

# LA DITTATURA DELLE EMOZIONI

SENTIMENTI, IMPULSI E PREGIUDIZI NELL'ERA DI INTERNET.  
LE ULTIME SCOPERTE DELLE NEUROSCIENZE



S. Sady/AP



R. Monaldo/L'Espresso

**Il pianto improvviso del ministro Fornero, il 4 dicembre 2011, è stato ripreso dai media con un rilievo insistito ed eccessivo. È la moda di spettacolarizzare l'intimità. A sin.: entusiasmo ad una gara sportiva.**

Tempo fa un deputato d'oltre oceano propose una legge per limitare la libertà di navigazione su Internet. Immediate le proteste, gli appelli, le prese di posizione del popolo della Rete... invano. Finché un navigatore ebbe un'idea molto semplice: fece un'indagine approfondita, in Rete, sulla vita del deputato, e scoprì una vecchia storia relativa a suoi comportamenti imbarazzanti in campo sessuale. Sreditato davanti all'opinione pubblica, costui ritirò la proposta di legge.

## Incontri

Una piccola notizia che sottolinea come Internet sia sempre meno virtuale e sempre più reale: in Rete si muovono persone con i loro corpi, la loro storia, i ricordi, le idee, gli errori, i successi, i sentimenti. Reale e virtuale si intrecciano in un'unica vita.

La Rete, però, ricorda di noi molte più cose di quelle che rammentiamo, e soprattutto stimola la massima condivisione di sentimenti, emozioni, eccitazioni continue, così che ormai «l'introspezione è sostituita dalla

frivola esposizione dei più intimi segreti». E non solo quelli propri, ma anche quelli del partner (magari inconsapevole), con ovvie ricadute sulla vita di coppia.

I tecnici lavorano sull'*emotion sensing*, braccialetti e software che rilevano in tempo reale i parametri corporei delle persone (come temperatura e battito cardiaco), per renderli disponibili in Rete. L'obiettivo è la condivisione in tempo reale anche degli stati d'animo: voglio sapere, minuto per minuto, se sei felice o triste!



Giuseppe Distefano

**La ricerca amorosa a tutti i costi e le storie trasgressive coprono solitudine e insicurezza sentimentale. Sulle emozioni si pronunciano anche le neuroscienze schematizzando i processi mentali (a fronte).**

Spopolano, soprattutto tra separati e divorziati, i siti (*dating*) che favoriscono gli incontri con la persona ideale, selezionata sulla base di precisi parametri comportamentali ed estetici: è la ricerca amorosa senza barriere, «la promessa di intimità, l'affannosa sollecitazione del desiderio».

Nel telefonino, invece, si trovano applicazioni (*social discovery*) che permettono incontri «casuali», avvertendoci quando ci passa accanto una persona coi nostri stessi interessi, che potrebbe farci piacere conoscere. Sorpresa, scoperta, emozioni garantite.

## Shopping sentimentale

In tv e sui giornali vanno di moda storie capricciose e trasgressive. Nella lista dei libri più venduti dell'estate spicca un libro pornografico, acquistato soprattutto da lettrici. Beppe Severgnini nel suo blog si chiede «cosa stia accadendo alle femmine e ai maschi occidentali», membri di «una società ipereccitata e ansiosa, regredita all'adolescenza». Subito alcune giornaliste lo hanno rimbeccato: la pornografia è solo «libertà di esplorazione, voglia di giocare».

Dunque un gioco «leggero» e innocuo... o no? Le emozioni sembrano proprio la caratteristica del nostro tempo. Possibilmente a breve termine, per «uomini e donne ansiosi di instaurare relazioni, ma al contempo timorosi di restare impigliati».

Il famoso sociologo Zygmunt Bauman (*Amore liquido*, Laterza) ci va più pesante: al posto dei matrimoni le convivenze, con intenti modesti, senza pastoie né giuramenti, con tutte le opzioni che rimangono aperte. Al posto delle convivenze i rapporti mordi e fuggi, le relazioni part-time, lo *shopping* sentimentale.

In campo sessuale, anziché desideri voglie, frammentate, frenetiche, disinibite, reiterando all'infinito «l'eccitante momento del lasciarsi andare». Perché «la solitudine genera insicurezza, ma altrettanto sembra fare la relazione sentimentale. Cambiano solo i nomi che dai alla tua ansia».

## Galline

In questa società apparentemente fragile e cinica, dove non interessa più trovare un «senso» alla vita, rimangono solo le emozioni a sostenere la personalità di ognuno. Lo sanno i comunicatori (bisogna raccontare storie per attivare le emozioni), ma soprattutto i pubblicitari che riescono a manipolare desideri e valori dei compratori.

Da qualche tempo *Facebook* e *Google+* chiedono ai propri utenti di non usare pseudonimi, ma fornire gli estremi di un documento di identità. E i governi fanno pressioni su *Twitter* perché adotti la stessa politica.

