

EMOTIVITÀ, AFFETTIVITÀ, INTELLIGENZA: neurofisiologia e psicodinamica della mente



Romeo Lucioni

In questa significativa illustrazione, che vuole interpretare graficamente il pensiero di Platone, possiamo leggere un messaggio simbolico che lega l'uomo al suo cervello.

L'auriga, *l'intelligenza*, usa le redini, *la mente*, per controllare *i sensi*, i cavalli, perché *l'anima*, il passeggero, possa usufruire di un viaggio sicuro che rappresenta *l'esperienza della vita*.

Possiamo "leggere" la "verità" in modo diverso, a seconda dell'angolo di osservazione da cui partiamo, ma, prima di tutto, deduciamo che l'energia motrice (i cavalli) è data dalle emozioni legate alla vista (occhio), all'olfatto (naso), all'udito (orecchio), al tatto (mano), al gusto (bocca), emblemi sui pettorali dei focosi destrieri.

L'intelligenza regola e controlla, attraverso una *mente* capace di trasmettere sensibilità, volontà, destrezza e capacità ed infine *l'anima* giudica e gode dell'esperienza tenendo conto del *mondo circostante*, per lo più procelloso, sviluppando quindi una *coscienza* mitico-trascendente.

In una sola immagine abbiamo tracciato tutta la complessità dell'attività e delle potenzialità psico-mentali che caratterizzano l'uomo e lo rendono tanto diverso da ogni altra "creatura", da ogni altro essere vivente. Questa differenza si manifesta anche nella coscienza del piacere che l'uomo trae dalla sua curiosità di conoscere se stesso e, in altre parole, di dare un significato al viaggio ed alla meta, alla volontà di superare i mondi procellosi come così anche di dominare il proprio mondo interno, fonte di energia, ma anche di pericolo, se lasciato troppo in libertà.

In questa visione simbolica, possiamo trovare anche una lettura psicoanalitica leggendo l'auriga come l'Io che regola i rapporti tra l'Es (la parte istintiva e libidica) ed il Super Io (la struttura etico-morale di riferimento) e/o, in termini più moderni, tra *l'ideale dell'Io* e *l'Io ideale*.

Comunque si vedano le cose, resta tuttavia una dimensione molto chiara che nell'analisi delle facoltà psichiche o, se vogliamo, della mente, dobbiamo riconoscere tre elementi fondamentali: *l'emotività, l'affettività e la capacità cognitiva*.

Diciamo subito che questa differenziazione non è così facilmente riconosciuta perché generalmente (fatto forse dovuto alle difficoltà linguistiche dell'inglese (vedi Lucioni, 1997)) non sono ben chiare le differenze tra emotività ed affettività.

Jung dice: "...la funzione intellettuale del comprendere è incapace di "pensare" una facoltà come il sentire", facendo, in questo modo collimare l'emotività con l'affettività, in una attività psichica riferita ai *sentimenti*.

Così sembrerebbe impossibile capire i sentimenti con la razionalità e risulterebbe il paradosso dell'uomo che cerca di gettare un ponte tra mondo del pensare e mondo del sentire.

Nelle società dei paesi più sviluppati, sono assolutamente privilegiate le facoltà intellettivo-razionali, intanto che le "emozioni" sono considerate cose da "donne" o, comunque, di secondo ordine. Si può anche dire che questo atteggiamento è retaggio della cultura classica greca, nella quale il razionale, l'estetico ed il vero si coniugavano anche nel giusto, per assumere un valore assoluto di predominanza (Atene verso Sparta).

Nel mondo antico l'emotivo era coniugato come "passione" che, con un significato intrinseco di istintivo, incontenibile, infrenabile e cieco, era da rifiutare.

Cartesio (1595-1650) invece rivaluta i sentimenti come espressioni autonome dell'Io che si propone così come "soggetto", valore massimo della condizione umana, che si distingue dal resto del mondo e dall'oggettività; considera il sentimento come fonte della morale e dell'etica, espressione massima dell'estetica ed anche mezzo di conoscenza che incrina la supremazia dell'oggettività e, quindi, del razionale.

Pascal (1623-1662) riconosce che il "cuore" ha una capacità conoscitiva diversa dall'intelletto, ma assolutamente valida ed efficace: se il pensiero razionale è capace di acquisire conoscenza, non è tuttavia in grado di afferrare l'oggetto nella sua completezza perché è del cuore la capacità di captare intuitivamente e rapidamente la situazione dell'oggetto.

Per Rousseau (1712-1778) il sentimento riesce a percepire quella forma di bontà e di valore etico di un ambiente inquinato dai condizionamenti, dal profitto, dall'utile, dal predominio sociale.

Un notevole progresso è attuato dai sentimentalisti inglesi del settecento che, nel campo del conoscere, pongono sullo stesso piano sentimenti e ragione.

Kant (1724-1804) evidenzia, accanto alla ragione, il sentimento e la volontà che diventano le funzioni mentali principali dell'uomo e che, anzi, lo elevano sopra ogni altro essere vivente.

Il sentimento acquista sempre maggior valore anche perché gli vengono attribuite particolari capacità di giudicare in base ad un nuovo metro che è quello del piacere e del dispiacere. Contro i percorsi della logica e della razionalità, il sentimento viene esaltato come ponte di spiritualità, come mezzo per seguire il cammino della trascendenza e l'amore acquista un valore che spalanca le porte alla relazione, alla partecipazione ed alla solidarietà.

Accanto ai valori cognitivo-razionali, prendono posto valori esistenziali ed i sentimenti si differenziano fenomenologicamente come "animici" (amore, odio, tristezza) o "spirituali" (speranza, felicità, estasi) dando una visione nuova al senso della vita e del mondo, oltre alla finalità dell'uomo e della sua volontà.

Si ha comunque l'impressione che a tutt'oggi non sia stato possibile sciogliere la dicotomia mente-corpo, biologico-psichico, corpo-anima ed anzi forse l'avvento di una vera "era psicofarmacologia", con il fascino dei risultati, attraverso i quali si è dimostrato come l'ambiente chimico (neurotrasmettitori) del cervello alteri le sensazioni, la partecipazione, la produzione eidetica ed il comportamento, si sia accentuato il vallo che separa da sempre "il biologico" dal "mondo psico-mentale".

La scienza dei neurotrasmettitori e della chimica molecolare ha ancora di più accentuato il diverbio, l'intolleranza, le prese di posizione estreme e poco hanno servito le recenti pubblicazioni di Daniel Golman, Thomkins e Antoni Damasio che, pur destando nuovo interesse sul ruolo delle emozioni, hanno mantenuto una certa separazione tra sfera cognitiva e sfera affettiva, mettendole in competizione (l'adattamento emotivo è più importante dell'aspetto cognitivo) dimostrando che lesioni cerebrali che alterano il funzionamento emotivo lasciano indenne quello cognitivo e razionale (Stanley I. Greenspan, 1997).

Sigfried Brockert e Gabriele Braun (1997), commentando il libro di D. Golman, dicono:

- ai fini del successo nella vita, l'intelligenza emotiva è più importante di ciò che si apprende nelle scuole e nelle università;
- l'economia non ha bisogno di geni QI, ma di individui dotati di intelligenza emotiva;
- la convivenza in famiglia e nella società può essere sensibilmente migliorata dallo sviluppo dell'intelligenza emotiva. I divorzi e la maggior parte degli atti di violenza potrebbero essere evitati;

e ancora:

- il tipo di intelligenza che la scuola e le istituzioni culturali successive creano non è affatto una garanzia di successo;
- non il QI ma il QE è garanzia di una vita di successo;
- non sono i test dell'intelligenza che mostrano se il bambino faranno strada o meno nella vita, ma sono i test che calcolano il grado di intelligenza emotiva del soggetto;
- ai fini del successo scolastico l'intelligenza emotiva (QE) è più importante del QI.

Questa famosa dicotomia tra razionale ed emotivo non si traduce in semplice diatriba scientifico-conoscitiva, ma influenza e condiziona poderosamente interventi sia nell'ambito clinico-terapeutico, che in quello educativo-formativo:

- a) l'approccio cognitivo-comportamentale, concettualizzando una "struttura" più o meno ordinata e/o funzionale, prospetta, oltre alla medicalizzazione, interventi strettamente controllati, senza sentimentalismi, quasi "studiati" per ogni cervello menomato;
- b) l'approccio psicologico e psicodinamico prevede interventi modulati e personalizzati, ma che hanno come punto di partenza l'incontro e la relazione, le modalità linguistico-simboliche e che, soprattutto, hanno come obiettivo la integrazione dell'io e lo sviluppo della personalità intesa, in primo luogo, come senso di sé dimensionato nell'autostima.

Queste due concezioni vedono il cervello o come una struttura rigidamente determinata o, al contrario, come un sistema funzionale plasmabile attraverso lo sviluppo relazionale e affettivo, in altre parole, dei sentimenti.

La dicotomia mente corpo ha pure un risvolto etico: ancor oggi, sotto un certo profilo popolare, il paziente neurologico è visto come uno "sfortunato", mentre il malato di mente viene più considerato come colpevole di certe intolleranze, dei comportamenti strani e della sua dolorosa instabilità affettiva.

Bisogna riconoscere tuttavia che l'importanza del mondo delle emozioni e dell'affettività è sicuramente ormai riconosciuta e sufficientemente dimostrata anche se, purtroppo, le incertezze linguistiche (Lucioni, 1997) creano un alone

semantico che, a nostro modo di vedere, confonde e determina tali e tante incomprensioni che finalmente risulta poco chiaro tutto il discorso sul significato e sulle qualità dei meccanismi mentali.

Per fare un esempio riportiamo una frase di Greenspan (1997):

“In passato le emozioni sono state viste come uno sfogo di passioni molto intense, come reazioni fisiologiche, stati d’animo soggettivi o segnali interpersonali, ma dai nostri studi sull’età evolutiva emerge che il loro scopo principale è quello di creare, organizzare e orchestrare molte delle funzioni fondamentali della mente. Intelletto, capacità scolastiche, senso di sé, coscienza e moralità hanno tutti radici comuni nelle primissime esperienze emotive. Per quanto possa sembrare strano, le emozioni sono artefici di una vasta gamma di operazioni cognitive nel corso di tutta la vita e rendono possibile il pensiero creativo in ogni sua forma.”

È veramente poco chiaro come le “emozioni” possano esercitare una influenza tanto positiva sulla strutturazione dei meccanismi mentali, a meno che con il termine di emozioni si voglia indicare anche tutto quell’apparato psichico che noi differenziamo come “*mondo dell’affettività*” o “*mondo dei valori*”.

Questo problema è chiaramente evidenziabile anche da Greenspan che, poche righe sotto, dice: “...*le emozioni sono artefici di una vasta gamma di operazioni cognitive...*” e, subito dopo: “*A favore del legame tra sfera affettiva ed intellettuale...*”

Da queste osservazioni si evince la necessità di ordinare con maggior precisione le conoscenze e le definizioni su emozioni, affetti e razionalità, tenendo conto anche del fatto che l’intuito popolare riconosce nell’intelligenza anche capacità di ordine sociale (ecologiche ed altruistico-solidali), oltre che emotive, dal momento che viene bollata come “freddezza emotiva” quella qualità che spesso accompagna i ragionamenti e le dichiarazioni specificamente professionali e/o manageriali.

* * * * *

Sull’onda del positivismo, la ricerca scientifica ha portato avanti un costante modello di studio e di approfondimento conoscitivo, aprendo nuovi orizzonti, non solo alla conoscenza, ma anche al razionale, all’intellettuale, alla dimostrazione ed alla sperimentazione.

