
Nei panni degli altri

Autore: Pasquale Ionata

Fonte: Città Nuova

Cosa accade a livello neurologico quando una persona si impegna a capire e ad entrare in rapporto con altre persone? Marcello - Taranto Nel cervello umano, dicono delle osservazioni relativamente recenti, esistono dei neuroni particolari, detti specchio, che collegano in maniera diretta percezione e azione motoria. Per esempio, un determinato neurone si attiva se un individuo guarda un atto intenzionale compiuto da un'altra persona, ad esempio se vede qualcuno sollevare una tazza: il nostro cervello, cioè, è in grado di riconoscere le intenzioni degli altri. Questi meccanismi neuronali sono coinvolti non solo in processi di imitazione e apprendimento, ma anche nello sviluppo della capacità di percepire le menti altrui. I neuroni inoltre collegano la percezione di espressioni emozionali alla creazione di questi stati nella mente dell'osservatore; quando percepiamo le emozioni di un'altra persona, il suo stato emotivo viene così ricreato, automaticamente e inconsciamente, all'interno della nostra mente. Per esempio, possiamo iniziare a piangere, se vediamo qualcuno che piange. Impariamo a riconoscere che cosa provano gli altri mettendoci nei loro panni; possiamo capire come si sentono in base alle risposte del nostro corpo e della nostra mente. Per conoscere lo stato della mente di un'altra persona facciamo riferimento al nostro stato; questa è la base neurologica dell'empatia. L'esistenza dei neuroni specchio costituisce un'ulteriore prova di come il nostro cervello si sia differenziato per essere profondamente relazionale. Gli esseri umani sono animali sociali sopravvissuti nel corso dell'evoluzione grazie alla capacità di decifrare le espressioni e le manifestazioni esterne di stati interni e i neuroni specchio ci permettono di rispondere in maniera pronta e precisa alle intenzioni degli altri. In termini di sopravvivenza, il valore della capacità di leggere le menti in un contesto sociale è notevole, in quanto ci consente per esempio di determinare se gli individui che abbiamo di fronte sono da considerarsi amici o nemici. Empatia e capacità di percepire altre menti trovano quindi radici nella nostra storia evolutiva. Le funzioni empatiche possono essere viste metaforicamente come la capacità di mettersi nei panni mentali degli altri. Impariamo a capire gli stati interni altrui attraverso gli stati che i neuroni specchio creano in noi; la comprensione emozionale degli altri è così direttamente legata alla consapevolezza e alla comprensione che abbiamo di noi stessi. In pratica i neuroni specchio stanno dimostrando scientificamente valide le parole dello psicoanalista Winnicot che nei primi anni Cinquanta del secolo scorso diceva: Nel volto della madre il bambino si specchia e vede sé stesso.

pasquale.ionata@tiscali.it