

IL LINGUAGGIO NASCOSTO Esperimento su 701 persone in tutto il mondo

Dall'ira al «cuore spezzato» Nel corpo la mappa emotiva

*Un gruppo di studiosi finlandesi ha collegato agli organi le diverse sensazioni
Il disgusto nasce in gola, la collera nelle braccia, la felicità nel torace*

la ricerca

di **Patricia Tagliaferri**

Spesso usiamo espressioni come «ho un nodo alla gola» o «sento un brivido lungo la schiena». E quante volte ci è capitato di dire che «ci sentiamo torcere le budella» o che abbiamo avuto «un colpo al cuore»? Modi di dire ricorrenti per esprimere le nostre sensazioni. Del resto è normale che quando proviamo determinate emozioni modifichiamo le espressioni facciali, cambiamo postura, il tono e il volume della voce. Ora, però, siamo in grado di leggere le sensazioni viscerali associate all'esperienza emo-

tiva per comporre una vera e propria mappa delle emozioni.

L'obiettivo è stato raggiunto da un gruppo di ricercatori finlandesi dell'università di Tampere e della Aalto University che sono riusciti a collegare e a visualizzare le associazioni tra le parti del corpo e quello che proviamo. Collegamenti universali, indipendenti cioè dalla cultura e dalla razza. Avere il «cuore spezzato» provoca, dunque, le stesse percezioni interiori ad occidentali e orientali. Finora i cambiamenti corporei associati alle varie emozioni non bastavano a spiegare le sensazioni e neppure quale fosse la distribuzione topografica di queste ultime. Lo studio condotto da Lauri Nummenmaa, Enrico Glerean, Riitta Hari e Jari Hietanen dimostra che effettivamente quando gli individui vivono uno specifico stato d'animo tendono ad avvertire determinate sensazioni interne, questo a prescindere dal loro background culturale. Gli studiosi hanno preso in esame 701 sog-

getti, in parte dei paesi scandinavi e in parte asiatici. A tutti sono stati proposti filmati, racconti, parole toccanti, poi gli è stato chiesto di indicare per ogni stimolo su due sagome disegnate nel computer quali parti del corpo percepivano come più attivate o meno attivate del normale. Sulla rappresentazione grafica sono state così evidenziate le zone più rispondenti alle sollecitazioni: in giallo e rosso le più attive, in blu le più indifferenti. Ecco dunque che una persona depressa, quindi senza emozioni, appare tutta blu. Una felice invece completamente colorata, perché questo sentimento, a differenza degli altri, determina un incremento di energia in tutto il corpo. Emozioni primarie, come sorpresa, paura, collera, tristezza e felicità, sono state associate invece a percezioni nella regione alta del torace, probabilmente in coincidenza con cambiamenti del respiro e della frequenza cardiaca. Le sensazioni localizzate nelle braccia o nelle mani sono risul-

tate collegate all'approccio o al rifiuto, quindi a stati d'animo come felicità o collera. Arti meno sensibili alla malinconia. I sentimenti di disgusto hanno fatto aumentare ai soggetti reclutati per lo studio sensazioni allo stomaco o alla gola. Più difficile rilevare una precisa corrispondenza con determinate aree del corpo in presenza di emozioni più articolate, quali ansia, depressione, disprezzo, orgoglio, invidia e amore. In questo caso la corrispondenza è risultata più legata all'esperienza soggettiva.