Gli studi di anatomia, di neuroanatomia funzionale, di neurofisiologia e, più recentemente, le neuroscienze ci hanno dato un bagaglio conoscitivo-culturale che, insieme agli studi di farmacodinamica e farmacocinetica, oltre a quelli centrati sui neurotrasmettitori, hanno permesso di migliorare le nostre conoscenze sul funzionamento del cervello e sulle connessioni e riverberazioni che legano diverse strutture o, anche, diverse aree cerebrali a funzionalità specifica.

Alla base della nostra ricerca sull’intelligenza, l’approfondimento di alcune funzioni psico-mentali che interessano:

- percezione
- risonanza emotiva
- partecipazione affettiva
- elaborazione cognitivo-intellettuale.

Percezione

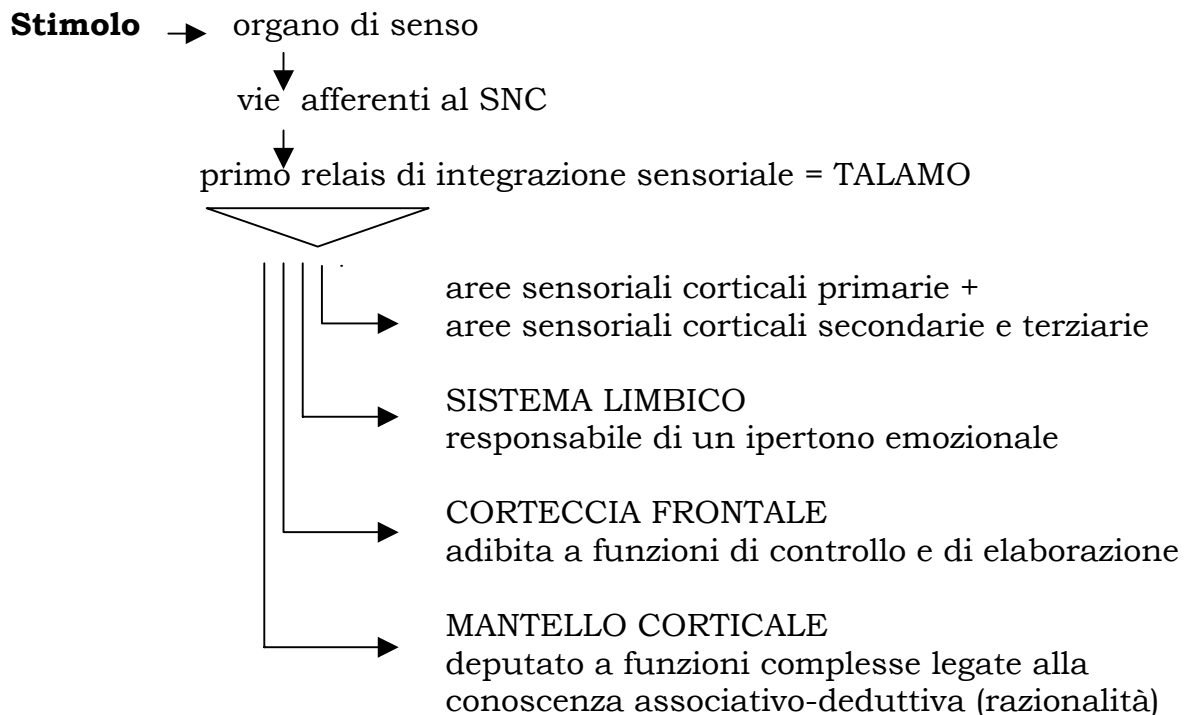
La possibilità che ogni essere vivente ha di interagire con il mondo in cui vive dipende dalla sua *struttura sensoriale*, vale a dire da un insieme di *organi di senso* capaci di “sentire” gli stimoli che li colpiscono. Questa funzione, nell’uomo è svolta da *sensori* per il tatto, la vista, l’udito. Il gusto e l’olfatto che, insieme a recettori interni (sensibilità propriocettiva ed enterocettiva) mandano segnali al *Sistema Nervoso Centrale* (SNC), struttura deputata per la loro decodificazione. La trasmissione dell’input sensoriale non è mai diretta, ma si sviluppa attraverso collegamenti successivi, attraverso i quali il messaggio raggiunge il SNC in forma distorta, ma perfettamente “codificata”.

Ciascun tipo di sensibilità, e quindi di stimolo, ha una zona di ricezione primaria nella corteccia cerebrale che è stata suddivisa in aree identificate da vari studiosi, ma che attualmente vengono riferite alla mappatura di Brodmann che è per lo più universalmente accettata.

Libet (1966; 1973) ha condotto uno studio dettagliato sulle localizzazioni e sui tempi necessari per una percezione cosciente, dimostrando che c’è un periodo di incubazione relativamente lungo (0,5 sec.) durante il quale avviene una *diffusione* (a tutto il mantello corticale) ed una *complicazione* (interessamento di vari schemi o circuiti funzionali) che permettono il raggiungimento di un livello appropriato letto come “*interfaccia tra cervello e mente-cosciente*” (Popper e Eccles, 1981).

Questa elaborazione seppur complicata dei processi delle informazioni percepite nel loro cammino verso il *decodificatore* (SNC) è però semplicistica dal momento che nell’uomo l’attività della percezione si complica notevolmente prima di poter essere trascritta come “cosciente”.

Schematicamente possiamo evidenziare:



Tralasciando un’analisi dettagliata del Talamo (primo relais di integrazione sensoriale) e delle aree corticali sensoriali che sono organi specifici della percezione, vogliamo qui riferirci alle altre strutture cerebrali chiamate in causa

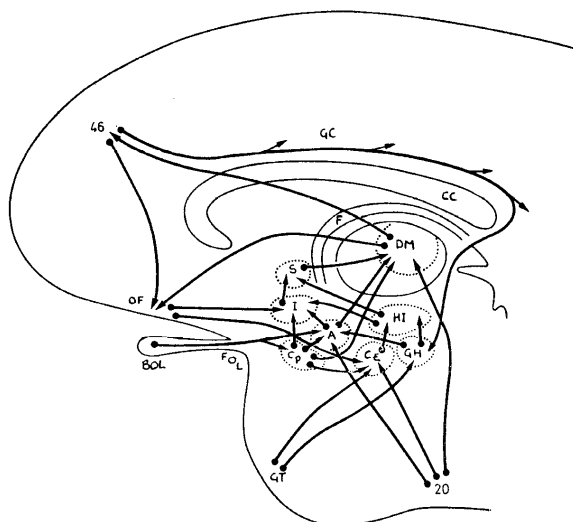
nello sviluppo di quelle esperienze coscienti condizionate da un “ipertono emozionale” e che entrano nel tema della nostra ricerca sull’intelligenza.

Eccles (1981) pone l’attenzione su come “...la percezione cosciente, derivata da inputs sensitivi comuni, sia modificata in un modo significativo da emozioni, sentimenti e pulsioni affettive” ed inoltre ricorda come Nauta (1971) ipotizza che lo stato dell’ambiente interno (fame, sete, paura, collera, piacere) sia segnalato ai lobi prefrontali dall’ipotalamo, dall’amigdala, dai nuclei del setto e da altri componenti del Sistema Limbico.

SISTEMA LIMBICO o LOBO LIMBICO

è una parte del cervello sviluppatasi dal vecchio *cervello olfattivo* che è rimasta adibita all’esperienza emozionale e ad una parte della funzione memoria. Comprende aree primitive della corteccia cerebrale, distinte dalle aree neocorticali (recenti) che vengono chiamate anche archicorteccia.

Nello schema riportato da Popper e Eccles (1981)



Si possono osservare:

HI = ippocampo

GH = giro ippocampale associato

CE = corteccia entorinale

CP = corteccia piriforme

A = amigdala

S = setto

I = ipotalamo

OF = superficie orbitale della corteccia prefrontale

GT e 20 = polo temporale

CC = corpo calloso

BOL = bulbo olfattivo

FOL = fascio olfattivo laterale

GC = giro cingolato

F = sistema del fornice

DM = talamo dorso-mediale

46 = area corticale della convessità

non rappresentati : nuclei del rafe e sostanza innominata (SI)

Recentemente (Elba Tornese e Norberto A.Mendez, 1997) è stata riconosciuta l'importanza della *sostanza innominata* (SI) o *Nucleo di Meynert* (NEM), situata nelle vicinanze del *globo pallido* e della sua via di scarica *l'ansa lenticolare*. In questo gruppo endopeduncolare si riconoscono:

- il nucleo dell'ansa lenticolare di Meynert
- il nucleo basale di Meynert
- il nucleo sub-putaminale descritto da Ayala.

Questo sistema è un *centro limbico* e produce una unione reciproca con l'amigdala e con l'ipotalamo. Il nucleo basale di Meynert è magnicellulare e lancia le sue connessioni acetilcoliniche a tutta la corteccia cerebrale. Le sue connessioni riguardano l'amigdala, l'ippocampo e la sua attività rientra nei processi della memoria e dell'apprendimento. La stimolazione del NEM e della SI agisce sulla regolazione del flusso sanguigno cerebrale locale (FGCL), nella corteccia frontale, parietale e occipitale di ratti ammaestrati.

Recentemente si è verificata anche l'importanza della SI nella malattia di Alzheimer, nella quale si dimostra una correlazione primitiva con la sintomatologia.

* * * * *

Nelle strutture cerebrali più antiche, come è appunto il lobo limbico, hanno luogo *selezioni di risposte* delle quali non si ha coscienza, quindi, non sono deliberate, né determinate da una volontà. Queste risposte si potrebbero definire come *forme elementari di decisione* (Antonio R.Damasio,1995) e, in un precedente lavoro (Lucioni,1995) sono state indicate come *risposte automatiche* o *emotivo istintive*.

Per gli organismi che hanno un cervello che comprende solo strutture arcaiche (per es. i rettili) la comprensione di questi meccanismi di risposta sono facilmente intuibili e comprensibili: lo stimolo determina una risposta immediata e determinata dal livello di tensione.

Diverso è il problema quando viene trasferito ai mammiferi superiori e, soprattutto, all'uomo. Parlando delle emozioni Damasio (1995) riporta come sia stato William James ("... le cui intuizioni sulla mente umana si possono porre a confronto con quelle di Shakespeare o di Freud ...") a formulare, circa un secolo fa, un'ipotesi sorprendente sulla natura delle emozioni. Per James le emozioni erano risposte somatiche (accentuazione del battito cardiaco, contrazione del respiro, tremore delle labbra, indebolimento degli arti, pelle d'oca e visceri in subbuglio), senza nessuna partecipazione mentale.

La critica che fu mossa a James fu quella di non aver tenuto conto della partecipazione mentale delle emozioni più complesse (per es. gelosia, rabbia, ripugnanza, ecc.), ma la lucidità di questo Autore va messa in evidenza alla luce anche delle nostre osservazioni che riportano le emozioni a meccanismi innati ed inderogabili. Damasio risolve la diatriba parlando di emozioni primarie e di emozioni secondarie.

A – emozioni primarie

Queste, che Damasio definisce "alla James", determinano delle risposte per lo più somatiche che interessano visceri, muscoli scheletrici, ghiandole endocrine, sistema vascolare e sistema immunitario (per es. il cuore martella, la bocca diventa secca, la pelle si scolora o si ruborizza, l'intestino si contrae così come la vescica, i muscoli del viso fanno cambiare la mimica, ecc.). Queste reazioni sono

state confermate da moltissimi ricercatori che le hanno considerate dipendenti dall'attività dell'amigdala, dell'ipotalamo e del cingolato anteriore.