Il motivo è la capacità predittiva di queste reti sociali, ormai impressionante: sono in grado infatti di anticipare spostamenti, desideri, acquisti e azioni future di singoli e gruppi. Neanche la polizia ha a disposizione tutte queste informazioni personali, vendute a caro prezzo e senza pos-



## Una conquista da salvare

Su questi temi abbiamo intervistato Silvia Cataldi, docente di sociologia all'università di Cagliari.

### Emozioni positive o negative?

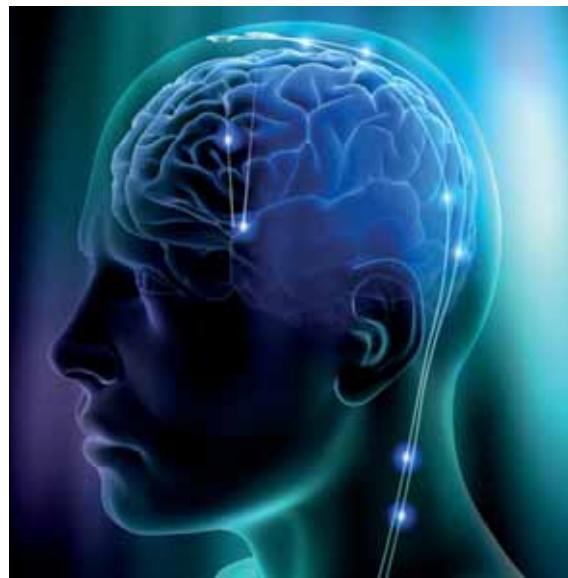
«Il fatto che alle emozioni sia stato riconosciuto un ruolo importante nella vita sociale è una conquista. Fino a tempi recenti, infatti, esse venivano relegate a pulsioni non significative per la vita pubblica. Si pensi al modello di uomo razionale che ha imperato nella scienza e nella filosofia, da Cartesio all'illuminismo, e che per lunghi anni ha ispirato le discipline economiche. Quel modello rifletteva l'immagine di una persona adulta, esclusivamente di sesso maschile, sana (di corpo e di mente), che agiva sempre in maniera coerente rispetto allo scopo. È con il romanticismo che le emozioni hanno assunto un valore nuovo, in particolare in campo artistico. Ciò ha avuto un riflesso anche nelle relazioni interpersonali, per esempio con l'avvento dell'amore romantico, di un nuovo legame di coppia e di famiglia basato su amore, scambio emotivo ed affettività. «In seguito, altri contesti hanno scoperto l'importanza delle emozioni: psicologia, psicoanalisi e anche economia, dove si è riconosciuto il ruolo che le emozioni giocano nelle scelte di consumo. Così il marketing ha imparato a fare leva su sensazioni, fragilità, contraddizioni e ricordi. Al di là delle singole discipline, però, riconoscere il ruolo importante delle emozioni significa vedere le persone nella loro unitarietà, non solo per i loro aspetti razionali. Per questo parlerei di conquista».

### Una società delle emozioni?

«Facendo da contraltare all'ideale dell'uomo razionale, la donna è sempre stata icona dell'emotività. Fatti recenti indicano che in parte questo pensiero è ancora radicato (basti pensare al rilievo che ha avuto il pianto del ministro Fornero). Ma nella nostra società occidentale lo sdoganamento delle emozioni ha camminato di pari passo con le trasformazioni dei rapporti tra generi. Per questo, al di là dei luoghi comuni, alcuni segnali ci dicono che il mondo delle emozioni ora appartiene anche agli uomini, e ha investito sfere, come lavoro e organizzazioni, che fino a qualche decennio fa venivano considerate estranee. Così non stupisce che tra i caratteri valutati durante un colloquio di assunzione rientri l'intelligenza emotiva, o che le aziende ricorrono a specialisti del lavoro emotionale per la formazione del personale che lavora a contatto con il pubblico».

### Tutto positivo?

«No, come molte altre sfere umane, anche le emozioni oggi sono diventate luoghi di colonizzazione della precarietà e del consumismo. Così, non è raro trovare espressioni come "capitalismo emotivo", "società volubile ed emotiva", "commercializzazione dei sentimenti" e "svendita delle emozioni". Alcune sono un po' allarmiste, ma in sostanza ci dicono che le emozioni si sono trasformate in oggetti di consumo. In questo l'azione dei media gioca un ruolo fondamentale, costruendo una cultura emotionale, fondata su straripamento e spettacolarizzazione delle emozioni. Questo riduce le emozioni a merci da consumare in silenzio e in solitudine davanti a tv, pc, iphone. La trasformazione disincentiva impegno e azione collettiva. Sarà capitato a tutti di assistere ad un talk show che ci commuove, o venire a conoscenza di una notizia al telegiornale che ci sconvolge. Ciò che però molti sociologi notano è che alla compassione, di solito, non segue alcuna azione, la nostra con-partecipazione finisce lì. In questo senso le emozioni, invece di essere le molle che portano a muoverci al di fuori di noi stessi, nella nostra società comportano una ritirata emotiva, un congelamento sentimentale, una chiusura in noi stessi. Su questo, credo che le agenzie di socializzazione (famiglia, scuola, associazionismo) debbano molto lavorare, per accrescere una responsabilità emotiva».



sibilità di controllo da parte di magistratura o pubblica opinione.