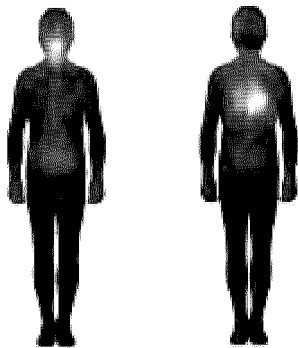
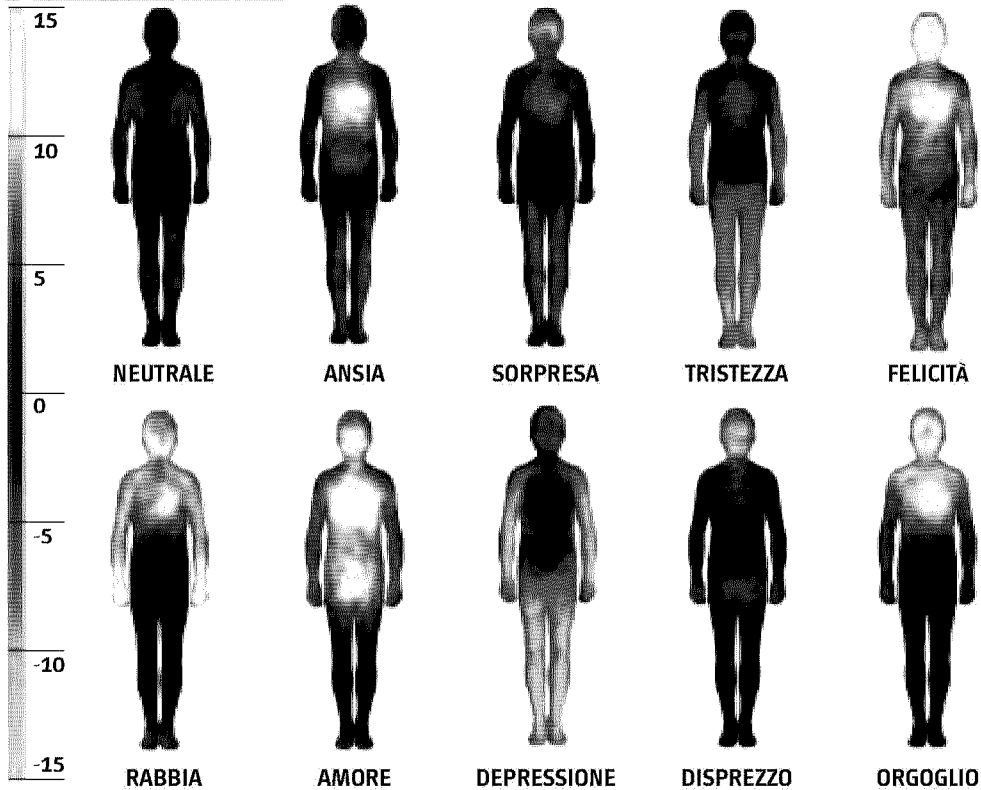
Alcune parti del corpo, come per esempio la testa, sono risultate quasi sempre coinvolte. Ma dallo studio delle risposte è comunque emerso che alle diverse emozioni corrispondono mappe corporee statisticamente ben distinguibili e che le aree interessate coincidono con i più importanti cambiamenti fisiologici associati agli stati d'animo. La mappa delle emozioni, infine, non cambia quando a provarle sono persone di razze diverse.

REAZIONI

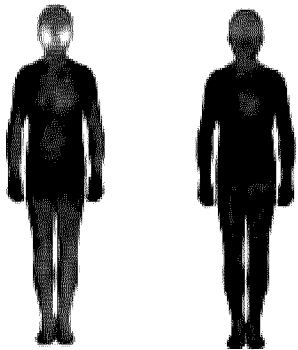
Più difficile individuare le reazioni negli «anestetizzati» depressi

DOVE ALLOGGIANO I SENTIMENTI

L'università finlandese di Tampere ha concluso uno studio per visualizzare le emozioni e le sensazioni di una persona, a prescindere da razza e cultura: i test sono stati condotti su 701 soggetti di tutto il mondo. Espressioni come «un brivido lungo la schiena» o «ho il cuore spezzato» sono state rappresentate visivamente. Il depresso che non ha emozioni è completamente blu: Per ogni sentimento o stato d'anima (ansia, rabbia, sorpresa, vergogna ecc) sono visualizzate le parti del corpo più rispondenti



DISGUSTO PAURA



VERGOGNA INVIDIA

L'EGO