Rifacendoci all'osservazione che queste *reazioni emotive primarie* hanno il loro substrato anatomico nel sistema limbico, vale a dire nel cervello antico o cervello dei rettili, dobbiamo sottolineare che hanno un significato preciso ed uno scopo funzionale altrettanto specializzato.

Le emozioni possono essere considerate come *risposte specializzate e fisiologiche, che hanno permesso agli organismi ancestrali di sopravvivere e di procreare in ambienti ostili. Negli organismi superiori risultano ancora efficienti reazioni agli stimoli, che però vengono controllate da meccanismi psico-neuro-biologici più evoluti.*

Quando abbiamo parlato di *risposta automatica o risposta emotivo-istintiva* (Lucioni,1996) ci riferivamo appunto ad un processo di causa-effetto nel quale una partecipazione emotiva intensa fa confluire sufficiente energia per dare una rapidissima risposta neuro-vegetativa (accelerazione dei battiti cardiaci, aumento pressorio, modificazioni mimiche e somatiche adeguate, ecc.) e altrettanto veloci e validi adattamenti motori, con tempo di latenza corto.

Tali reazioni, se ci riportiamo al mondo animale, sono sempre *risposte di difesa*, dirette, istintive, automatiche, precisamente finalizzate come sono appunto la fuga, l'attacco, il nascondersi ed il mimetizzarsi.

Non bisogna credere che queste risposte abbiano un valore più basso rispetto ad altre più meditate o più ragionate, proprio perché compiono una funzione ben precisa e rispettano altrettanto puntuali necessità biologico-funzionali.

Queste *risposte automatiche* che abbiamo anche chiamate *emotivo-istintive* rispondono anche a gradienti precisi che sono *la capacità e l'esperienza*.

$$\text{STIMOLO} \left\{ \begin{array}{l} \text{Capacità funzionale} \\ + \\ \text{Esperienza} \end{array} \right. \left\{ \begin{array}{l} \text{Risposta di difesa} \\ \\ \text{automatica e istintiva} \end{array} \right.$$

L'insieme delle modificazioni somatico-funzionali, come dice Damasio (1995), definisce un profilo di scostamento dalla omeostasi nel quale però l'organismo, nella sua totalità, opera sicuramente al proprio meglio (come rendimento legato agli obiettivi), rispettando il minimo dispendio di energia, la semplicità e la velocità di esecuzione.

Il problema dell'esperienza, a cui ci siamo riferiti, è di grande importanza e interesse proprio perché presuppone l'impiego di un processo mnesico efficace e rapido. Sembra di poter rispondere a questo quesito con le osservazioni di molti ricercatori che hanno dimostrato che sia l'amigdala che l'ippocampo rispondono come centri di sviluppo della memoria.

Possiamo dare un nome a queste *emozioni primarie*:

- allerta
 - tensione
 - paura
 - angoscia
 - terrore
- } di fronte ad una esperienza

che si classificano per il grado di intensità di una stessa *carica emotiva* e che sicuramente rispondono al livello di esperienza.

Analizzando queste *risposte emotive primarie* che consideriamo legate alla *emotività vera*, ci rendiamo conto che il quadro *espressivo-comportamentale* è caratteristico di situazioni patologiche precise. Se osserviamo i pazienti Alzheimer vediamo come in loro ci sia una totale incapacità di controllare le emozioni e, quindi, ci troviamo di fronte a quella che spesso gli psichiatri chiamano *emotività libera*, cioè non sottoposta a processi di controllo.

Da un punto di vista anatomico-funzionale, potremmo parlare di liberazione dell'emotività da quei sistemi di modulazione esercitati dagli impulsi che seguono la via *lobo limbico* → *lobo prefrontale* (e viceversa) che già abbiamo discusso.

Le lesioni corticali e forse anche quelle della Sostanza Innominata, che sempre più vengono ritenute come caratteristiche della malattia di Alzheimer, forse giustificano quella *incontinenza emotiva* tanto caratteristica e uno dei primi segni della malattia insieme alla perdita della memoria. (Anticipiamo che un altro sintomo caratteristico della m. di Alzheimer è la *freddezza affettiva* che verrà evidenziata più avanti).

Questa stessa sintomatologia (a volte anche particolarmente violenta perché si esprime come un vero e proprio terrore) si osserva nell'*autismo*, disturbo nel quale non si evidenziano lesioni o fatti degenerativi a carico dei lobi frontali, ma per il quale si parla di una mancata maturazione dei sistemi di controllo esercitati appunto dai lobi frontali.

Alle emozioni primarie sin qui analizzate si potrebbero aggiungere altre, in base alle diverse capacità di risposta, di contenimento e di esperienza:

- ripugnanza
- diffidenza irrequietezza e agitazione
- indifferenza
- ritrosia
- impassibilità
- disaffezione
- freddezza
- distacco

In questa sequenza troviamo delle espressioni per così dire positive ed altre negative, passive. Questo fatto, apparentemente contraddittorio, ci farebbe pensare, al contrario, che il controllo esercitato dai lobi frontali sui meccanismi limbici delle emozioni primarie e dell'emotività (mancanza di inibizione) non sia solo di stimolo, ma anche di inibizione.

Per altro, dobbiamo considerare che sia l'amigdala che l'ippocampo, per svolgere perfettamente la loro funzione nell'ambito della memorizzazione, devono funzionare in un gradiente equilibrato, né troppo eccitato, né troppo depresso (J.Izquierdo, reportage).

Possiamo chiederci, a questo punto, quale sia il *ruolo primario delle emozioni*: la loro funzione è quella di allarme e di riflesso, che serve a stabilire un gradiente di allerta e a mettere in guardia l'organismo fisico e/o l'omeostasi emotivo-affettiva in situazioni in cui emerge un pericolo o è in gioco la sopravvivenza e la sicurezza individuale. Robert Bornstein (1992), studiando l'effetto di stimoli emotivi subliminali, ha evidenziato come questi risultino più efficaci di quelli disponibili all'introspezione cosciente.

Un altro aspetto dell'emotività è quello che riguarda la risoluzione di una tensione e il raggiungimento della soddisfazione. Anche queste funzioni sono

caratteristiche del lobo limbico e, forse proprio con il suo centro più importante per la regolazione viscerale, l'ipotalamo, interviene in questa regolazione per permettere il raggiungimento dell'acme tensivo e poi tornare alla tranquillità e all'equilibrio.

B – emozioni secondarie

Di fronte all'evidenza della complessa struttura di quello che sono le *risposte partecipative* alle esperienze, un ricercatore tanto lucido e brillante come Damasio è stato costretto a concepire il dualismo emozioni primarie – emozioni secondarie. Altri Autori però si sono trovati nello stesso dilemma! Daniel Goleman (1996) per esempio dice:

“Quando i sentimenti durano per ore, in genere si tratta di stati d'animo – una forma più attenuata. Essi stabiliscono un tono affettivo, ma non permeano la percezione e l'azione con la stessa forza con cui irrompe un'emozione vibrante.”

“C'è un secondo tipo di reazione emozionale, più lento della risposta lampo, che cova e fermenta nei nostri pensieri prima di portare a un sentimento.”

“In una sequenza più lenta, un pensiero più articolato precede il sentimento. Emozioni più complesse, come l'imbarazzo o l'apprensione, seguono una strada più lenta, impiegano secondi o minuti prima di svilupparsi: sono questa le emozioni che derivano dai pensieri.”

“... esistono vie rapide o lente per l'insorgenza di una emozione – una attraverso la percezione immediata e l'altra attraverso il pensiero riflessivo.”

Potremmo continuare a cercare affermazioni di importanti ricercatori che scoprono di dover accettare due modelli di risposte emotive; a questo punto, però, ci sembra molto più logico accettare la denominazione delle lingue latine che differenziano l'*emotività* dall'*affettività*.

Sviluppo affettivo

Gli affetti sembrano quasi le emozioni che attraversano i pensieri, come dice Goleman!

Per noi, l'*affettività* è una funzione psichica che riguarda il rapporto con se stessi e con le relazioni interpersonali, sviluppandosi, quindi, nel mondo dei “valori” che, a loro volta, caratterizzano una “qualità”.

Oggi questa parola ha invaso le strategie esistenziali, comportamentali, sociali, economiche e politiche, assumendo il significato di “strategia di gestione”. Si è passati inoltre a parlare di “gestione di qualità”, di “gestione totale di qualità”, di “qualità totale” o, semplicemente di “qualità” che ormai, più che una definizione, rappresenta una *metodologia per migliorare o un sistema per apprendere*.

Il vincolare la qualità con un senso di evoluzione, ha creato una caratteristica specificamente umana, che mette in risalto le capacità di conoscere, di accumulare esperienza e di utilizzarla per migliorare le performances, di comprendere e di tollerare, creando un preciso senso di utilità e di arricchimento.

Damasio (1995) nel presentare il caso di Elliot (soggetto alla rimozione di parte delle cortecce frontali) mette in evidenza nella sintomatologia la comparsa di:

- pigrizia
- disattenzione
- incostanza
- inaffidabilità
- viscosità (continuava ad eseguire un compito che già era stato annullato)
- minuziosità
- collezionismo di scarti e rifiuti

era diventato, dunque,

- irrazionale
- incapace di valutare il rischio,
- di accettare suggerimenti,
- di imparare dagli errori.

Questo caso, insieme a quello di Phineas P. Page, pure raccontato da Damasio (1995), è fondamentale per capire come funzionano gli affetti da un punto di vista neurobiologico o neurofisiologico.

Damasio, nella sua ricerca, scopre come lo sventurato Elliot, pur conservando appieno le sue “notevoli” capacità intellettive (tutti i test mentali per l’intelligenza e linguistici, per le convenzioni e i valori morali, per la consapevolezza, per le procedure di solving efficaci per conseguire un obiettivo sociale, per la capacità di risolvere quesiti etici e finanziari sono stati brillantemente superati dal paziente), fallisce miseramente nella vita perdendo il lavoro, divorziando varie volte, lanciandosi in imprese azzardate, non ascoltando consigli, eccetera.

Si è messo in evidenza, invece, che l’ormai famoso Elliot, che ha perduto la reattività affettiva, conserva un ragionamento “freddo” e perfettamente adeguato ad ogni circostanza, ma la lesione gli impedisce di “assegnare valori differenti a opzioni differenti” (Damasio, 1995).

Anche le nostre osservazioni cliniche sui pazienti Alzheimer (Lucioni-Nappi, 1998) mettono in evidenza la differenza tra emozioni ed affetti; infatti, in questi casi, troviamo una iper-eccitabilità emotiva (incontinenza emotiva) che si accompagna ad una *anestesia affettiva*: i pazienti vivono in sé e per sé, senza poter accedere a sentimenti di riconoscenza, di riconoscimento o comunque anche solo di importanza nei confronti di chi presta loro attenzione, assistenza e cura. In questi casi la nostra esperienza terapeutica, con la “*Terapia di Integrazione Emotivo-affettiva*” (E.I.T.), ha permesso un vero recupero della funzionalità affettiva che si è sempre accompagnata con un miglior controllo dell’esplosività emotiva.

Lesioni del lobo anteriore o meglio il cosiddetto “prefrontale” destro e/o sinistro induce deficit per la capacità di temporalizzare (verbale, per il lobo sinistro; delle immagini, per il lobo destro): perdita di memoria per l’ordine sequenziale delle esperienze.

