

LA PAURA FA 90

di

Sara Ferraiuolo

Riflessioni universitarie diedero origine alla faticosa domanda: *Scappo perché ho paura, oppure ho paura perché scappo?* detta così la domanda non ha alcun senso logico, il massimo che viene da dire è che la droga brucia i neuroni, ma anche il delirio di poveri universitari stracarichi di lavoro ha una sua ragione di esistere.

La questione, sospesa nel tempo, proviene da un corso di “psicologia” che fu denominato “Cognizione ed Emozione” e che avrebbe dovuto analizzare le risposte fisico/emotive dell'uomo. Insomma come reagiamo a stimoli esterni, ovvero come la cognizione e l'emozione interagiscono per creare una risposta. L'emozione è palesemente alla base dell'evoluzione, ciò significa che non può esistere una creatura che ne sia priva. Come parte del processo istintivo, l'emozione è necessaria agli esseri viventi per la propria sopravvivenza. Le emozioni sono difficilmente esprimibili in maniera lessicale, ma non per questo sono meno utili. I vantaggi creati dall'esistenza delle emozioni superano di gran lunga i suoi svantaggi ed è per questo che esse hanno trovato luogo nell'evoluzione diventando sempre più complesse; i meccanismi emozionali in particolare, ci aiutano a prevedere l'andamento delle cose, dandoci una percezione istintiva e aiutandoci a definire se un'azione ci porterà verso un vantaggio o uno svantaggio evolutivo, favorendo e giustificando ogni nostra mossa o sua mancanza. La manifestazione esterna delle emozioni, caratteristica quasi esclusivamente umana, è una sorta di meccanismo di insegnamento; l'uomo impara dalle esperienze, ma come più volte detto non ha abbastanza tempo per sperimentare tutto sulla sua pelle e spesso si rifà ad esperienze altrui; le espressioni corporeo-facciali dell'emozione sono lo specchio attraverso il quale l'essere umano impara dall'esperienza altrui. Il manifestare lo stato d'animo all'esterno da modo a colui che ci sta accanto di imparare dalla nostra esperienza senza per questo dover sperimentare in prima persona.

Grazie all'uso dell'Amigdala (l'organo di senso presente nel nostro cervello) l'essere umano sviluppa la cosiddetta “intelligenza emotiva” cioè la capacità di leggere correttamente le espressioni emotive altrui, imparando da esse.

L'utilità dell'espressione emotiva si manifesta anche nella mancanza di risposte emotive muscolari “inutili”. W. Frey, per esempio, ha teorizzato l'uso delle lacrime di dolore emotivo quali fattori di espulsione degli ormoni dello stress. Allo stesso modo i rapporti sociali sono rafforzati dalla nostra impossibilità di nascondere alcuni sentimenti. Secondo Frank ad esempio, l'impossibilità di contraffare molti dei segnali emotivi esteriori – come il senso di colpa – li rende riconoscibili e inconfondibili per l'uomo così da dare origine a legami di fiducia più resistenti – grazie a questa garanzia di attendibilità e affidabilità. Tali emozioni, definite emozioni cognitive superiori, servirebbero quindi a risolvere in maniera istintiva i cosiddetti **problemi di impegno** della specie. Secondo gli studiosi, ogni emozione si sarebbe sviluppata in momenti diversi del processo evolutivo; a prova di ciò essi adducono le diverse grandezze delle zone corticali coinvolte nel fenomeno. Le emozioni sarebbero, inoltre, un processo difensivo contro la pura razionalità (che porta spesso a situazioni di impasse). Ciò però non ci impedisce di esercitare con logica il pensiero razionali durante gli stadi mentali cosiddetti neutri, cioè liberi dalle emozioni fondamentali. La razionalità è spesso avallata dall'emozione; alcuni test, tra cui quello di *Stroop Emotivo* hanno dimostrato che in situazioni di forte emotività il cervello mantiene un livello maggiore di concentrazione, ed in situazioni di forte ansia il livello di attenzione razionale è particolarmente alto per prevenire minacce esterne. L'ansia, inoltre, aumenta lo stimolo alla socializzazione e influenza il nostro livello di fiducia negli altri. Anche la memoria è molto influenzata dalle emozioni, in particolare ad ogni ricordo se ne associano di particolari (teoria del **ricordo conforme allo stato d'animo**) ogni ricordo affiora più facilmente se lo stato d'animo legato ad esso è conforme allo stato d'animo della rievocazione.

