

Un libro-conversazione del padre
dei neuroni specchio Giacomo
Rizzolatti con Antonio Gnoli
racconta la scienza delle emozioni

“Perché l'uomo è un animale empatico”

ANTONIO GNOLI

Uno degli effetti più sorprendenti della scoperta dei neuroni specchio riguarda la possibilità di indagare con maggiore efficacia i comportamenti sociali. Ciò che di solito era affidato alla psicologia e alla sociologia ha trovato una nuova sponda interpretativa nelle indagini sul sistema neurale.

Non costituiremmo le nostre relazioni empatiche e interpersonali senza queste cellule nervose. Il loro venir meno o la scarsa capacità di attivarsi possono produrre differenti livelli di patologia e di deficit mentali. A questo punto può forse essere interessante affrontare in modo più preciso come certe dinamiche cognitive si intreccino con quelle sociali.

«È vero: conoscendo i meccanismi biologici, certi comportamenti sociali si possono indagare meglio e con maggiore profondità. Vorrei fare però su-

bito una precisazione. La nostra ricerca, le nostre scoperte hanno mostrato nuovi importanti meccanismi biologici, ma non hanno un'applicabilità immediata né tantomeno rappresentano la panacea a difficoltà interpersonali. A volte, quando mi capita di parlare in pubblico di fronte a un uditorio di non specialisti, ho la sensazione che chi mi ascolta voglia da me proprio questo. Che gli spieghi non la base neurale di certi meccanismi sociali, ma che gli suggerisca degli esercizi, delle procedure per stare meglio. Più o meno una seduta di yoga

su base scientifica. Mi torna in mente un episodio. Un giorno sono venute da me due ragazze, mi hanno raccontato che le relazioni umane in molti uffici della loro azienda erano difficili, tra impiegati ma specialmente con i loro capiufficio, che spesso si consideravano persone uniche e si comportavano con i sottoposti in maniera dura e scostante. E mi hanno chiesto consigli per migliorare la situazione. Ho tentato di spiegare che i nostri dati indicano che l'empatia è una condizione fondamentale, alla base della nostra natura, ma l'empatia non

si accende o si spegne come fosse l'interruttore della luce. Il suo grado di realizzazione dipende da numerose condizioni esterne. Non è detto che tutte siano presenti o realizzabili al momento. E soprattutto io non ho mai inventato esercizi per migliorare l'empatia».

Questo aneddoto tocca un problema vero: ogni grande (o piccola) scoperta ha una ricaduta sociale. In fondo, penso che sia questo il compito democratico della scienza.

«La scienza - per come la concepisco io - non è solo un de-

posito di conoscenze specialistiche. È un bene per tutti, un arricchimento culturale. Come i Sonetti di Shakespeare, la Commedia di Dante o i quadri del Louvre. Una risorsa capace di migliorare le nostre capacità di ragionare, provare emozioni e non sottometerci a superstizioni antiche o moderne, vedi la follia della moda del "biologico" o la paura degli Ogm. In questo senso la scienza può avere anche ricadute sul benessere delle persone».

Quando parli di arricchimento culturale a cosa ti riferisci?

«Prendiamo per esempio il darwinismo. Ha cambiato la nostra visione del mondo. Non ha sminuito però la posizione dell'uomo nel creato, come pensano molti. Le scimmie non compongono sonetti né risolvono equazioni. Darwin ha descritto dei principi che si applicano agli animali e anche a noi, specie Homo sapiens. Oppure Freud: quando afferma che non siamo pure intelligenze, puri spiriti, ma un insieme di pulsioni, sta ponendo le basi per un modo nuovo e più corretto di pensare l'individuo. [...]».

Siamo arrivati ad affrontare il tema delle emozioni. Da dove si può partire?

«Nel mondo antico i filosofi definivano le emozioni "passioni". E le vedevano con sospetto, momenti disturbanti della vita. Platone pensava che fossero una specie di "malattia dell'anima" contro la quale il saggio doveva combattere. Una posizione meno negativa assunse Aristotele. Per lui occorre trovare un giusto equilibrio tra le passioni-emozioni e la ragione. Insomma, Aristotele toglieva loro la pericolosità, imbrigliandole in un discorso sulle virtù. A giudicare poi dal modo in cui le passioni-emozioni rientravano nei rituali dionisiaci, è difficile non riconoscere che il problema non era risolvibile con qualche ammonizione o divieti di natura teorica».

Cosa cambia con l'avvento della modernità?

«[...] Alla fine degli anni Sessanta del Novecento Paul Ekman si recò in Nuova Guinea per studiare se soggetti che non erano mai stati a contatto con la cultura occidentale fossero in grado di comprendere le emozioni degli occidentali. L'esperimento si svolse così: Ekman raccontò agli abitanti locali delle storie e chiese loro di scegliere, fra tre foto di volti di occidentali che esprimevano un'emozione, quale corrispondesse alla storia raccontata. Senza esitazioni i soggetti indicarono l'emozione giusta. Tornato a San Francisco ripeté l'esperimento contrario, chiedendo questa volta a studenti americani di collegare le espressioni dei guineiani alle storie raccontate. Di nuovo, i soggetti scelsero l'emozione giusta».

Quindi le emozioni non sono un fatto culturale, ma biologico?

«Credo che oggi tutti siano d'accordo che le emozioni, almeno quelle di base, siano universali e innate. Non c'è accor-

do però sul loro numero. In genere sono sette quelle incluse nel novero delle emozioni di base: paura, tristezza, gioia, disprezzo, disgusto, sorpresa e rabbia».

Ma ci sono anche emozioni legate a culture diverse?

«Possiamo dire che accade un po' come nella musica. Una sinfonia non cambia, ha sempre le stesse note, ma ogni direttore d'orchestra la esegue in maniera personale, unica. Le emozioni di ordine superiore sono identiche nelle differenti culture, ma vengono espresse in maniera diversa, così come fanno i direttori d'orchestra rispetto alla partitura di un'opera. I giapponesi tendono a minimizzare l'espressione delle loro emozioni; altri popoli, le culture meridionali in particolare, ad accentuarla».

Oltre all'essere diffuse in tutte le culture, cosa caratterizza le emozioni di base?

«La durata nel tempo. Prendiamo per esempio la gioia. Un'esplosione di gioia dura alcuni secondi, raramente più di un minuto. Lo stesso vale per le altre emozioni di base. La loro breve durata le distingue da un altro aspetto non strettamente razionale dell'individuo: l'umore. Lo stato dell'umore che segue la gioia, la felicità, può protrarsi a lungo, anche ore. È interessante che, secondo lo stato dell'umore, cambia la nostra suscettibilità agli stimoli che causano le emozioni di base. Se siamo preoccupati, è facile che uno stimolo pressoché innocuo possa suscitare in noi uno scatto di rabbia. La cronaca chiama tale rabbia, quando produce effetti nefasti, "futili motivi"».



IL FESTIVAL DELLA MENTE

Giacomo Rizzolatti e Antonio Gnoli saranno domenica al Festival della mente di Sarzana (ore 17.30, piazza Matteotti). La XIII edizione diretta da Gustavo Pietropoli Charmet e Benedetta Marietti è in programma da oggi a domenica con 61 relatori e 39 appuntamenti



IL LIBRO

In te mi specchio di Giacomo Rizzolatti e Antonio Gnoli (Rizzoli, pagg. 192 euro 18,50) da cui anticipiamo un estratto



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.