In altri termini, le strutture prefrontali permettono l’*intuizione* e quella *elasticità mentale* che consente di affrontare esperienze verbali (elasticità nella soluzione dei problemi che dipende dall’apprendimento). Il caso Elliot dimostra che le strategie affettive già apprese (passate al bagaglio conoscitivo-razionale) erano conservate, ma il paziente non era più in grado di adeguare strategie nuove per rispondere a situazioni diverse: il soggetto riconosce il proprio errore (capacità deduttivo-intellettiva), ma è incapace di cambiare procedure; in altre parole, non riesce ad apprendere dall’errore.

Nauta (1971) ha cercato di studiare le connessioni delle strutture corticali prefrontali, dimostrando che queste si connettono con quasi tutte le altre aree

corticali, ma soprattutto riceve un fascio dal nucleo DM del talamo (che non manda vie a nessuna altra area corticale); inoltre, ha dimostrato come le aree prefrontali sono unite, in modo reciproco, con il sistema limbico e con l'ipotalamo. Si dimostra, in questo modo, che la funzione principale delle strutture prefrontali è quella di associare le esperienze somestetiche, visive ed uditive con l'input emozionale proveniente dal sistema limbico e dall'ipotalamo. Le lesioni delle strutture prefrontali causa deficit funzionali nel piano affettivo e motivazionale, producendo mutamenti del carattere sfavorevoli ed instabili.

Se la funzione del sistema prefrontale fosse esclusivamente quello di controllare le emozioni messe in moto nelle strutture limbiche, dovremmo concludere che si è utilizzato una enorme struttura per una funzione di proporzioni minime. Per altro lato, una neo-struttura (la neo-corteccia) presuppone una funzione molto più sviluppata, molto più gerarchizzata, che appunto scopriamo analizzando per esempio il caso di Elliot: la corteccia prefrontale diventa sinonimo di creatività e di adattabilità dinamica.

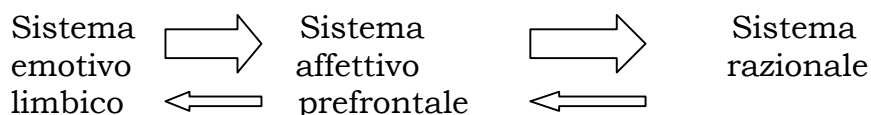
Questa asserzione crea molte aspettative, dal momento che ha una interfaccia psicologica che abbiamo legato all'affettività e che trova il suo agire nel mediare tra *l'impulsività delle emozioni e la rigidità e la previsibilità del ragionamento*.

Il sistema limbico è in stretta correlazione con la corteccia prefrontale soprattutto attraverso le vie che hanno come centro di passaggio il Talamo Dorsomediale, anche se recentemente sono state individuate vie dirette dall'ippocampo e dall'amigdala. Queste vie di connessione diretta con la corteccia prefrontale non sono evidenziabili in rapporto con altre aree corticali, così la corteccia frontale può essere considerata il vero centro di modulazione e di controllo del sistema limbico.

Ciò significa che per mezzo della corteccia prefrontale il soggetto può esercitare un controllo sulle emozioni generate dal sistema limbico. Analizzando un complesso sistema di connessioni Eccles (1981) conclude: "... si può pesare alla corteccia prefrontale come ad un'area in cui ogni informazione emotiva viene sintetizzata con l'informazione somoestesica, visiva ed uditiva, per dare esperienze coscienti al soggetto e indicazioni per un comportamento adeguato.

Si potrebbe anche immaginare che la funzione prefrontale si strutturi come "trait d'union" tra corporale e mentale, come se la parola "affettiva" del funzionamento mentale si presentasse come *relazione evolutiva* tra *tensione emotiva* ed un vissuto che risulta rappresentato come storico (la parte esperienziale), pensato (la parte ragionativa) e raccontato (la parte dialogico-simbolica).

Nella osservazione di Damasio ("Elliot ha perso la capacità di imparare dall'esperienza") risulta implicita una funzione importantissima:

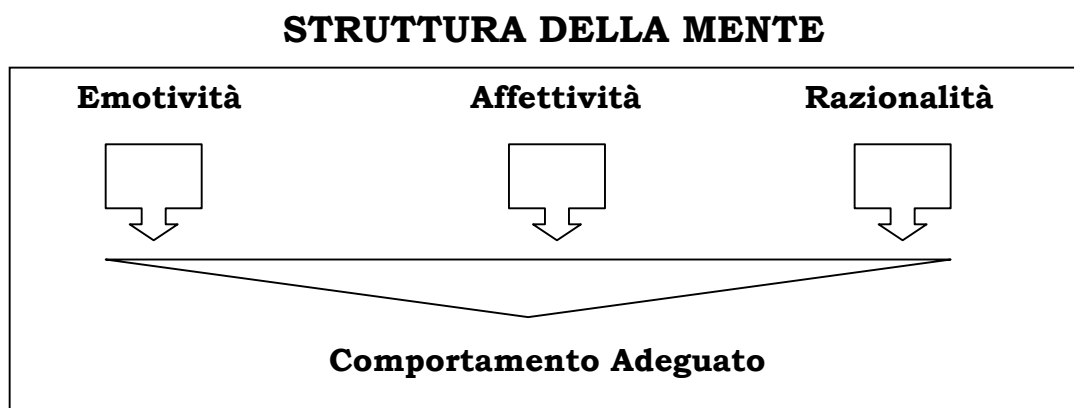


per la quale l'affettività attinge dall'esperienza istintiva, immediata ed impulsiva (mentre esercita una funzione di controllo e di modulazione) e, per altro, la ragione attinge dall'affettività una forza creatrice ed integratrice (mentre a sua volta funge da sistema di regolazione).

Il sociopsicologo Robert Zajonc (1980) ha dimostrato che emozione e cognizione sono due funzioni mentali distinte e che l'emozione precede la cognizione e non

ne dipende, concludendo, quindi, che le *preferenze* possono formarsi senza alcuna registrazione cosciente degli stimoli. Le sue ricerche hanno messo fine ad una lunghissima diatriba sostenuta dai cognitivisti che ritenevano l'intervento della coscienza determinante per la formazione del sentimento.

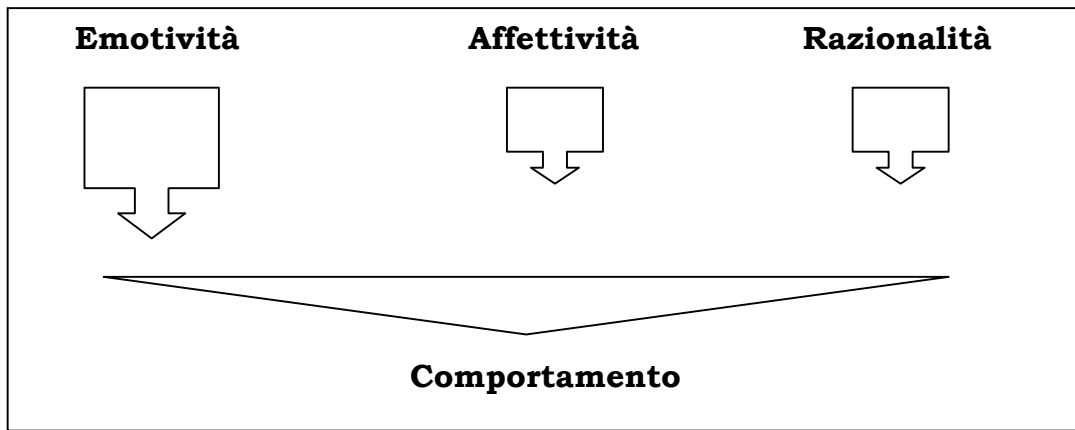
A questo punto risulta quasi evidente che un comportamento adeguato risulta dal funzionamento preciso ed efficace delle tre attività principali di quella che ormai possiamo denominare come **mente**:



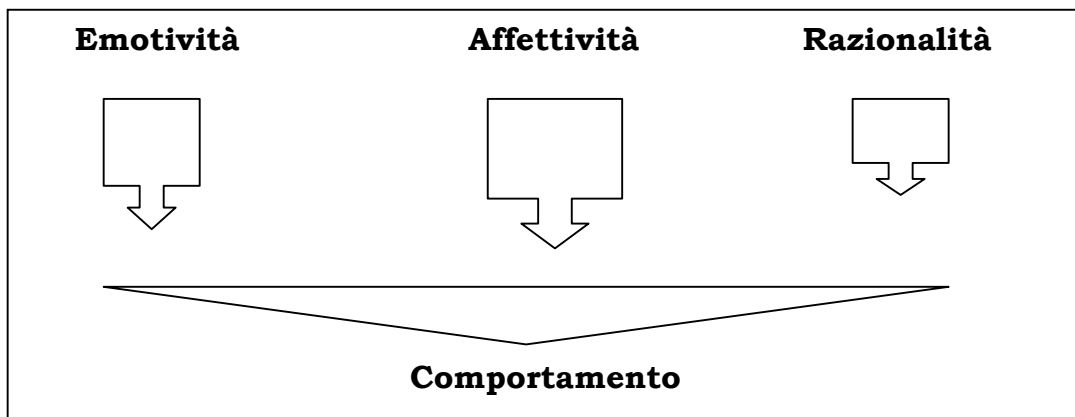
Se prendiamo una esperienza erotico-sentimentale come paradigma per analizzare il funzionamento mentale, potremo dire che:

1. l'incontro con l'oggetto mette in moto una risposta che, prima di tutto, è biologico-ormonale;
2. l'esplosività biologico-sensitiva messa in atto dalla carica percettivo-ormonale (sovraccarico ormonale determinato dall'eccitazione stimolata dall'incontro) conduce all'esperienza libidico-sensoriale che nel suo acme è incontrollata, ma che nel suo svilupparsi dipende da sistemi controllati dalle predisposizioni e dall'esperienza;
3. la partecipazione affettiva, messa in moto dalle emozioni, agisce su queste controllandole in più o in meno, e conduce anche ad un arricchimento psico-sensoriale che ha il suo acme nella "*pianura del desiderio*" che segue l'estasi e che permette anche riflessioni, conclusioni, apprezzamenti, propositi, programmi determinanti e determinati dalla
4. partecipazione cognitivo-intellettuale che risulterà "caricata" da una esperienza elaborata insieme a tutte le altre precedentemente vissute e/o fantasticate, per strutturare un quid razionale che già ha partecipato a controllare l'esperienza attuale e parteciperà al controllo di tutte quelle future, vere o fantastiche che siano.

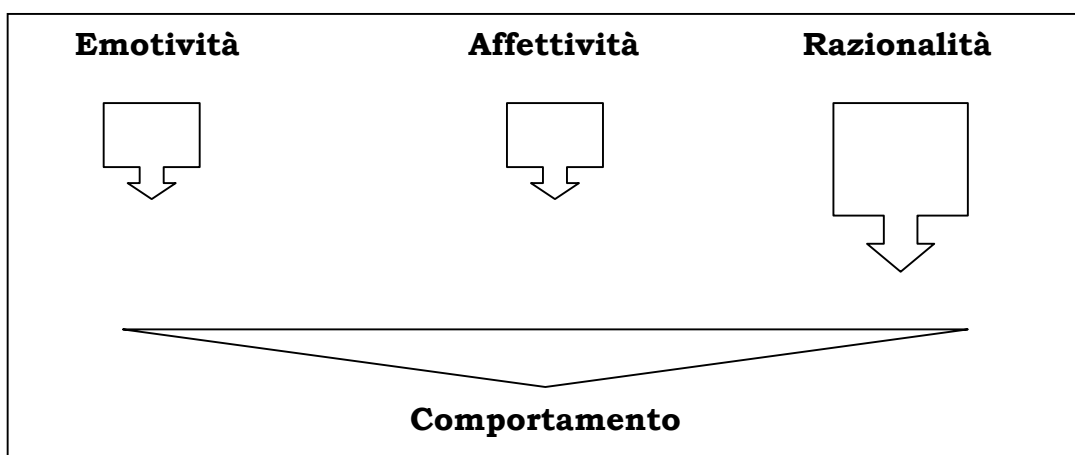
Seguendo le indicazioni dello schema sopra descritto, possiamo identificare tre modelli differenti di *funzionamento mentale*:

A

In questo caso, l'imponenza della risposta emotiva prevarica le possibilità contenitive degli altri due sistemi ed il soggetto resta in balia delle sue emozioni senza possibilità di controllarle.

