero un atteggiamento generale migliore nei suoi confronti; ciò risulta uno spunto interessante nella discussione riguardante la multietnicità sempre crescente in Italia, che può diventare un punto di forza e di accrescimento culturale quando gestita correttamente e quando una corretta integrazione permette esperienze di contatto positive.

In relazione alla mindfulness, invece, possiamo concludere dicendo le relazioni significative sono in particolare quelle riguardanti l'osservazione.

Anche introdurre percorsi scolastici improntati su un miglioramento delle capacità di osservazione potrebbe essere in grado di favorire nei ragazzi una maggior capacità di comprendere l'altro e vederlo come individuo, più che come membro di una categoria.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Aiello, A., Passini, S., Tesi, A., Morselli, D., & Pratto, F. (2019). Measuring Support For Intergroup Hierarchies: Assessing The Psychometric Proprieties of The Italian Social Dominance Orientation 7 Scale. *TPM: Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 26(3).
- Allport, G.W. (1954) *The nature of prejudice*. Addison-Wesley.
- Altemeyer, B. (1981). *Right-wing authoritarianism* Winnibeg. Manitoba Press.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27-45.
- Bohlmeijer, E., Ten Klooster, P. M., Fledderus, M., Veehof, M., & Baer, R. (2011). Psychometric properties of the five facet mindfulness questionnaire in depressed adults and development of a short form. *Assessment*, 18(3), 308-320.
- Boin, J., Fuochi, G., & Voci, A. (2020). Deprovincialization as a key correlate of ideology, prejudice, and intergroup contact. *Personality and Individual Differences*, 157, 109799.
- Boin, J., Rugar, M., Graf, S., Neji, S., Spiegler, O., & Swart, H. (2021). The generalization of intergroup contact effects: Emerging research, policy relevance, and future directions. *Journal of Social Issues*, 77(1), 105-131.
- Fuochi, G., & Voci, A. (2021). Dealing with the ups and downs of life: positive dispositions in coping with negative and positive events and their relationships with well-being indicators. *Journal of Happiness Studies*, 22, 2435-2456.
- Giampaglia, G., & Roccatò, M. (2002). La scala di autoritarismo di destra di Altemeyer: un'analisi con il modello di Rasch per la costruzione di una versione italiana. *TPM. TESTING PSICOMETRIA METODOLOGIA*, 9, 93-111.
- Giovannini, C., Giromini, L., Bonalume, L., Tagini, A., Lang, M., & Amadei, G. (2014). The Italian five facet mindfulness questionnaire: A contribution to its validity and reliability. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36, 415-423.
- Heider, F. (1958). *The naive analysis of action*.

- Hewstone, M. (1994). Revision and change of stereotypic beliefs: In search of the elusive subtyping model. *European review of social psychology*, 5(1), 69-109.
- Ho, A. K., Sidanius, J., Kteily, N., Sheehy-Skeffington, J., Pratto, F., Henkel, K. E., ... & Stewart, A. L. (2015). The nature of social dominance orientation: Theorizing and measuring preferences for intergroup inequality using the new SDO_r scale. *Journal of personality and social psychology*, 109(6), 1003.
- Kabat-Zinn, J. (1982). An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness meditation: Theoretical considerations and preliminary results. *General hospital psychiatry*, 4(1), 33-47.
- Legault, L., Gutsell, J. N., & Inzlicht, M. (2011). Ironic effects of antiprejudice messages: How motivational interventions can reduce (but also increase) prejudice. *Psychological Science*, 22, 1472–1477.
- Lueke, A., & Gibson, B. (2015). Mindfulness meditation reduces implicit age and race bias: The role of reduced automaticity of responding. *Social Psychological and Personality Science*, 6(3), 284-291.
- Martinovic, B., & Verkuyten, M. (2013). 'We were here first, so we determine the rules of the game': Autochthony and prejudice towards out-groups. *European Journal of Social Psychology*, 43(7), 637-647.
- Meleady, R., Crisp, R.J., Hodson, G. & Earle, M. (2019) On the generalization of intergroup contact: A taxonomy of transfer effects. *Current Directions in Psychological Science*, 28(5), 430–435.
- Oaker, G., & Brown, R. (1986). Intergroup relations in a hospital setting: A further test of social identity theory. *Human Relations*, 39(8), 767-778.
- Oyler, D. L., Price-Blackshear, M. A., Pratscher, S. D., & Bettencourt, B. A. (2022). Mindfulness and intergroup bias: A systematic review. *Group Processes & Intergroup Relations*, 25(4), 1107-1138.

- Pagotto, L., & Voci, A. (2013). Direct and mass-mediated contact: The role of different intergroup emotions. *TPM: Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 20(4).
- Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2006). A meta-analytic test of intergroup contact theory. *Journal of personality and social psychology*, 90(5), 751.
- Pettigrew, T.F. & Tropp, L.R. (2011) *When groups meet: The dynamics of intergroup contact*. Psychology Press.
- Pettigrew, T. F., Wagner, U., & Christ, O. (2010). Population ratios and prejudice: Modelling both contact and threat effects. *Journal of ethnic and migration studies*, 36(4), 635-650.
- Pratto, F., Sidanius, J., Stallworth, L. M., & Malle, B. F. (1994). Social Dominance Orientation: A personality variable predicting social and political attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 741-763
- Sidanius, J. & Pratto, F. (1999). *Social Dominance*, Cambridge: Cambridge University Press
- Voci, A., & Hewstone, M. (2003). Intergroup contact and prejudice toward immigrants in Italy: The mediational role of anxiety and the moderational role of group salience. *Group Processes & Intergroup Relations*, 6(1), 37-54.
- Voci, A. (2006). The link between identification and in-group favouritism: Effects of threat to social identity and trust-related emotions. *British Journal of Social Psychology*, 45(2), 265-284.
- Zakrisson, I. (2005). Construction of a short version of the Right-Wing Authoritarianism (RWA) scale. *Personality and individual differences*, 39(5), 863-872.