L'espressione emotiva umana si manifesta attraverso tre livelli:

– stimoli che scatenano l'emozione

- processi emotivi neurali
- espressioni fisiche

E' estremamente difficile distinguere la componente sentimento dalla reazione fisiologica, allo stesso modo le componenti **comportamentali** (muscolo scheletrici, ed espressioni facciali) non bastano a descrivere le emozioni. Le emozioni provocano cambiamenti interni del corpo causati dall'azione dei muscoli lisci e delle ghiandole quale reazioni all'emozione; tali cambiamenti sono osservabili solo in parte dall'esterno (dilatazione o costrizione dell'iride dell'occhio, pelle d'oca, arrossamento, biancore, ecc.). Un'altra componente meno osservabile di una emozione riguarda i pensieri, le idee, le immagini che si presentano durante una esperienza emotiva. Questi aspetti dell'emozione sono attività cognitive che possono sia dare origine ad un'emozione, che essere influenzate da questa. L'emozione provata, inoltre, è modificata nella sua percezione, dallo stato d'animo di cui siamo vittime; stati d'animo indotti infatti, hanno lo scopo di modificare la nostra percezione della realtà influenzando le nostre scelte. Stati d'animo felici servono a favorire la riproduzione genetica. Gli stati d'animo, in quanto prolungati nel tempo, possono essere manipolati artificialmente direttamente o indirettamente, da stimoli sensoriali (colori, suoni, odori, i massaggi, ecc...) o attraverso l'assunzione di droghe.

Le emozioni sono state studiate nel tempo ma le teorie che le caratterizzano sono molteplici: Smith teorizzò che le emozioni e la razionalità fossero più che conciliabili (*Teoria dei sistemi morali*) e che quindi l'emotività fosse una componente razionale. Egli riteneva che le emozioni fossero alla base del nostro comportamento morale e che tali **sentimenti morali** servirono all'evoluzione sociale della specie impedendo comportamenti egoistici innati. Secondo la teoria la mancanza di morale non è causata da mancanza di regole ma da mancanza di sentimenti come il senso di colpa, l'orgoglio, ecc...

Darwin dal canto suo si limitò a studiare le manifestazioni emotive muscolari incontrollabili (le cosiddette smorfie). Tali risposte alle emozioni sarebbero comportamenti evolutivi che hanno migliorato la lotta alla sopravvivenza ma sono attualmente inutili pesi intralcio alla razionalità, in quanto basati su meccanismi di riflesso involontario che si attiva a causa di un retaggio evolutivo. James fu invece l'autore di una teoria più rivoluzionaria, che in parte spiega il quesito iniziale di questo testo. Secondo il suo *approccio biologico Darwiniano*, l'azione è una esperienza emotiva incosciente; la percezione dello **stimolo** produce automaticamente, *senza alcuna partecipazione cosciente*, le **risposte fisiologiche** (reazione) che creano un effetto di **retroazione** (reazione sensoriale), reale causa di un sentimento appassionato e cosciente, e cioè di una **emozione**. È la retroazione a definire il sentimento; ogni risposta ha una diversa componente mentale, un diverso *pattern* per cui in base alla risposta fisiologica possiamo capire il tipo di emozione provata. Egli quindi riteneva che le reazioni allo stimolo fossero naturali e non risposte sociali e culturalmente apprese a determinati stimoli conosciuti in precedenza. In pratica dinanzi ad uno stimolo la risposta naturale viene eseguita immediatamente senza coinvolgimento razionale, creando uno sconvolgimento fisico e quindi una retroazione, che causa a sua volta l'emozione; la velocità di questa catena, che esclude la razionalità, permetterebbe una evoluzione biologica efficace senza inutili appesantimenti cognitivi (risposta comportamentale, risposta del sistema nervoso autonomo, risposta ormonale). Per questo motivo è impossibile concepire una risposta emotiva senza una risposta fisica, ed ogni sentimento rende ancora più acuta la sensazione fisica. I movimenti corporei, quindi, inducono le emozioni e non il contrario, o meglio esiste un meccanismo di andata e ritorno delle emozioni tra corpo e mente. Ovviamente esistono dei limiti, infatti alcuni muscoli delle emozioni sono totalmente involontari e quindi incontrollabili. Simili le teorie di Le Douarin che legava, però indissolubilmente, ogni emozione ad una risposta fisiologica peculiare. Per Le Douarin, il significato emotivo di uno stimolo può essere valutato dal cervello, prima che i sistemi percettivi abbiano finito di elaborarlo, ma le risposte sono specifiche; si possono addirittura distinguere le diverse emozioni misurando le diverse risposte del SNA (sistema nervoso autonomo). E' pertanto possibile che il cervello sappia se uno stimolo è *buono* o *cattivo* prima ancora di sapere di che cosa si tratta nello specifico. Nel caso di alcune emozioni, i percorsi sono *specifici*; la paura ad esempio è controllata da due distinti centri mentali: uno più rapido, ma spesso erroneo ed uno più lento ma