B

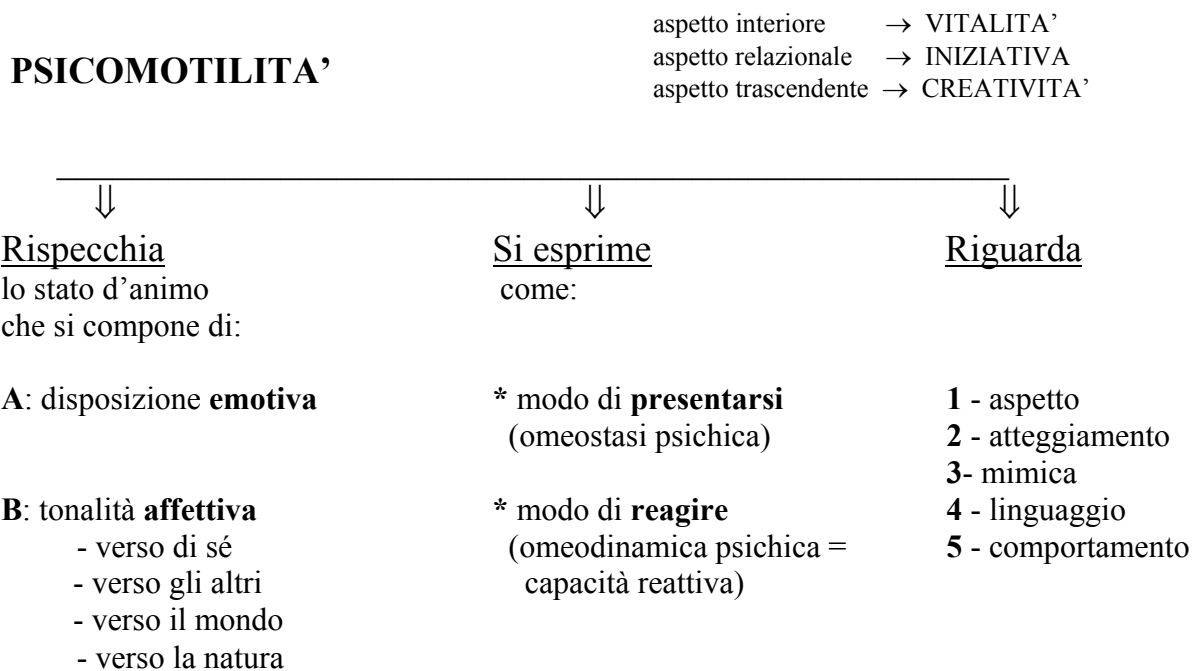
L'affettività prevarica il sistema di controllo razionale e si lascia anche trasportare dall'input emotivo che risulta accentuato perché poco contenuto.

C

La razionalità domina l'affettività e, di conseguenza, si osserva anche una relativa anestesia emotiva. La partecipazione ai vissuti risulta del tutto analizzata e controllata da tizioristiche affermazioni di verità e di superiorità, risultandone un comportamento freddo e distaccato (anche se, spesso, insicuro).

Il modello preso in esame si riferisce ad un “**modello olistico della mente**”, considerata in “tutta la sua gloria”, capace di autoregolarsi e creare, rispettando l’esperienza ed una capacità evolutiva intrinseca che riguarda sia i processi biologici, sia altri psico-mentali.

In un precedente lavoro (Lucioni,1997) abbiamo introdotto il concetto di **psicomotilità** riassunto nello schema



nel quale riconosciamo:

A = disposizione emotiva = emozioni

allerta	tensione, ansia, angoscia
sicurezza	paura, terrore
gioia	tristezza, melanconia
commozione	impassibilità

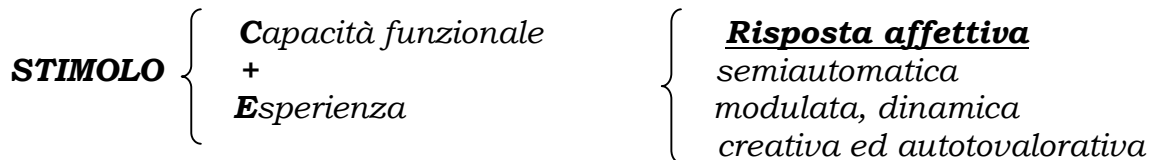
B = tonalità affettiva = sentimenti

sensibilità	indifferenza
serenità	inquietudine
altruismo	egoismo
tenerezza	freddezza
perseveranza	volubilità
arrendevolezza	caparbia
pazienza	indifferenza
tolleranza	rigorosità
comprensione	inflexibilità
pietà	cinismo
reattività	aggressività

che, fondati *nell'ordine dei valori* rispecchiano:

- Narcisismo secondario**
- autoriconoscimento (“io sono io” = senso di essere)
 - autoidentificazione (differenziazione dall’Altro)
 - autovalorizzazione (“senso di potere”)
 - “evaporazione della vergogna”(esprimere le proprie potenzialità)
 - progettualità espansiva del sé nel tempo e nello spazio.
- Sviluppo del senso morale**
- valorizzazione dell’Altro
- senso sociale**
- rispetto dell’Altro
 - identificazione nei modelli
 - organizzazione equilibrata dei rapporti.

Anche nell’ambito degli affetti, così come abbiamo visto per le emozioni, possiamo parlare di strutturazione attraverso una *capacità funzionale* e per mezzo dell’*esperienza*.



In questo semplice schema si può leggere:

Capacità funzionale – che non è predeterminata (come vedremo parlando della strutturazione dell’Io), ma che si adatta ai bisogni e alle limitazioni razionali

Esperienze – che modificano le risposte tenendo in conto quanto immagazzinato nella memoria.

La tonalità affettiva , che rispecchia un processo psico-mentale in continuo divenire, dipende dallo sviluppo di capacità funzionali quali:

- captare il senso globale di una situazione
- autocorreggersi
- contenere le emozioni
- aumentare l’interesse per quanto succede nell’attualità
- “ “ “ “ successi nel passato
- sviluppare strategie operative
- decifrare il “clima” generale del “contesto”
- cercare il contatto fisico
- non frenare la creatività e la propositività
- comprendere le cose semplicemente (empaticamente, senza intellettualismi)
- provare piacere per le cose belle
- mettere ordine consequenziale alle idee
- valorizzare gli “aspetti cerimoniali”
- sviluppare giudizi equilibrati
- “ l’introspezione
- non rinunciare a esprimere le proprie opinioni, intuizioni, conclusioni
- cercare di bloccare la sofferenza
- diventare perseveranti oltre che pazienti (non avere fretta).

Questi comportamenti riguardano delle “*qualità affettive*” che denominiamo:

1. **autocoscienza:** sinonimo di “senso di sé” e significa avere consapevolezza delle proprie capacità, possibilità e qualità;
2. **autovalorizzazione:** coscienza obiettiva del proprio valore misurato con quello degli altri;
3. **empatia:** etimologicamente significa “*sentire insieme agli altri*” ed è una qualità simile alla “simpatia”, con, Però; direzione opposta, cioè diretta verso l'esterno;
4. **motivazione di sé:** sviluppare la tenacia e la continuità, vale a dire essere sostenuti da una “volontà ferrea” dopo che si sono decisi obiettivi e strategie;
5. **autogestione:** sapere controllare le proprie reazioni ed i sentimenti, in modo da poter puntare sugli “obiettivi”;
6. **impegno:** significa “porsi in” (nel mondo, nella società, in mezzo agli altri) non limitandosi ad osservare, ma proponendosi come co-attori e/o protagonisti.

Da un altro punto di vista, il mondo degli affetti si propone come ponte tra corporeo e razionale, assumendo, quindi, il ruolo di un *linguaggio* che si traduce in:

- posture
- gesti
- parole
- e le loro molteplici modulazioni.

Questa osservazione si riallaccia a quanto già visto, cioè la localizzazione di temporalizzazione verbale nel lobo prefrontale sinistro e delle immagini nel destro.

Sviluppo del linguaggio e cervello

La funzione del linguaggio, inteso come rappresentazione simbolica della realtà insita nella comunicazione verbale, è una prerogativa dell'uomo e, come tale, corrisponde ad una specializzazione cerebrale che determina una asimmetria dell'organo corrispondente: il cervello.

Il *centro anteriore del linguaggio* di Broca (1861) (una lesione in questa area determina la perdita della capacità di parlare anche se quella di comprendere il linguaggio parlato resta intatta = afasia motoria) ed il *centro posteriore* di Wernicke (1874) (associato soprattutto agli aspetti ideativi del linguaggio e che comprende le aree 39-40 di Brodmann) rappresentano appunto questa specializzazione e, anche se ancora non è stato possibile individuare come questa risponda ad una citoarchitettura specifica, si parla di *ipertrofia delle aree associate con il linguaggio* (K.R.Popper e John C.Eccles,1981).

La capacità funzionale di queste aree non è predeterminata, ma dipende dalla crescita del bisogno e/o dall'uso, vale a dire che si adegua alle richieste, così le strutture devono essere tenute in funzione durante i primi anni di vita per consentire uno sviluppo compiuto delle potenzialità linguistiche. Si tratta, evidentemente, di una plasticità cerebrale, come rileva Rita Levi Montalcini (1998) che inoltre sottolinea le ricerche di Sperry che hanno dimostrato come la differenza tra i due emisferi (specializzazione) non sia congenita, ma si attui durante i processi di maturazione cerebrale che, nell'uomo, terminano attorno al primo decennio di vita (se la lesione delle aree del linguaggio dell'emisfero sinistro si verifica nei primi due anni di vita, la funzione passa all'emisfero destro e non si producono deficit).

Queste osservazioni sull'affettività come linguaggio ci portano al valore simbolico e comunicativo di un grande legame emotivo-affettivo tra madre e figlio che comunicano con suoni, più che con parole, con *parole-metafore* che

rappresentano una “lingua comune” che è affettiva ed empatica (Laura Salomone Strocchi, 1998).

La pratica clinico-terapeutica con bambini autistici (Lucioni, 1998) ci ha portato a dimostrare come non sia possibile uno sviluppo cognitivo senza che si sia strutturato anteriormente quello affettivo. Dice Damasio (1981) “*Io suggerisco che certi aspetti del processo dell’emozione e del sentimento sono indispensabili per la razionalità*” e possiamo affermare che solo attraverso lo sviluppo del senso di sé, dell’autostima e dell’accettazione della propria volontà e della propria libertà si sviluppano quelle espressioni motorie (motricità complessa e finalistica), volitive, comprensive e deduttive che si possono chiamare *capacità di giudizio, razionalità o sviluppo cognitivo*.

