

INTERVISTA. Colpiti dalla morte dei due inviati. La psicologa Valentina D'Urso spiega perché

■ Alla notizia dell'omicidio dei due giornalisti l'intero paese si è emozionato esprimendo un comune sentimento di compassione. Che cos'è la commozione? E perché proviamo dolore per la morte di due persone che non conosciamo se non attraverso la televisione? Ne parliamo con una studiosa dei sentimenti, Valentina D'Urso, docente di psicologia all'Università di Padova, autrice del *Sillabario delle emozioni* insieme a Rosanna Trentin edito da Giuffrè.

**Cosa significa questo senso di perdita che proviamo per persone sconosciute?**

La commozione è sentire in consonanza con gli altri. In questo caso quello ci ha colpito è un «lutto allargato» perché Ilana Alpi la conoscevo attraverso la televisione. Con lei si era dunque creata una rete di rapporti anche di tipo affettiva. È diverso il sentimento che proviamo per l'operatore che lavorava dietro le quinte, non credo che sia un sentimento forte. Possiamo dire «poveraccio» - guarda che razza di morte, ma non è la stessa cosa anche se le modalità dell'omicidio sono state atroci. Ci indigniamo altro sentimento perché li hanno uccisi contro ogni regola che pure c'è in guerra. Però il video ha un ruolo potente sotto questo punto di vista perché l'uomo l'operatore ci è più estraneo. E poi la ragazza era giovane, scatta quindi anche un senso di protezione nei suoi confronti, un tipo di sentimento materno (o paterno).

**Ma si tratta di una reazione innata?**

No. C'è una tendenza nella psicologia delle emozioni che sostiene che i sentimenti siano innati, ma io credo piuttosto che la commozione si insegna e che ogni cultura abbia la sua lingua dei sentimenti. Tra il sud e il nord del nostro emisfero c'è una differenza enorme tra il modo di esprimersi, in particolare quelli suscitati da un lutto. E per fare un esempio che non entra con la compassione, i giapponesi di fronte a un niprivo vero sgridano. L'ha creato loro non pochi problemi nel rapporto economico con gli americani. Proviamo a immaginare un manager americano che dice al suo cor rispettivo giapponese, questa merce che mi ha mandato fa schifo. E il giapponese sorride. L'americano si arrabbia. E il giapponese sorride sempre di più. La serie degli equivoci è infinita. E faccio un altro esempio al limite del ridicolo: il tradizionale self-control inglese nel rapporto con gli arabi. Gli arabi se vogliono far capire la loro simpatia a qualcuno gli si avvicinano. E questo facevano con gli inglesi che ad un gesto del genere reagiscono allontanandosi perché provano fastidio nella eccessiva vicinanza. Un passo avanti dell'arabo, uno indietro dell'inglese. E il primo pensa non mi sono avvicinato abbastanza, non ha capito che mi è simpatico. E si avvicina ancora. E così via. La manifestazione di sentimenti nelle varie culture è così importante che sono stati fatti tanti libri sul linguaggio delle emozioni, che si esprimono con il corpo e con la mimica facciale. E questi libri servono al



Soldati americani a Dak To, Vietnam nel '68

Gianfranco Moraldo

# Piango perché...

## Commozione, il sentimento che ci unisce agli altri

personale diplomatico dei vari paesi a chi tratta rapporti commerciali proprio perché si è capito che conoscere la lingua di un paese non è sufficiente.