preciso. Idealmente i due percorsi mentali cooperano per giungere alla soluzione più efficace bloccandosi a vicenda e creando un equilibrio. Skinner invece, definisce le emozioni come delle predisposizioni a mettere in atto comportamenti operanti, ossia risposte apprese a stimoli già affrontati; ad esempio l'emozione della paura viene definita dalla fuga (comportamento operante), in quanto la fuga, quale risposta, consente la rimozione della situazione spiacevole.

Ekman giunse alla conclusione che alcune emozioni sono effettivamente universali grazie a quelle che egli chiamò **emozioni fondamentali** (di base e biologico-ereditarie) e le distinse in gioia, sofferenza, rabbia, paura, sorpresa e disgusto. Culture diverse avrebbero in seguito elaborato diversamente le manifestazioni, arricchendo o impoverendo alcune delle emozioni del repertorio. Un'altra interessante teoria è quella di Schachter e Singer. Teoria a due fattori sostiene che le emozioni siano il risultato di una interazione tra variabili psicologiche e fisiologiche. Le emozioni sarebbero interpretazioni cognitive di determinate situazioni che creano risposte fisiologiche *aspecifiche*: queste informano il cervello di uno stato di maggiore eccitazione, ma soltanto le informazioni relative al contesto fisico e sociale nel quale ci troviamo, danno un significato, una etichetta, allo stato di eccitazione. L'emozione diversa a seconda dell'ambiente e delle informazioni disponibili, creerà risposte differenziate ad uno stesso stimolo, a diversificarle è il fattore di analisi cognitiva. La risposta è quindi indifferenziata e non tipica dell'emozione. La cognizione colma il divario tra la non specificità della retroazione fisica e la specificità dei sentimenti. Le variabili sono *informazione* e *contesto*. L'emozione è quindi l'interpretazione cognitiva di un determinato contesto. Si pensa inoltre che più persone valutino in maniera più obiettiva, questo è vero perché esse si lasceranno più influenzare dai sentimenti dando forza alla convinzione che una scelta comune è giusta. Tante e più varie sono le analisi delle reazioni allo stimolo emotivo e nessuna fino ad ora è stata talmente avallata da prove da potersi considerare definitiva.

CREARE E DISTRUGGERE IDENTITÀ'

di

Sara Ferraiuolo

Contro l'identità di Francesco Remotti è un esempio molto valido di teorizzazione della creazione identitaria quale fattore culturale.

Chi siamo noi? Cosa non siamo? Qual è la nostra identità? Cosa vogliamo rappresentare e in che modo poniamo in essere questa rappresentazione?

L'uomo è un essere biologico incompleto, è per questo motivo che si manifesta il suo bisogno di creare identità per ogni oggetto o persona che fa parte del suo mondo; in questo modo egli riempie le manchevolezze della natura, i suoi buchi biologici. Questa operazione di restauro si attua attraverso la cultura, che sopperisce alle pecche naturali, completando l'essere uomo.