Siamo giunti alla “quadratura del cerchio”, alla strutturazione di un modello di funzionalità della mente che si presenta non solo accettabile perché rispetta tutte le osservazioni cliniche e anatomo-funzionali, ma anche perché presenta una logica capacità di divenire, di crescere e di specializzarsi.

Giunti alla fine della nostra “simbolica cavalcata” ci ri-troviamo con l’immagine dalla quale abbiamo preso le mosse e ci ri-conosciamo nel fatidico auriga che ha condotto emozioni, affetti e speculazioni razionali al fine ultimo di una integrazione globale e olistica della mente.

Freud non ha parlato solamente di conflitti e di desideri (consci ed inconsci), ma ha cominciato ad analizzare come gli individui si rapportino, si amino, si prendano cura degli altri. L’angoscia, le paure, i desideri, gli impulsi, tutta l’attività psichica è stata vista come facente parte di un sistema unico ed interattivo, capace di modulare le esperienze e di dare un senso ai comportamenti.

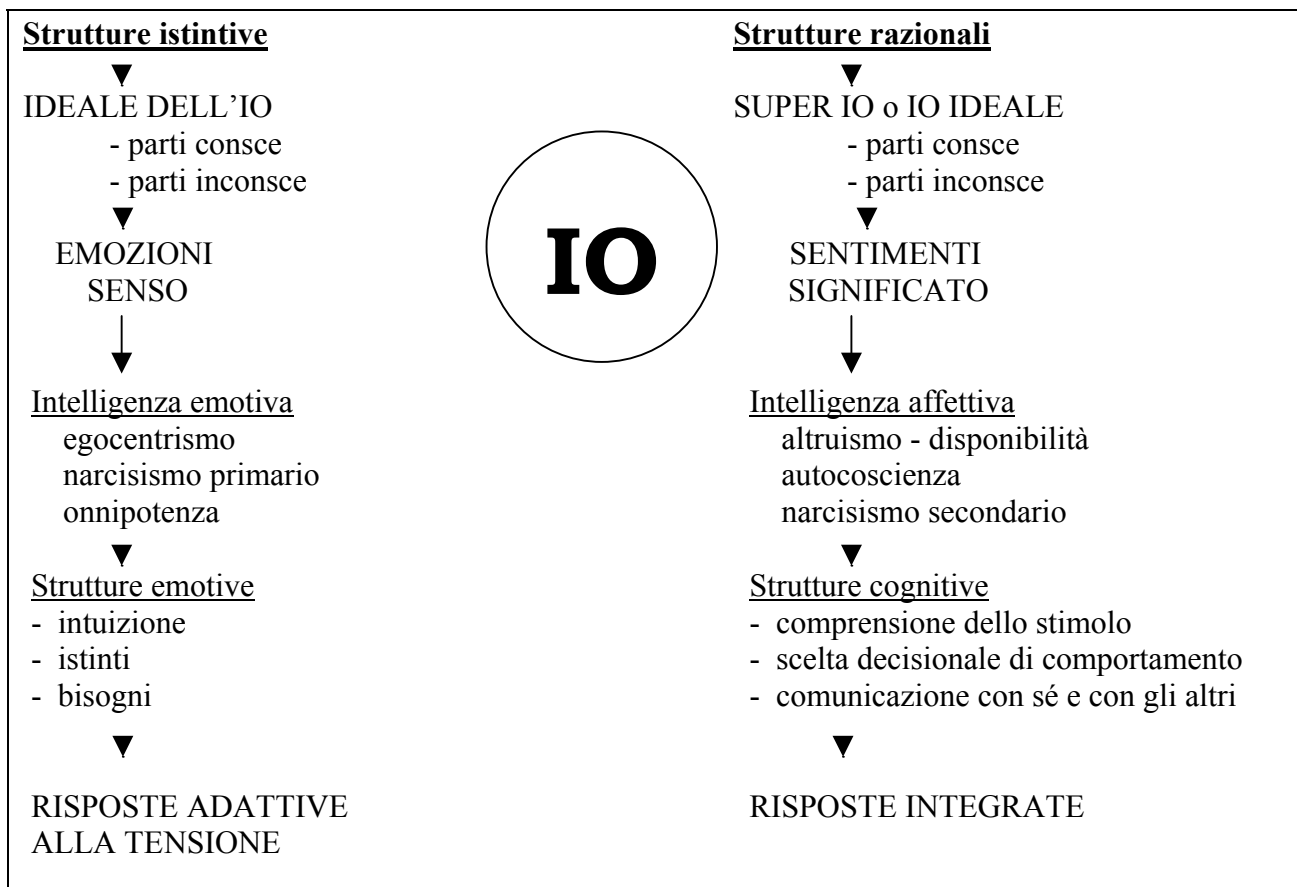
Dalle sue scoperte sono sorti, in ambito psicologico, nuovi movimenti che studiano le relazioni, gli aspetti adattivi delle emozioni, dell’empatia, della consapevolezza di sé, delle spinte ad autovalorizzarsi; ci siamo abituati a parlare della psicologia dell’Io, degli approcci interpersonali, delle motivazioni intrapsichiche ed intersichiche, delle relazioni oggettuali, eccetera.

Pensatori come Heinz Hartmann, Silvan Thomkins, Heinz Kohut, Armida Aberasturi, Leon Grinberg hanno ripreso gli studi di Sigmund Freud, Melanie Klein, Wilfred R. Bion ed hanno approfondito le conoscenze sui ruoli positivi e negativi, integratori e disarticolanti delle emozioni, degli istinti, delle sensazioni, dei sentimenti e delle passioni, parlando sempre più profondamente di relazioni, sentimenti, motivazioni, immagine di sé, narcisismo, individualità ed individualizzazione.

Da tutto questo bagaglio psicoanalitico e psicodinamico possiamo estrapolare però un senso compiuto nella *metafora dell’Io*.

Questa funzione psichica che si va sviluppando con l’aiuto dell’esperienza e che si pone, *eterno Ulisse dominatore di tormento*, nel ruolo centrale che la rende capace di armonizzare l’emotivo ed il razionale, l’istintivo ed il deduttivo.

Abbiamo elaborato uno schema (Lucioni, 1997)



che riassume con precisione tutto il nostro discorso esplicativo dei meccanismi della mente situati tra processi neurofisiologici e funzionalità psicodinamiche, ma ci dà anche un input ad analizzare qualcosa di quello che chiamiamo intelligenza.

L'intelligenza è quel processo psico-mentale che porta l'uomo a risolvere le problematiche esistenziali e della vita quotidiana e, secondo R.J. Stenberg, gli specialisti accentuano in essa il carattere razionale, mentre la gente comune valorizza maggiormente un certo carattere sociale e relazionale (Lucioni, 1996).

Nella nostra ricerca, abbiamo evidenziato l'importanza di un equilibrio tra tre diverse funzioni: *emotività, affettività e razionalità*.

In questa ricomposizione olistica della mente ri-troviamo però delle caratteristiche che ci farebbero accettare la presenza di:

- un'intelligenza emotiva
- un'intelligenza affettiva
- un'intelligenza razionale.

A nostro modo di vedere. Queste differenziazioni si possono accettare dal momento che, se riprendiamo Dante nel suo "... ché non fa scienza senza lo ritener l'aver appreso", riconosciamo un conoscere ed un memorizzare sia che parliamo di emozioni, oppure di affetti e/o di ragionamenti.

Il riconoscere un vissuto anteriore per modificare comportamenti o reazioni posteriori è dunque sinonimo di intelligenza e, se questo è vero, sono vere anche i nostri tre modelli di intelligenza.

Se l'intelligenza emotiva ha una sua specifica struttura anatomo-funzionale nel lobo limbico, era sempre risultato difficile scindere l'intelligenza affettiva da quella

ragionativa, dal momento che entrambe hanno sicuramente una localizzazione anatomo-funzionale nella neo-corteccia e, sotto un certo profilo, potevamo sempre ricondurre l'intelligenza affettiva ad un certo modello "specializzato" di quella razionale (vedi anche la discussione in Lucioni,1997).

S.Brockert e G.Braun (1997) asseriscono che l'intelligenza razionale e quella emotiva sono complementari e riportano la teoria di Howard Gardner secondo il quale si possono distinguere otto dimensioni dell'intelligenza:

1. **intelligenza linguistica:** saper parlare in modo comprensibile, preciso e convincente; con dovizia di spiegazioni, intercalando aneddoti;
2. **intelligenza musicale:** ricordare gli spartiti, suonarli interpretandoli e saper comporre;
3. **intelligenza logico-matematica:** saper interpretare i numeri in modo che sia facile il loro impiego in ogni bisogno e circostanza;
4. **intelligenza spaziale:** destreggiarsi con i puzzle e con le carte geografiche;
5. **intelligenza cinetico-estetica:** sapersi muovere con agilità e con coordinazione nel danzare, praticare sport ed anche usando oggetti;
6. **intelligenza intrapersonale:** saper leggere i propri sentimenti, le emozioni e la propria predisposizione all'empatia;
7. **intelligenza interpersonale:** essere sensibili agli stati d'animo, alle motivazioni ed alle intenzioni degli altri leggendo il feedback;
8. **intelligenza naturalistica:** conoscere le piante e indicarle con il nome appropriato, provando gioia nell'accudirle.

In questo schema l'intelligenza emotiva e/o affettiva si colloca nei punti 6 e 7 che riflettono rispettivamente processi intrapsichici ed intersichici. Questi ultimi fanno parlare anche di una **intelligenza sociale** (social intelligence) che ha un alto valore etico, mentre invece l'intelligenza emotiva (emotional intelligence) non significa affatto essere disponibili e, soprattutto, predisposti ad avere una vita del tutto regolata eticamente.

Sono state le straordinarie osservazioni di Damasio (1981) a mettere le cose a posto: Elliot ci ha insegnato che l'intelligenza affettiva si fa di creatività, di lungimiranza, di "apprendere dall'esperienza", mentre l'intelligenza razionale risulta come standardizzata, iperdeterminata e quasi ripetitiva (sembra di parlare dell'atteggiamento tizioristico del "razionalismo") e, quindi, abbiamo potuto dare un significato specifico anche all'intelligenza affettiva.

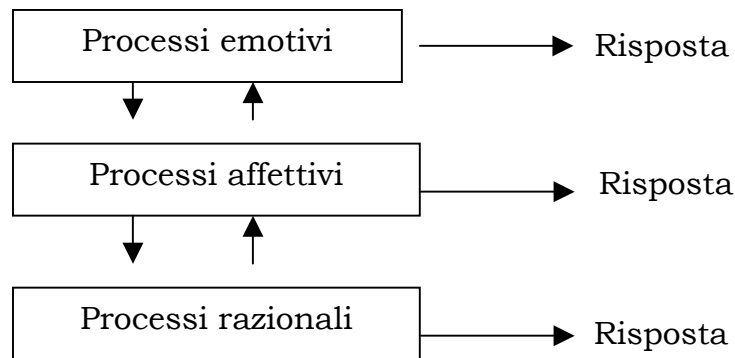
Non vogliamo però dare l'impressione di voler parlare di funzionalità a sé stanti, cioè di strutture psico-mentali autonome, proprio perché il nostro lavoro ha dimostrato l'unicità della mente, che rispecchia l'unicità dell'Io e, in ultima analisi, l'unicità di un soggetto fatto di corpo e anima, di biologico e psichico, di istintività e razionalità, ma pur sempre soggetto gloriosamente unico ed indivisibile.