**Anche commuoversi è una manifestazione di un linguaggio convenzionale?**

Sì, certo. La teoria dell'apprendimento sociale delle emozioni dice proprio questo: così come impariamo a stare in società, impariamo a non metterci le dita nel naso a stare a tavola, il galateo in

**NANNI RICCOBONO**

**E tra l'emozione e la sua socializzazione c'è un rapporto?**

Secondo me sì. Le regole di apprendimento sociale determinano quali sentimenti vanno manifestati in ogni occasione, e in qualche modo ciò influenza quello che proviamo. La capacità di riconoscere il nostro sentimento. Infatti la prima fase del nostro sentire è il riconoscimento di quello che ci sta provando. Rabbia, paura, pietà, gioia, queste sono le etichette sociali che noi dobbiamo applicare a quello che stiamo provando e etichettare interagisce con il sentire.

ta gioia, queste sono le etichette sociali che noi dobbiamo applicare a quello che stiamo provando e etichettare interagisce con il sentire.

**Donne e uomini provano gli stessi sentimenti? La commozione, ad esempio.**

Naturalmente i sentimenti non hanno genere. Però anche in questo caso la cultura è determinante. Ora le cose stanno finalmente un po' cambiando nella nostra società, però è ancora viva la regola

che attribuisce alle donne il monopolio dei sentimenti «gentili» e agli uomini quello dei sentimenti «forti». Una donna che prova rabbia, ad esempio, era stigmatizzata e in parte lo è ancora adesso. Alle donne le lacrime, la compassione, agli uomini la rabbia, il coraggio, l'orgoglio. Ancora adesso di fronte alla perdita di un figlio si chiede a un padre di reagire «da uomo», mentre si accettano tutte le manifestazioni di dolore da parte della madre. Se una donna urla è una strega, mentre il corrispettivo maschile non c'è. Di un uomo in quelle condizioni si dice magari che è un energumeno, connotazione negativa fino ad un certo punto perché è pur sempre un aggettivo indicatore di forza. In breve, ci sono inibizioni diverse per i due sessi. Ma in generale uomini e donne possono provare sentimenti meno forti se quei sentimenti sono stigmatizzati dalla società.

**E se di fronte a un fatto come l'omicidio dei due giornalisti si restasse indifferenti?**

Non dovremmo avere paura di sfidare il rischio di sentirsi cinici. Se non abbiamo sentimenti comuni agli altri non siamo normali? Non è questo il problema. L'importante è avere un motivo con se stessi, chi non si commuove per la morte di Ilana Alpi forse pensa a tutti gli altri giornalisti morti in Bosnia per i quali ben pochi si sono commossi. Ci sono persone poi che restano fredde alla morte del padre o della madre ed è lo shock in questo caso a inibire l'emozione. Certo se non ci si riesce ad addolorare più qualcosa è andato storto. Ma la mancanza di emozione vuole sempre significare qualcosa. Un esempio ci sono giovani educati a commuoversi per l'alzabandiera e per l'inno d'Italia. Altri si commuovono se sentono l'Internazionale. Se sono nazionalista ma l'inno d'Italia non mi commuove più o se viceversa sono di sinistra e l'Internazionale mi lascia freddo, sarò forse spinto a mettere in discussione le mie convinzioni politiche.

**È utile la commozione collettiva?**

Dipende. Direi di sì se commuovendoci per la morte dei due giornalisti in Somalia saremo spinti a promuovere maggiori misure di sicurezza per il lavoro di tutti i giornalisti e di tutte le altre categorie di lavoratori. Ma direi anche di no se la commozione dovesse spingere la collettività a prendere decisioni emotive non ragionate. L'emozione spinge all'azione ma non sempre questa è un'azione giusta o utile. Ora torniamo al caso da cui siamo partiti: il contingente italiano sta lasciando la Somalia per fortuna. E se questo fosse successo prima della decisione di smobilitare? Avrebbe magari portato a chi sa quali ritorsioni e vendette. Senza contare che essendo stati uccisi come sembra da fondamentalisti somali ci porterebbe senz'altro ad una maggiore chiusura nei loro confronti, saremo portati a capire di meno le loro ragioni. O anche potremmo perfino provare una maggiore diffidenza verso i somali che vivono in Italia. Vissuta l'emozione poi è indispensabile ragionare.

