

LA DIMENSIONE EMOZIONALE UMANA E LA PSICOPATOLOGIA*

È opinione condivisa tra gli studiosi delle *emozioni* che queste eseguano funzioni di organizzazione della mente, mediante le quali, attenuando o amplificando le attività di tutto il sistema psichico, regolano tanto il pensiero come il comportamento.

Le emozioni, biologicamente più antiche delle cognizioni, costituiscono un sistema che dirige l'attenzione e controlla l'ambiente, assegnando alla coscienza una valutazione immediata e globale del contesto, che facilita una rapida risposta adattiva (1,2,3,4). Ciononostante, in noi umani, nulla accade fuori dai confini dell'autocoscienza, in modo che questa attività regolatrice del sistema emozionale è a sua volta mediata dal sistema personale. A differenza di quanto accade negli animali, a livello umano, il sistema emozionale comporta sempre complessi strati di processi di ordine cognitivo ed affettivo che definiscono il suo funzionamento.

Come si può verificare nello sviluppo individuale, man mano che il bambino avanza nell'acquisizione di risorse cognitive di maggiore livello di astrazione, la sua condotta diventa più plastica e adattiva a contesti relazionali più complessi. Come a dire che, prima che le emozioni in se stesse, i *meccanismi di mediazioni emozionali* sono i responsabili del processo che genera la manifestazione a livello fenomenico o di condotta che possiamo osservare. Di conseguenza, per arrivare a spiegazioni plausibili del fenomeno psicopatologico è richiesta un'analisi esaustiva dei meccanismi di mediazione implicati nel funzionamento del sistema emozionale umano.

Le emozioni nell'evoluzione compaiono con i primi mammiferi, circa cento milioni di anni fa. I loro predecessori, i rettili, una volta usciti dalle uova sopravvivono senza alcuna cura da parte dei genitori, dal momento che il loro adattamento all'ambiente richiede soltanto la coordinazione con variabili che arrivano dal mondo fisico.

I mammiferi, invece, una volta nati hanno bisogno di coordinarsi con un altro individuo – una femmina – che procura loro nutrimento e cura per un periodo prolungato. Questa coordinazione si realizza nella diade madre-cucciolo attraverso il loro dispositivo emozionale innato. Questo stesso sistema regola, durante tutto il periodo della crescita, i comportamenti di esplorazione e avvicinamento alla ricerca di protezione propri della relazione di attaccamento che è caratteristica dei mammiferi. Successivamente, durante la vita adulta, le relazioni dell'individuo con gli altri membri del gruppo saranno regolati per mezzo di questo stesso dispositivo emozionale. Con la comparsa dei mammiferi inizia una forma di vita nella quale la relazione con gli altri membri della specie è la variabile fondamentale per l'adattamento e la sopravvivenza dell'individuo. La forma specifica di questa relazione con gli altri evolverà nelle distinte specie fino a giungere a quella che conosciamo nella specie umana.

Quel sistema iniziale, sebbene già complesso, risulta semplice se paragonato alla complessità che acquisterà in seguito, nei primati e nell'uomo.

*Pubblicato in: **Lavorare con le emozioni. Atti del XII Convegno di Psicologia Post-razionalista e Presentazione del Progetto UE Health25. Health Promotion for Disadvantages Youth. A cura di: Nardi, B., Arimatea, E., Capecchi e Francesconi, G.; Accademia dei Cognitivi Della Marca. Ancona, 2011.**

1) Psicoterapeuta e docente di psicoterapia; Direttore internazionale del istituto CETEPO. Direttore del Master in psicoterapia post-razionalista dell'Università di Santiago del Cile. E.mail: juanbalbi@gmail.com

Possiamo sottolineare due caratteristiche tra le emozioni che sperimentano i mammiferi:

- a) esse regolano le condizioni della relazione in maniera contingente, nel presente immediato; ad esempio, la rabbia sentita da due lupi durante una lotta all'interno di un gruppo cessa nel momento in cui cessa la lotta;

- b) esse operano in uno stato puro, sono concrete e dirette, dal momento che esse stesse sono i mediatori della relazione.

Con l'avvento dei primati, circa quaranta milioni di anni fa, sorge una nuova forma di relazione tra i membri del gruppo, che genera un incremento del sentimento di differenziazione individuale e una manipolazione più efficace delle proprie emozioni, per assicurare il mantenimento delle buone relazioni gruppali e di amicizia tra i membri, fondamentali per la sopravvivenza individuale.

I primati vivono in un *dominio di vincolo mentale*, nel quale le emozioni sono mediate da *operazioni metarappresentazionali*, che sono rese possibili dall'emergente capacità cognitiva di attribuire stati mentali intenzionali all'altro e di coordinarsi con l'altro manipolando i propri stati mentali.