COMMENTO E CONCLUSIONI

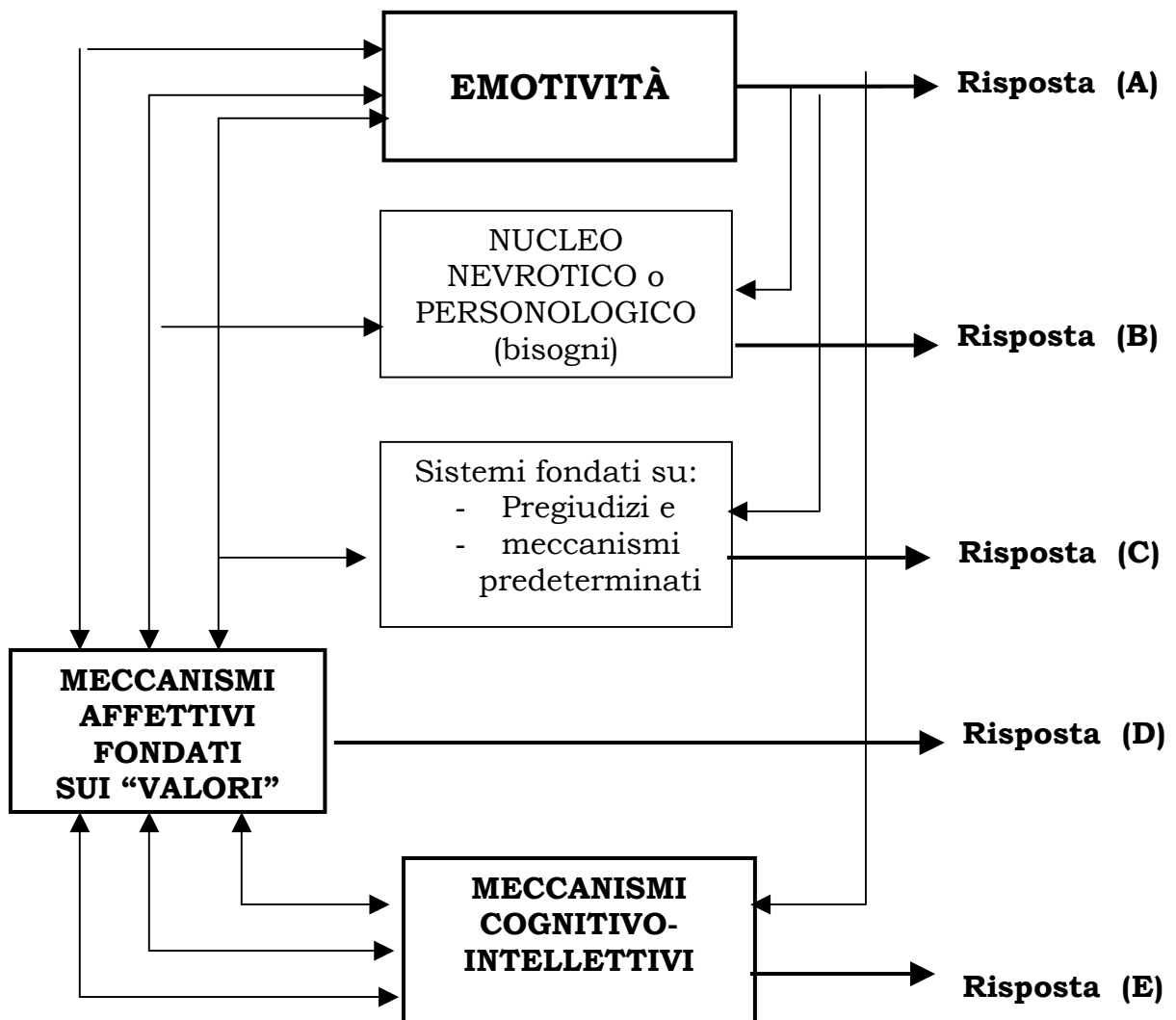
In una visione olistica del funzionamento della mente, l'identificazione di una intelligenza divisa in emotiva, affettiva e razionale non deve essere intesa come categorizzazione o come organizzazione di "centri". Non bisogna credere che le capacità funzionali siano innate e prestabilite (sarebbero delle strutture), sono, invece, anche loro modificate dall'esperienza esattamente come abbiamo visto parlando della strutturazione ioica (Lucioni,1999); in questo modo la risposta è

sempre diversa e modificabile, permettendo un meccanismo di adattamento e di crescita.

Da quanto detto potremmo presentare uno schema della funzionalità della mente così strutturato:



ma, tenendo conto delle osservazioni cliniche frequentissime in ogni studio psichiatrico, dobbiamo prevedere un sistema più complesso che cerchiamo di raffigurare con modificazioni di uno schema già proposto:



In questo modo possiamo cercare di prospettare un funzionamento mentale che integri *emotività, affettività e razionalità* tenendo conto anche di processi consci,

preconsci ed inconsci che, comunque, interferiscono nel determinismo delle risposte comportamentali. Nello schema si vuole sottolineare la particolare importanza delle concomitanti affettive nella regolazione e nel controllo di tutte le funzioni superiori.

Abbiamo visto che ognuna delle tre funzioni psico-mentali rispondono a *capacità funzionali* e all'*esperienza*, in tal modo che ne risulta un continuo adattamento e sviluppo; ne consegue che anche "la mente" funzioni in maniera costantemente adattata, modificata, rispondente alle necessità e ad un controllo retroattivo.

In questo modo si può immaginare come il comportamento sia il risultato di accomodamenti continui tra spinte emotive, affettive e razionali che, a loro volta, influenzano e sono influenzate da meccanismi inconsci che nello schema abbiamo identificato come "nucleo nevrotico o personologico" e come "sistemi fondati su pregiudizi e scelte predeterminate".

Questi due ultimi meccanismi per lo più non intervengono in forma costante e/o continuativa, ma solo a volte, improvvisamente, a tipo cortocircuito, vale a dire che quando sono attivati "esplodono" quasi come nei casi di "incontinenza emotiva".

Questa osservazione è giustificata dall'esperienza clinica, in quanto, spesso, si riscontrano risposte comportamentali inadeguate ed anche autolesive proprio quando si innescano per esempio: "modelli abbandonici", "crisi di frustrazione", "vissuti paranoici di autoriferimento", eccetera.

Si hanno però anche dati sperimentali che chiarificano queste modalità di risposta: il sociopsicologo John Bargh (1992) ha messo in evidenza come "idee preconette" ed anche "inneschi sociali presenti subliminalmente, possono attivare uno stereotipo e influenzare il comportamento.

Queste risposte si estrinsecano "quando meno te l'aspetti" e si possono considerare "inconsci", contro-intuitivi e, proprio per questo, risulta difficile studiarli in maniera scientifica.

Nello schema proposto si vuole riconoscere come le risposte A,B,C siano inconse e quindi ingiustificabili alla luce di una vera e propria analisi razionale coerente e consequenziale; al contrario, le risposte D,E sono consce e quindi analizzabili e perfettamente giustificabili ad un'analisi cognitiva. Le risposte A,B,C rispondono e sono caratterizzate da un "senso"; quelle D,E hanno invece un preciso "significato" conscio e razionale (vedi Lucioni, 1996).

Nello schema risulta anche chiara l'importanza del controllo affettivo sul comportamento e questo giustifica l'importanza degli interessi e delle relazioni interindividuali (intelligenza socio-affettiva) così come dell'autonomia e dell'autocontrollo (capacità di sbrogliarsela) (Renè Zazzo,...).

Abbiamo sottolineato che anche le funzioni affettive vengono modificate dall'esperienza e riportiamo a continuazione una sequenza di modalità di autocontrollo per raggiungere un buon "funzionamento affettivo":

- aver fiducia in sé e non scoraggiarsi
- non essere sbadati, ma attenti alle proprie esperienze
- evitare comportamenti e atteggiamenti ostili e astiosi (inclinazione malevola, odio)
- avere fiducia negli altri ed essere meno cinici
- evitare frustrazioni ed irritazioni, rabbie ed ira
- essere gentili ed indulgenti
- non gioire perché vi temono
- non essere animosi e/o opprimenti
- non vivere ossessivamente il bisogno di non perdere tempo

- non isolarsi, ma cercare relazioni e rapporti
- non temere di difendere le proprie idee (avere il coraggio di difendere le proprie idee ed i propri interessi senza offendere nessuno)
- cercare di controllare i sentimenti, non di nasconderli
- imparare a percepire sentimenti, impulsi, esigenze, ma anche a saperli tenere sotto controllo
- affrontare i problemi dell'esistenza tranquillamente e con equilibrio
- evitare gli stress
- non vivere la vita come lotta contro il destino, ma ricerca quotidiana di "qualità"
- non vivere nella confusione e nella contraddizione
- imparare a perdonarsi e a perdonare
- non soffermarsi sugli insuccessi, ma sul come superarli
- non ingigantire le proprie debolezze e/o difficoltà
- non fare dell'autodisciplina e dell'autocontrollo forme irrinunciabili di autogestione: goditi la vita
- non rinunciare alla spontaneità ed alla semplicità
- imparare ad aver fiducia e a cercare un confidente
- non cedere al fascino del fare, ma amare anche il proprio "essere"
- non rinunciare a dare un consiglio, così come di riceverlo

ricordare che:

- il successo è anche fortuna
- nella sfera dei sentimenti sono più importanti sogni ed illusioni che un rigoroso realismo
- spesso la VERITÀ non è quella vera
- le illusioni e le fantasie apportano energia alla volontà ed alla determinazione
- far cambiare l'Altro dipende anche dal far cambiare se stessi
- l'Altro può essere la persona giusta che si sta aspettando, ma non che lo è solo perché "lo si vuole"
- non basta "dare", bisogna anche imparare a "chiedere"
- non bisogna sempre chiedere, è necessario anche con-cedere
- il successo non è solo frutto del volere, ma anche dell'aspettare
- non basta "conoscere", bisogna anche accettare e "com-prendere"
- i sentimenti degli Altri non vanno solo conosciuti, ma anche accettati.

Questa "consigli" per lo sviluppo dell'affettività spingono alla *creatività* che è superamento dell'*adattamento* e *crescita* sul piano dell'autoriconoscimento e della valorizzazione delle proprie "qualità psico-mentali".

In un lavoro sull'*identificazione* (Lucioni,1998) abbiamo messo in evidenza come sia necessaria una funzione di "autoriconoscimento" per poter prevedere un Io che si forma dall'esperienza: "... noi non nasciamo come Io. Ma dobbiamo imparare ad essere degli Io ..." (Popper,1981).

In questa asserzione sta il problema di tutto il processo della organizzazione della mente.

A- Se pensiamo ad un Io-funzione-psichica, che si crea partendo dall'esperienza, dobbiamo accettare una certa capacità iniziale di riconoscersi come se-stessi e, quindi, ammettere la primitività di un sistema affettivo.

B- Se pensiamo ad un Io che riconosce l'Altro, valorizzandolo e introiettandolo, dobbiamo prevedere una struttura iniziale con capacità cognitive.

Dobbiamo quindi escludere una struttura precostituita proprio perché crediamo nella "funzione-Io" che si va sviluppando modificandosi con l'esperienza e, a questo punto, accettiamo che le funzioni affettive precedono quelle cognitive.

L'autoriconoscersi, l'autovalorizzarsi e porsi narcisisticamente al centro del mondo, che verrà poi ri-conosciuto come "altro da sé", diventano le funzioni primitive di quell'Io-primordiale che anticipa tutte le potenzialità dell'Io.