### ARCHIVI

ROMEO BASSOLI

#### Le emozioni

**Quante sono otto o cinque?**

Le emozioni? Sono innate, almeno alcune. Ma quante siano queste «alcune» gli scienziati non sanno. O meglio sono in disaccordo tra loro su quante siano queste emozioni. Otto secondo alcuni, cinque secondo altri. Secondo altri ancora tutti gli organismi hanno comportamenti adattivi che esibiscono di fronte a determinate situazioni ambientali. Questi comportamenti sono l'incorporazione di stimoli esterni, piacevoli o rifiuto di quelli nocivi, la distruzione di ciò che si frappone tra l'organismo e la soddisfazione dei suoi bisogni, la protezione (per evitare di essere distrutti) la riproduzione, la remissione, la grazia, l'orientamento, l'esplorazione. Secondo gli studi più recenti sono proprio questi comportamenti per la sopravvivenza a rappresentare le basi delle reazioni emotive negli animali e negli uomini.

#### Il viso emozionato

**Quando Darwin trovò la chiave del sorriso**

Chiunque voglia studiare le emozioni deve passare da un libro fondamentale di Charles Darwin, *L'espressione delle emozioni negli animali e negli uomini*, edito nel 1872. Darwin sostiene che alcune espressioni facciali non tutte sono innate e riflettono uno stato di motivazione o un'intenzione che è indicativa di una disposizione all'azione che potrà essere utile o no alla sopravvivenza dell'individuo. Per il grande naturalista britannico era però essenziale nello studio della espressione delle emozioni tenere distinto il problema della capacità dell'osservatore di riconoscere dal problema delle basi genetiche delle emozioni stesse.

#### Desiderio violento

**Da dove nasce il piacere di distruggere gli altri?**

Per i responsabili del budget di ricerca del governo degli Stati Uniti la risposta è nei finanziamenti all'Istituto nazionale per la salute (Nih) 42 milioni di dollari circa, sessanta miliardi di lire, sono stati stanziati per studiare la patologia della violenza. In altri termini l'emozione che viene dalla violenza è un dato ereditario e naturalmente i portatori dei geni della violenza sono soprattutto i neri. Uno studio pubblicato sull'ultimo numero del settimanale scientifico inglese «New Scientist» sostiene però che «nonostante gli sforzi dei milioni di ricercatori e l'entusiasmo del pubblico per le risposte semplificate, le radici biologiche della violenza rimangono un mistero».

#### E la felicità?

**Due modi per leggere la gioia della mente**

Che cos'è l'emozione felice? «La felicità», sostiene il psicologo M. Argyle, «può essere intesa come un riflesso sull'appagamento nei riguardi della vita o come la frequenza e l'intensità delle emozioni positive». Ma ci sono due teorie per spiegare da che cosa dipendono le emozioni positive. La prima sostiene che è la personalità dell'individuo che definisce queste emozioni: non la quantità o qualità degli eventi reali. La seconda teoria invece sostiene che la felicità è dovuta alla quantità e all'intensità degli eventi positivi che ogni individuo si trova a vivere. Tutti comunque concordano sul fatto che la felicità non può essere considerata come l'opposto dell'infelicità. Anche se coloro che possono sentirsi estremamente felici, poi possono esprimere con la stessa intensità uno stato d'animo di infelicità.

#### Emozione estetica

**L'arte invece dell'esperienza**

L'emozione estetica costituisce il momento apicale di un atteggiamento pervasivo della nostra quotidiana interazione con l'ambiente naturale e artistico. Scrive Alberto Argenton sul *Sillabario delle emozioni*, edizioni Giuffrè, «L'emozione estetica secondo il psicologo svedese, ha un ruolo di equilibratore cognitivo consentendo all'individuo di esprimere intensamente i lati affettivi e intellettivi dell'esistenza tramite stimoli sostitutivi dell'esperienza diretta». Ma su che cosa sia il bello si sono scontrati per secoli filosofi e scrittori. Uno degli ultimi più famosi libri ad affrontare questo tema è *Lo Zen e l'arte dell'equilibrato* di Robert M. Pirsig.