La creazione di identità è un processo che si iscrive nel continuo "pendolare" tra strutturazione stabile e flusso continuo del mutamento.

Tale identità culturalmente appresa diventa un fenomeno creato dalla messa in essere di ben specifiche scelte, di una peculiare e studiata classificazione del mondo, di un'accettazione di alcuni concetti, e di conseguenza, di una negazione di altri; un continuo compromesso tra essere e divenire. *L'identità* – dice Remotti molto chiaramente – *non inerisce all'essenza di un oggetto; dipende invece dalle nostre decisioni*. L'invenzione identitaria, perché di una invenzione e falsificazione non può che trattarsi, ha sempre a che fare con il tracciare confini, la cui continua valutazione e rinegoziazione, creare la messa in scena di un'identità definibile; dando origine ad una "realtà" culturalmente accettata che presuppone un continuo bilanciarsi tra separazione e assimilazione, tra trascurare ed accettare, una continua reinvenzione delle categorie, un continuo re-inserire esseri ed oggetti all'intero di tabelle e gruppi separati artificialmente. Ma proprio la creazione di realtà altre, frutto della separazione del noi dal resto del mondo, fa nascere il concetto di **Alterità**, concetto che sta alla base di tutta la teoria Remottiana. L'Altro è infatti ciò che fa da sfondo all'uno, e vi si intreccia intrinsecamente. Senza l'Altro non potrebbe esistere il noi, senza opposizioni e separazioni non può definirsi un confine che pone l'accento, appunto, sulle differenze

identitarie.

Per riassumere il concetto, l'esistenza di un'Alterità permette il modellamento di una “*nostranità*” e l'opposizione continua tra queste due personalità distinte, rafforza entrambe. L'una si separa dall'Altra ed allo stesso tempo ne assimila caratteristiche; si discosta e si avvicina creando quel continuo oscillare tra flusso in mutamento e struttura stabile che permette appunto la messa in scena continua del processo di creazione dell'identità; ha così origine la MASCHERA, simbolico segno identitario.

Creare un'identità è un mezzo per opporsi e adattarsi alle risorse di un determinato gruppo/periodo, allo stesso tempo tale creazione è un obiettivo, non più solo un mezzo, ed in quanto tale è perseguito costantemente dal popolo che vi appartiene. Ciò che impedisce a questo processo di fossilizzarsi in un fallimento strutturato è il confronto continuo con l'alterità che nutre, e di cui si nutre costantemente, grazie ai continui processi di rinegoziazione. Questa teoria dimostra, inoltre, come sia impossibile utopicamente realizzare un'identità statica, pura e immutabile e, di conseguenza, quanto siano impossibilitati all'esistenza i concetti “razziali” che negli anni, politicamente e spesso dal punto di vista religioso, hanno dato origine a conflitti sanguinosi e, tutto sommato, inutili al fine di creare la propria identità.

Attraverso l'analisi si possono ripercorrere le tappe della creazione di ogni “identità” ed analizzare le scelte formative e il ventaglio di possibilità utilizzate e scartate dall'essere che si veste di tali “caratteristiche”. Si possono quindi analizzare le molteplicità, le opposizioni, ed i confini che hanno dato origine a questo e non a quel tipo di *culturalità*, e viceversa.

MORTE

di

Maria Scarinzi

La morte fa paura perché non possiamo evitarla, perché non la conosciamo, perché siamo soli di fronte ad essa e perché in fondo non riusciamo ad accettare l'impossibilità dell'immortalità...

Attraverso “**Storia della morte in Occidente**” Philippe Ariès getta uno sguardo sull'evoluzione storica dell'idea della morte e della sua rappresentazione. Il suo studio abbraccia un periodo di quasi 1000 anni fornendo al lettore una veduta di ampio respiro e descrivendo come il soggetto sia stato affrontato, sottolineando inoltre, gli effetti che esso provoca.

L'analisi proposta dallo storico è resa avvincente, anche se a tratti il suo linguaggio didattico potrebbe sminuirlo, grazie al suo continuo attingere da fonti storiche: epitaffi, testamenti, geo-localizzazione dei cimiteri nel contesto urbano, opere artistiche e letterarie che negli anni hanno governato lo scenario artistico della morte.