In questo modo però accettiamo anche che le funzioni affettive precedono nel tempo quelle cognitive e che, queste non si possono strutturare se prima non si è formata l'autoconoscenza (modalità affettiva nel rapporto con il Sé).

Nella terapia dell'autismo, questa osservazione è di particolare importanza proprio perché incide notevolmente sulle scelte terapeutiche poiché:

- seguendo un modello cognitivista si ottengono buoni risultati nello sviluppo di un certo grado di capacità comunicative (i soggetti diventano capaci di scrivere al computer frasi coerenti e ben strutturate); sul piano relazionale, invece, le difficoltà restano veramente rilevanti e si può considerare che il "ritiro autistico" risulti quasi immodificato;
- nelle terapie ad impronta psicodinamica, che tendono a sviluppare armonicamente l'Io e, soprattutto, le valenze affettive (come per esempio nella E.I.T.- terapia di integrazione emotivo-affettiva), i soggetti recuperano qualità relazionali riferite all'autovalorizzazione, all'autostima e al senso di "poter essere se stessi". Il risultato che si ottiene è principalmente di miglioramento delle prestazioni socio-relazionali (motorie, emotive ed affettive) ed in un secondo tempo cognitive (Lucioni, 1997).

Nei ragazzi autistici è sempre evidenziabile una difficoltà ad agire le proprie potenzialità (funzionali sensomotorie, di tenuta, di memorizzazione) dal momento che le "responsabilità" di essere se stessi, di agire, di operare e/o di rispondere alle richieste tende a bloccare tutto il funzionamento psichico e a costringere all'uso di modalità ripetitive e coatte che fungono da meccanismi controfobici.

Solamente attraverso il recupero delle potenzialità di autoriconoscimento, di autovalorizzazione, di sviluppo della motricità complessa ed il superamento di una "violenta emotività" improntata a paura e/o a terrore, si riesce a raggiungere una mentalizzazione più libera e funzionalmente "olistica" che supporta più adeguati comportamenti socio-relazionali e, soprattutto, una liberazione di spunti volitivi che conducono all'autosperimentazione e, di conseguenza, alla moltiplicazione delle esperienze che diventano autodirette e non più solamente eteroguidate e supportate.

Stabilita l'importanza dei *meccanismi affettivi fondati sui valori*, anche per la loro funzione equilibratrice, da una parte sulle emozioni e dall'altra sulla elaborazione razionale, dobbiamo però ribadire che, anche se le tre funzioni si possano sviluppare in maniera indipendente, in realtà esse sono costantemente integrate e, quindi, ogni comportamento è il risultato della loro reciproca interferenza: l'intelligenza razionale, quella affettiva e quella emotiva sono concomitanti e si influenzano reciprocamente, ma non sono la stessa cosa.

Intelligenza emotiva – IE

- risponde ad una struttura anatomo-funzionale ben determinata (il sistema limbico);
- è il risultato di un interagire tra "capacità funzionale" e "processi esperenziali";
- è supportata da meccanismi mnesici propri (amigdala e ippocampo) ed anzi sembra particolarmente sensibile agli stimoli che non sono accessibili alla sua controparte cosciente;

- manda una informazione importante e continua alle strutture dell'affettività e ne riceve un flusso di controllo che è deputato alla sua modulazione (in aumento e/o in difetto);
- è direttamente implicata nelle risposte biologiche motorie e, soprattutto, quelle viscerali, attraverso l'ipotalamo;
- permette reazioni rapide ed immediate (che negli animali inferiori risultano essere fondamentali per la sopravvivenza e per la riproduzione);
- apporta energia psichica a tutto l'apparato psico-mentale attraverso i meccanismi istintive responsabili del senso di piacere e del dispiacere;
- rispecchia quella parte istintiva del Sé approntata dall'Io come "ideale dell'Io".

Intelligenza affettiva - IA

Dal punto di vista anatomico-funzionale, questa attività mentale dipende dalle aree della corteccia prefrontale che da un lato sono collegate sia al sistema limbico che a quasi tutte le altre parti della corteccia; implicitamente riguarda i meccanismi di controllo delle emozioni, ma, soprattutto, è legata al mondo dei "valori" che si riferiscono al sé, agli altri, al mondo e alla natura, rispettando dinamiche ecologiche e, per altro, alle modalità operative implicate nella *vitalità*, nella *iniziativa* e nella *creatività*.

L'affettività è espressa da *sentimenti* sottesi all'autoriconoscimento, all'autostima, all'autovalorizzazione, all'empatia, all'autogestione, alle motivazioni, alla volontà e all'impegno, oltre che alla valorizzazione ed al rispetto dell'altro, all'identificazione nei modelli, all'organizzazione equilibrata delle relazioni interpersonali.

Non è una funzione innata, ma si va strutturando sulla base delle esperienze e di capacità che, però sono a loro volta modificabili. Le prime espressioni affettive riguardano già i primi giorni della vita extrauterina con lo sviluppo di un "proto-Io-onnipotente" e attraverso le prime esperienze sociali che riguardano il rapporto insostituibile con la madre.

L'intelligenza affettiva non è la stessa cosa di quella razionale, anche se di questa forse ne è la fonte e il punto di partenza dal momento che le osservazioni cliniche hanno dimostrato che senza lo sviluppo degli affetti non si ha quello cognitivo.

L'affettività è una funzione ancora da studiare e da approfondire, non solo nei suoi significati e nelle sue espressioni, ma, soprattutto, per quanto riguarda le strutture anatomico-funzionali ed i legami con le capacità cognitivo-intellettive.

Nel suo continuo modificarsi e strutturarsi contestualmente con le esperienze, accompagna tutte le tappe dell'esistenza e acquista, nella vecchiaia, particolare rilievo nei trasferimenti libidici e nel cambiamento che si verifica nel passaggio dai sentimenti legati alla perdita come angoscia di castrazione (problematiche edipiche) a quelli connessi con le sensazioni catastrofiche dell'angoscia di morte.

Un aspetto particolarmente importante riguarda il lato psicopatologico degli affetti, anche in relazione con una malattia come la demenza tipo Alzheimer che sta assumendo i caratteri di una epidemia silente.

Intelligenza razionale - IR

Riguarda l'intreccio funzionale di una gran parte della neo-corteccia e, da un lato, si riferisce alla comprensione del "significato" oggettivo e universale degli stimoli, ma, per altro, risulta imprescindibile per comprendere le cose, gli oggetti, le esperienze, i fatti e gli accadimenti.

Il suo dimensionamento nei parametri dello spazio e del tempo la costringe ad una precisione e ad una concatenazione seriale che la rendono *logica*, *deduttiva*, *analitica* e *capace di fare previsioni*.

Anche l'IR risponde ad una *capacità funzionale* ed è modificata dall'*esperienza*, così che risulta modificabile e adattabile alle richieste. I test per l'intelligenza sono particolarmente adatti a determinarne la capacità funzionale, ma risultano anche Influenzabili dall'attenzione, dalla tenuta, dall'interesse e dalla volontà.

Questa osservazione ci porta a considerare la stretta relazione che intercorre tra *intelligenza e coscienza*, un tema che, ancora irrisolto, risulta un vero rompicapo per i ricercatori che l'affrontano. Nel presente lavoro, basti ricordare che il tema della *espansione* e della *contrazione della coscienza* va forse oltre la IR e coinvolge molto di quel senso di sé che caratterizza, per molti aspetti, la IA.

Se questa però riguarda gli aspetti della creatività e della fantasia dell'intelligenza, la IR permette di restringere il campo per poterne analizzare tutti gli aspetti e, quindi, raggiungere quella oggettività indispensabile per risolvere i problemi, ma anche per dare sicurezza nelle scelte e nel produrre previsioni.

La differenza tra affettività e razionalità può essere misurata sulle seguenti osservazioni:

- la valutazione cognitiva di una rappresentazione percettiva non si perde quando lesioni frontali disturbano la partecipazione emotivo-affettiva;
- si può osservare come uno stimolo venga giudicato buono o cattivo prima ancora di sapere esattamente di che si tratti;
- i meccanismi mnesici che registrano, immagazzinano e recuperano le esperienze affettive sono diversi da quelli che permettono la conoscenza. Lesioni dei primi permettono memorie senza "partecipazione"; lesioni dei secondi non ci permettono di localizzare una particolare emozione nel tempo e nello spazio;
- le valutazioni affettive sono più strettamente legate alle emozioni, mentre l'elaborazione cognitiva è meno sensibile alle riverberazioni emotive;
- proprio per quanto ricordato sopra, si può giustificare il fatto che il semplice pensare un fatto non si accompagna ad una reazione emotiva.

Le osservazioni cliniche che hanno permesso di accertare come non possa svilupparsi la "*cognizione*" se prima non si sviluppa la dimensione affettiva, non significa che la IR sia subordinata alla IA, ma solamente che la prima necessita di un funzionamento mentale sviluppato e strutturato per poter raggiungere quella complessità funzionale che le è caratteristica: la ragione ha bisogno di sicurezze (per esempio, contenimento emotivo) per poter lanciarsi al suo proprio "glorioso destino".

A volte si legge di soggetti autistici dotati di una straordinaria capacità cognitiva, ma ricordiamoci che queste persone sviluppano solo una piccola porzione di quella che è la reale potenzialità intellettuale.

L'IR è anche legata strettamente allo sviluppo mnesico, soprattutto di quella parte di memoria denominata "di lavoro" e questa osservazione dà ancor più l'idea di come sia complessa la funzionalità cognitiva che, per altro, concerne il *tema del simbolico*. Questa grande conquista della mente ha veramente permesso di raggiungere le vette straordinarie di un pensiero capace di immaginare l'estremamente piccolo e l'immenso, il semplice ed anche la più grande complessità, liberandosi, in un certo senso, dalla fantasia e dall'illusione che, al di fuori del tempo e dello spazio, non sono più legate alla realtà.

* * * * *

Per concludere, possiamo dire che l'intelligenza dell'uomo è fatta di parti emotive, affettive e cognitive che, componenti di quella che chiamiamo *mente*, interferiscono e agiscono in concomitanza, anche se, a volte, una può prevalere sulle altre. Proprio in questo equilibrio di spinte e di controlli sta il senso della vera intelligenza per la quale si può arrivare a scrivere una semplice frase come:

*Grazie ...
hai seminato l'amore
nel mio cammino !!!* (lerre)

che, nella sua struttura cognitivo-simbolica, racchiude tante emozioni ed una profonda carica affettiva.

- Brockert S. – Braun G. (1997), Scopri la tua intelligenza emotiva, A. Mondadori.
- Damasio A.R., L'errore di Cartesio (1995), Adelphi Edizioni, Milano.
- Goleman D., Intelligenza emotiva (1996), Rizzoli s.p.a., Milano.
- Greenspan S.I. (1997), L'intelligenza del cuore, Arnoldo Mondadori Editore.
- Le Doux J., Il cervello emotivo (1998), Baldini&Castoldi, Milano.
- Levi Montalcini R. (1998), L'asso nella manica a brandelli, Baldini&Castoldi.
- Popper K.R. – Eccles J.C.(1994), L'io e il suo cervello, vol.II, J.C Eccles
Strutture e funzioni cerebrali, Armando Editore, Roma.
- Salomone Strocchi L. (1998), Il posto vuoto, Omega edizioni.
- Slepov V. (1996), Capire i sentimenti, Arnoldo Mondadori Editore.
- Tornese E. – Mendez N.A. (1997), Anatomia de la sustancia innominada,
Encrucijada en Neurociencia, a.I-vol.I-n1, pag.25-30.