## «Non riesco a trattenere le lacrime»

■ ROMA. Credo che non ci sia altro da aggiungere che possiamo chiudere qui. La voce rotta dalla commozione, gli occhi lucidi, il volto sconvolto. È così che Flavia Fusi ha concluso la breve edizione del Tg3 di lunedì pomeriggio quando gli è toccato dare la notizia della morte dei suoi due colleghi, i amici uccisi in Somalia: Ilana Alpi e Miran Krovatin. Dare le notizie, anche le più tragiche, è il lavoro quotidiano del giornalista. Ma mettersi mai nel conto il cronista di poter essere costretto un giorno ad annunciare la morte di persone sconosciute a lui care? Dove finisce il dovere dell'informazione lucida e precisa e dove comincia il diritto a commuoversi a rifugiarsi anche per poco nel proprio dolore?

Io sono della scuola di pensiero per cui la commozione va trattenuta - dice Fusi - raggiunto per telefono in redazione - perché c'è un limite oltre al quale è un sentimento che appartiene solo a te stesso e

**ELEONORA MARTELLI**

agli altri può sembrare una sovrapposizione. Questo è quello che cerco. Ed anche loro, Ilana e Miran, cercavano la stessa cosa. Esprimi la commozione nel pezzo che fai senza piagnucolare. E se il pezzo lo senti se lo fai bene, la commozione lo anima. Poi però ti trovi in situazioni eccezionali come quella di ieri, in cui devi combattere perché non ti travolga. Questo io ho fatto. Non credo che mi abbia travolto. Certo ero sconvolto.

Io non sono commosso per la loro morte - spiega ancora Fusi - La commozione ti viene per la vita. La morte è sempre uguale. Il momento peggiore c'è stato quando sono stato costretto a parlare. Sentire la tua voce che parla dei tuoi amici dice che sono morti, amici che conosci bene, tutti e due. Si mette in movimento non so bene

cosa. Sono i piccoli fatti, i piccoli gesti e gli oggetti insignificanti che ti legano a loro a tornarti in mente. Lei lavorava con noi da tre anni con lui ho lavorato dieci giorni a Sarajevo. Prima di partire per la Somalia Miran mi ha mandato per fax una foto che mi aveva scattato a Sarajevo, io che sorrido a lui che mi scatta una foto. È questo che mi commuove ora. L'emozione - Fusi cerca le parole per spiegare meglio - è legata a cose molto concrete, a piccoli ricordi. Si insera nel giornale e è stato un servizio su Miran realizzato da uno che lo conosceva molto bene. Raccontava del suo carattere allegro e ironico e di quella frase che diceva sempre: «Avanti tutti quanti!». Quando l'ho sentita ho avuto un momento di vero smarrimento. Fra una frase che mi stava dentro e che non ricordavo. Ecco, sono gli oggetti, le

frasi, i colori che tu non ricordi e che ti colpiscono indifeso. Tutto questo, più che pensare che sono morti che erano vivi.

E poi però nel lavoro c'è una linea di demarcazione da non oltrepassare mai. «Sì perché c'è sempre il rischio di apparire retorici - continua Fusi - Anche il messaggio perde di peso, il dolore si banalizza. Ma è molto difficile stabilire tutto questo perché non sei tu che decidi come viene recepito quello che dici. È il ricordo, i momenti di lavoro comune. Con Miran a Sarajevo ci siamo rovatissimi, anche perché c'è un ricordo su questi punti. L'ho girato spesso cose atroci. Poi al montaggio diceva: questo non lo metta, no, perché erano immagini troppo forti che non aggiungevano niente all'informazione. Lei anche lì ma era d'accordo. Preferivamo tutti e tre far vedere i vivi invece dei morti».



Ilana Alpi



Miran Krovatin