Per la prima volta nella storia della vita, un animale è capace di *simulare* di avere uno *stato intenzionale diverso da quello sperimentato*, con la finalità di generare una *falsa credenza* nell'altro. La realizzazione di questa manovra richiede una complessa operazione cognitiva che consiste nella distinzione tra il *proprio stato soggettivo*, che l'individuo sperimenta, e il *punto di vista oggettivo*, cioè l'attribuzione che l'individuo fa di come viene visto dall'altro. Questa forma di mediazione psichica delle emozioni svolge la funzione di adeguare il comportamento alle esigenze, di ordine politico e sociale, in cui vivono i primati. Per esempio, nella lotta per la conquista della leadership di un gruppo, uno scimpanzé giovane può simulare amicizia e sottomissione al capo del suo gruppo, occultando l'aggressività, mentre costruisce una nuova rete di alleanze, per attaccarlo non appena il contesto sociale lo consente.

Nei primati c'è il germe di quella che sarà la differenza evolutiva più significativa della nostra specie, la speciale abilità per operare a livelli complessi di *metarappresentazione ricorsiva* (o *intenzionalità ricorsiva*, intesa come la capacità di avere stati mentali riferiti ad altri stati mentali, propri o di altri, che si riferiscono, a loro volta, ad altri stati mentali). In altre parole, noi umani abbiamo la capacità di regolare il nostro stato intenzionale in funzione di quello che l'altra persona presume che noi stiamo sentendo, in relazione al sentimento che questa persona ha per noi. Questo sistema ricorsivo è quello che rende possibile *l'esperienza, esclusivamente umana, dell'innamoramento reciproco*, un processo sconosciuto dai soggetti affetti da sindrome di Asperger (5,6).

Tale sistema affettivo metarappresentazionale comincia ad operare molto precocemente e in maniera tacita nel neonato umano con sviluppo normale. Una prova della imprescindibilità di un buon funzionamento di questo sistema, per ottenere successo nelle relazioni interpersonali, si ha nelle difficoltà che affrontano i bambini con sindrome autistica, che hanno carenza proprio di questo sistema. Per l'esercizio di questa capacità, noi umani, prima che nel mondo delle relazioni comportamentali concrete, viviamo nel mondo delle *relazioni di stati intenzionali*, nel quale mondo si dispiega un dominio emozionale costituito, anziché dalle proprie emozioni discrete, da *sentimenti complessi e rappresentazioni affettive astratte*. Questo dominio si caratterizza, inoltre, per il fatto, apparentemente paradossale, che una maggiore differenziazione dagli altri implica simultaneamente un incremento massimo della dipendenza affettiva dagli altri.

Da una parte, la possibilità di una massima differenziazione individuale conduce all'esperienza di *identità personale (autocoscienza astratta)*; dall'altra, la rappresentazione di un senso stabile di massima reciprocità, da parte di un altro

significativo (vincolo metarappresentazionale astratto), si trasforma in una condizione imprescindibile per la continuità del sentimento personale continuo e viabile. Questa condizione è il risultato della *dipendenza reciproca*, esistente dall'inizio della vita, *tra affettività e coscienza*. Entrambe le istanze dell'esperienza fanno parte di uno stesso processo dialettico, nel quale procedono in modo simultaneo e parallelo, a livelli ogni volta più astratti di organizzazione (7,8,9). La percezione di una nuova esperienza affettiva propria, nel corso della relazione con l'altro, facilita una migliore demarcazione dall'esperienza altrui e promuove nel neonato umano un'espansione della sua coscienza che, a sua volta, lo prepara a nuove distinzioni della propria esperienza.

Da un punto di vista ontologico, l'identità personale può concepirsi come l'esperienza affettiva risultante dal percepire i contenuti e l'operare di quella parte della nostra mente alla quale abbiamo accesso diretto, la *coscienza fenomenica*. Questa comincia a costruirsi nel secondo anno di vita, quando il neonato è capace di distinguere il proprio ruolo attivo nella *coordinazione affettiva con l'adulto* che si prende cura di lui. Il suo sviluppo evolutivo si estende fino all'inizio dell'età adulta, grazie all'emergere graduale dei livelli cognitivi metarappresentazionali più complessi che operano come mediatori dell'esperienza affettiva in corso. Con le nuove risorse, la coscienza personale integra per gradi il risultato di distinzioni ogni volta più sottili da una gamma di matrici affettive proprie e altrui sempre più ampia nella relazione. Questo processo passa ciclicamente per momenti di meta-stabilità, nei quali la rappresentazione della relazione significativa, e del proprio modo di essere nella stessa, viene riformulata in accordo con nuovi punti di vista, generati da discrepanze affettive. Così, progressivamente durante la l'infanzia e l'adolescenza, si costruisce la *metacoscienza affettiva individuale*, che sarà la base dell'organizzazione dell'identità in ogni persona. Questa è la rappresentazione, astratta e tacita, di una trama di sentimenti di reciprocità affettiva costruita nel corso di una relazione interpersonale significativa e riformulata in ciascuna istanza critica del proprio ciclo vitale (10). Questa rappresentazione segna i confini entro i quali il sistema operativo lineare della coscienza fenomenica può funzionare senza alterazioni, applicando con efficacia le sue risorse alle relazioni della persona con il mondo fisico e sociale. Intanto, l'area cruciale delle relazioni significative viene processata dal più efficiente sistema operativo tacito della metacoscienza affettiva personale, che funziona in parallelo (11,12).