Partendo da un'analisi degli atteggiamenti tenuti di fronte alla morte, l'autore sottolinea come si sia passati da una morte addomesticata, legata al periodo medievale vissuta come un evento familiare che vedeva il morente come protagonista di una cerimonia in cui il trapasso era vissuto senza scervo da isterismo, ad una morte in cui grazie al predominio della cultura cattolica, la si presenta come annientamento del sé, aggiungendo la paura del giudizio alla vita dell'essere umano.. La morte del sé, con il tempo, tenderà così ad allontanarsi dalla concetto di familiarità divenendo momento di rottura con il quotidiano e acquistando carattere erotico e trasgressivo. Il moribondo comincia ad essere evitato e la morte inizia ad essere superata con più difficoltà, divenendo uno spettacolo riguardante un altro anonimo.

Questo percorso conduce poi lo stesso autore a dimostrare come, nel XIX secolo, la morte si trasformi in tabù, un momento della vita da evitare e nascondere. Da eliminare dalla quotidianità e relegare nell'ospedale, luogo della morte, dove il morente non si congeda più dal mondo circondato dall'affetto dei suoi familiari ma saluta un mondo che lo ha visto attore di uno spettacolo di cui egli non era il protagonista. Una morte che deve essere negata perché simbolo della corruzione di un corpo, e della sua imperfezione, dove il lutto viene cancellato in quanto imbarazzante e scomodo e il ricordo annullato in nome di una diminuzione della sofferenza.

Unico punto fermo della nostra vita la morte viene allontanata, negata, proibita, nascosta,

tramutandosi in vergogna da evitare e portando la comunità a eliminare lo stesso morente dagli spazi del quotidiano.

Questa analisi avvincente, condotta da Ariès e supportata da una bibliografia ricca di rimandi storici e testamentari, ma anche di semplici epitaffi è un'ottima riflessione su uno dei concetti più dibattuti dell'ultimo periodo: possiamo scegliere come morire? È più giusto morire circondati dall'affetto dei cari o è più giusto nascondere la nostra distruzione, assistiti da estranei dal camice bianco?

Difficile dare una risposta a queste domande e come tende a sottolineare lo stesso autore nella sua prefazione, questo libro nato dopo quasi quindici anni di ricerche non può avere una conclusione ponendosi come la narrazione di una *storia che non finirà mai*.

SEZIONE SCIENZA

Aglione prodigio medico

E' stata scoperta in Giappone la proprietà di alcune varietà di aglio di combattere il diabete di tipo I e II; l'aglio in questione sarebbe in grado di abbassare il livello di glicemia nel sangue delle cavie su cui è stato sperimentato.

Biodiesel

La polizia Thailandese è passata al biodiesel a causa del rincaro dei costi della benzina; le auto di pattuglia utilizzano carburante ricavato dall'olio da cucina usato scartato dalle aziende locali con grande vantaggio economico e ambientale.

SEZIONE TRADIZIONI

Israele

Gli archeologi hanno scoperto una tomba risalente a 12.000 anni fa che sembra contenere lo scheletro di una donna, circondata da parti del corpo umane e animali; la tipologia di sepoltura fa ipotizzare alla possibilità del ritrovamento dello scheletro di una Sciamana.

Magia nera

Negli USA, ad Annapolis (Maryland) è stato trovato un artefatto africano riconosciuto come frutto della "magia nera"; il reperto è un blocco di argilla pieno di frammenti metallici unito ad un ascia che secondo gli studiosi serve per cacciare gli spiriti; è stato fatto risalire al 1700.

SEZIONE ARTE E CULTURA

Gorilla

Nel cuore africano al confine con il Camerun sono stati scoperti circa 120mila animali appartenenti alla nuova popolazione di gorilla di pianura; l'area congolese in cui risiedono è però già minacciata dalle compagnie di legname cinesi.

Australia

A seguito della scoperta di un diamante di 4,2 miliardi di anni molto ricco di carbonio 12, l'isotopo più utilizzato dalle forme di vita, la nascita delle prime forme viventi potrebbe essere retro datata di più di 700 milioni di anni.