Si possono quindi studiare sofisticate e irresistibili campagne mediatiche, soprattutto per «uomini e donne privi di legami sociali, abitanti ideali dell'economia di mercato»... come galline in batteria, che non pensano, contente di ricevere ogni giorno il cibo preconfezionato deciso da altri.

Altan ha reso il concetto, in modo fulminante, in una delle sue vignette satiriche, dove mostra un signore che, con aria rassegnata, esclama: «Emozionatemi, sennò mi tocca di pensare».

Eppure, in questo «cimitero di relazioni umane», tanti continuano a cercare e costruire rapporti profondi, puliti, a lungo termine, dove amare significa volere la felicità dell'altro, e viceversa. Sono eroi? Qualcosa non torna. Com'è veramente la nostra società?

## Processi inconsci

Le neuroscienze sembrano suggerire una ipotesi di soluzione, perché anch'esse si interessano di emozioni.



S. Losi/AP

Nell'esplorare la mente, analizzano l'effetto dei farmaci, l'attivarsi di determinate zone del cervello a seguito di certi movimenti o intenzioni, e il comportamento di persone con lesioni in particolari regioni del cervello.

Si è scoperto, così, che le emozioni hanno, nella nostra vita, un ruolo molto maggiore di quello che si pensava. Sembra che in molte occasioni, quando facciamo una scelta, i processi inconsci (spinti da emozioni e sentimenti) si attivino "prima" della riflessione cosciente, influenzando la decisione finale senza che ce ne accorgiamo.

Siamo convinti di aver fatto una scelta razionale e meditata, mentre in realtà a decidere (specialmente nelle interazioni sociali) sono spesso processi sotterranei che non conosciamo né controlliamo. Al massimo possiamo, a volte, ritardare o inibire queste risposte automatiche.

Subito si è scatenata la discussione: se non abbiamo il controllo dei processi che portano alle decisioni, come possiamo essere responsabili delle nostre azioni? Come possiamo essere giudicati colpevoli in tribunale? C'è ancora spazio per il "libero

**Un rave party. Possiamo controllare gli istinti e allenare, in positivo, mente e cuore? La sfida (e la responsabilità) di scegliere il proprio stile di vita.**

arbitrio", quello che ci dovrebbe distinguere dagli animali? Se le risposte automatiche e i pregiudizi sono comunque vincenti, perché non abbandonarci ad istinti ed emozioni? Appunto, ci siamo di nuovo!

## Il prezzo della libertà

Il nostro comportamento è influenzato in parte dal corredo genetico, che ci accompagna fin dalla nascita, in parte dall'ambiente nel quale viviamo. Ma il neuroscienziato Antonio Damasio (*Il sé viene alla mente*, Adelphi) ci invita a considerare un altro aspetto: «L'infanzia e l'adolescenza della specie umana sono di una lunghezza esorbitante perché l'educazione dei processi non coscienti del nostro cervello... secondo le intenzioni e gli obiettivi della coscienza, richiede un tempo molto, molto lungo».

È come quando impariamo a guidare la macchina: all'inizio lo facciamo coscientemente, poi piano piano diventa un processo automatico. Allo stesso modo, se durante la giovinezza ci alleniamo a pensare ed agire in un certo modo, poi queste risposte diventeranno automatiche, anche quando non c'è tempo per riflettere.

Oggi va di moda spendere molto tempo per mantenere il corpo in forma. Allo stesso modo, ognuno di noi dovrebbe allenare la mente e il cuore, con «una lunga preparazione cosciente», perché una cosa sono i (buoni) sentimenti, che colorano la vita («l'intelletto senza emozioni è cieco» ripete Martha Nussbaum), altra cosa è vivere in balia di pregiudizi, voglie e passioni effimere.

Lasciarsi andare infatti è facile; allenare i processi inconsci richiede invece fatica, continuità, volontà e un motivo per farlo, ma questo è il prezzo della libertà, come anche la scienza suggerisce.

## Auschwitz

Per quanto riguarda tribunali e libero arbitrio, quindi, non è tanto (o solo) la singola azione che andrebbe pesata, quanto lo stile di tutta la vita. Sperando che l'allenamento sia stato orientato al bene, personale e della società.

Come nel caso di padre Massimiliano Kolbe: quando nel campo di concentramento di Auschwitz chiese improvvisamente di prendere il posto di un condannato a morte, non lo fece sulla base di una riflessione pacata, ma di un impulso veloce. Un processo automatico, che però aveva addestrato negli anni, donando la vita nei tanti piccoli "sì" quotidiani di amore per il prossimo. Tutto il contrario, insomma, delle galline in batteria.

**Giulio Meazzini**