In questa forma del funzionamento del sistema personale pone le sue radici la *vulnerabilità psicopatologica* umana. Poiché la plasticità e operatività della coscienza fenomenica varia in funzione della *gamma di sentimenti* che può riferirsi come parte della *rappresentazione tacita* della trama metarappresentazionale affettiva in corso, la regolazione che fa del sistema emozionale non è esclusivamente diretta, come nei primati, a ottenere una maggiore efficacia nel comportamento sociale, ma è fondamentalmente diretta ad adeguare i contenuti di se stessa in funzione al mantenimento stabile del proprio sentimento di *viabilità*.

Con questo obiettivo, utilizza l'*attenzione selettiva* come meccanismo di mediazione degli stati intenzionali. In questo modo, mettendo a fuoco certi contenuti affettivi a spese di altri, definisce quali contenuti emergono a livello esplicito e quali restano a livello tacito. Escludendo dal suo focus attentivo tutta l'informazione che implica minor corrispondenza, o maggiore ambivalenza affettiva, di quella contenuta nella rappresentazione della trama precedentemente costruita, la coscienza fenomenica cerca di impedire che arrivi al suo dominio la discrepanza generata da nuovi stati affettivi personali. Il fallimento della coscienza fenomenica in questo compito implica l'inevitabile arrivo al suo dominio di aspetti, parziali e dissociati, dei sentimenti discrepanti. Quindi, si manifesta a livello fenomenologico in maniera sintomatica, come

esempio, solo l'aspetto affettivo, la tristezza o la rabbia, dissociata dalla rappresentazione di perdita, come avviene nel caso della depressione. Le sensazioni propriocettive e interocettivi, tratti fisiologici della reazione emozionale, dissociata dalle componenti affettive e la rappresentazione ideativa, come nel caso dell'attacco di panico e della sindrome agorafobica. Oppure solo la rappresentazione ideativa, dissociata dagli aspetti affettivi ed emozionali, come nel caso del disturbo ossessivo.

BIBLIOGRAFIA

1. Damasio, A. R.: *Descartes' Error. Emotion, Reason, and the Human Brain*, Grosset-Putnam, New York, 1994.
2. Greenberg, L.; Rice, L. y Elliot, R., *Facilitando el Cambio Emocional. El Proceso Terapéutico Punto por Punto*, Paidós, Barcelona, 1996.
3. Reda M: *Le basi emotive dello sviluppo cognitivo: considerazioni per la psicoterapia*, in Sacco G, Isola L. (Eds.) *Etologia e Conoscenza*, Melusina, Roma, 1996.
4. Siegel D.J., *La Mente Relazionale. Neurobiologia dell'Esperienza Interpersonale*, Raffaello Cortina, Milano, 2001.
5. Rivière, A., *Intencionalidad y metarrepresentación: Una perspectiva evolutiva*, in Angel Rivière (Ed.) *Obras Escogidas, Volumen 3: Metarrepresentación y semiosis*, Editorial Médica Panamericana, Madrid, 2003.
6. Rivière, A. Sarria, E., Núñez, M., *El desarrollo de las capacidades interpersonales y la teoría de la mente*, in Ángel Rivière (Ed.) *Obras Escogidas: Volumen 3: Metarrepresentación y semiosis*, Editorial Médica Panamericana, Madrid, 2003.
7. Balbi, J., *La Mente Narrativa. Verso una Concezione Post-Razionalista dell'Identità Personale*, Franco Angeli, Milano, 2009.
8. Guidano, V.F., *La Complessità del Sé. Un Approccio Sistemico-Processuale alla Psicopatologia e alla Terapia Cognitiva*, Bollati Boringhieri, Torino, 1988.
9. Guidano, V.F., *Il Sé nel suo Divenire. Verso una Terapia Cognitiva Post-Razionalista*, Bollati Boringhieri, Torino, 1992.
10. Balbi, J., *La metaconciencia afectiva y el sentido de uno mismo: Una concepción posracionalista de la naturaleza afectiva de la conciencia*, www.revistadeapra.org.ar, 1 (3), 2009.
11. Balbi, J., *Metarappresentazione affettiva tacita e senso di identità personale. Un approccio alla comprensione delle gravi patologie psichiatriche dell'adolescenza e giovinezza*, Rivista di Psichiatria. Roma, in stampa.
12. Froufe, F.: *El Inconsciente Cognitivo: La Cara Oculta de la Mente*, Madrid, Biblioteca Nueva, 1997.