

Scienza & Tecnologia

di Giovanni Caprara


▼ La ricerca americana

Perfezionisti ossessivi? È tutta colpa dei geni

Steve Jobs aveva fama di essere oltre che geniale anche un perfezionista e così nacque lo stile estetico di Apple da lui fortemente inseguito. Barbara Streisand ha rifiutato alcune sue canzoni del passato perché giudicate non più soddisfacenti. Gustav Flaubert ma anche Gabriele d'Annunzio erano sempre a caccia della parola giusta. Tutti sono diventati noti come estremi perfezionisti. Ma il

perfezionismo è una dote o una malattia e come mai alcuni lo esprimono e altri no? I ricercatori americani del Michigan State University Twin Register hanno condotto due studi sui gemelli cercando di arrivare a qualche conclusione. Intanto hanno trovato che i gemelli veri (monozigoti) assieme al corredo genetico uguale rivelano un atteggiamento perfezionistico e di ansietà molto più elevato dei gemelli falsi (dizigoti) i quali condividono solo il 50 per cento dei geni. Oltre questo aspetto biologico, emerge che verso il perfezionismo spingono l'eredità genetica e le esperienze personali. Tra queste, quelle derivate dai comportamenti dei genitori e legate alla vita di relazione sociale. Quindi ci può essere una predisposizione, ma giocano anche i nostri rapporti esterni. Gli studiosi fanno notare come il perfezionismo e la ricerca esasperata del dettaglio possano diventare una seria malattia generando un elenco di guai: disturbi mentali,

depressione, ansietà, ossessioni, disordini alimentari, problemi coniugali, stacanovismo, insonnia e persino il suicidio. Si aggiunge un suggerimento ai sofferenti di perfezione: accettate i piccoli errori, vi renderanno più umani.

 @giovannicaprara

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Personaggi Sopra, dall'alto, Steve Jobs, Barbra Streisand e Gabriele d'Annunzio

