

# Emozioni e cambiamenti sociali

## *Una chiave di lettura tra Berne e Bauman*

di Francesco Aprile

Riassunto: In questo articolo l'autore evidenzia come sia cambiata l'espressione a livello sociale delle emozioni primarie (tristezza, paura, rabbia, gioia) al variare dei cambiamenti storici, interpretati a partire dal concetto di *comunità* espresso da Bauman. Parallelamente alla scomparsa di tale comunità, tristezza e gioia sembrano essere sempre più destinate a diventare emozioni *private*, mentre paura e rabbia si prestano ad un livello maggiore di manipolazione. In particolare, per queste due emozioni viene ipotizzata la presenza di un *parassitismo emotivo* a livello sociale secondo la formulazione propria analitico-transazionale. Una delle cose più interessanti dell'Analisi Transazionale è la sua capacità di fornire delle chiavi di lettura della persona la cui efficacia non si limita al singolo individuo o alle *relazioni corte*, ma può tranquillamente essere estesa ai gruppi o all'intero corpo sociale. Ad esempio, è possibile individuare gli Stati dell'Io prevalenti di un gruppo anziché di una persona, oppure individuare delle tracce copionali nella storia culturale di un popolo. Ho voluto così pormi l'obiettivo di guardare al tema delle emozioni (molto caro all'AT ben prima della *emotional renaissance* degli ultimi quindici anni) da un punto di vista al tempo stesso transazionale e sociale. Ho voluto indagare come le emozioni principali (rabbia, tristezza, paura, gioia) vengono vissute oggi nel nostro mondo occidentale e, in particolare, mi sono chiesto se tali emozioni abbiano subito dei cambiamenti nel tempo. Dando inizio alla ricerca, mi è sembrato evidente da un punto di vista empirico che le emozioni sociali hanno ovviamente cambiato forma, oggetto e modalità espressiva. Se nel medioevo, ad esempio, si aveva paura delle epidemie di peste, oggi ci sentiamo molto al sicuro su questo fronte grazie al progresso tecnologico in ambito sanitario, mentre sperimentiamo altre forme di paura legate al minaccioso anonimato metropolitano. Oppure è facile notare le differenze fenomenologiche tra una festa popolare degli anni Cinquanta ed un concerto tenuto oggi da qualche grande cantante capace di riscaldare platee immense in un'unico ritmo collettivo. Ma quando è iniziato tale cambiamento? Dove è il discrimine? C'è una radice unica? Quale è la chiave di lettura capace di spiegare la differenza tra le emozioni sociali di *ieri* e le emozioni sociali di *oggi*?

### **Tra “Ieri” ed “Oggi”: la notte della comunità**

Ho trovato la chiave di lettura più utile per rispondere a queste domande nel concetto di “scomparsa della comunità” espresso da Bauman (1). Secondo Bauman, la storia della società occidentale (diventata *de facto* un trend mondiale attraverso i processi di globalizzazione – o di “occidentalizzazione del mondo” per dirla con Latouche) è riconducibile ad un paradigma che ruota attorno al concetto di comunità e alla sua scomparsa. Ma cosa intendiamo per *comunità*? Prima di ricorrere alla descrizione idealtipica di Bauman, può essere utile richiamare alla nostra mente alcuni esempi. Le forme di aggregazione sociale di tipo rurale, i clan, il villaggio, le tribù, sono sicuramente esempi reali di comunità storicamente esistite o ancora esistenti (sebbene soffocate dai fenomeni di omologazione della nostra *era liquida*). Attualmente, dal punto di vista temporale e geografico, gli esempi di comunità più vicini alla nostra esperienza di italiani del XXI secolo potrebbero essere individuati nelle comunità rurali o montane della provincia italiana (da nord a sud), in misura maggiore via via che ci si allontana dai grossi centri urbani e dalle metropoli. Dal punto di vista fenomenologico, la comunità si presenta come «un'entità *peculiare* rispetto ad altre forme di aggregazione umana (appare cioè chiaro “dove inizia e dove finisce”), *piccola* (tanto piccola da poter essere vista in tutta la

sua interezza da tutti i suoi membri) e *autosufficiente* (capace cioè, afferma Redfield, di provvedere a tutte o quasi tutte le attività e necessità dei suoi membri. La piccola comunità è un tipo di organizzazione 'dalla culla alla bara')»(2). Questa dimensione contenuta, questo tipo di relazioni strette, questo senso di identità collettiva, fanno della comunità «un luogo “caldo”, un posto intimo e confortevole. È come un tetto sotto cui ci ripariamo quando si scatena un temporale, un fuoco dinanzi al quale ci scaldiamo nelle giornate fredde. [...] All'interno di una comunità la comprensione reciproca è garantita, possiamo fidarci di ciò che sentiamo, siamo quasi sempre al sicuro [...] In secondo luogo, in una comunità possiamo contare sulla benevolenza di tutti. [...] Nei momenti di tristezza ci sarà sempre qualcuno pronto a tenerci per mano; [...] aiutarci reciprocamente è un nostro puro e semplice dovere, così come è un nostro puro e semplice diritto aspettarci che l'aiuto richiesto non mancherà»(3). Per quanto tale descrizione possa farci vagheggiare un mondo perfetto, un miltoniano paradiso perduto, dobbiamo vedere anche l'altro lato della medaglia. «Il privilegio di “vivere in una comunità” richiede un prezzo da pagare [...]. La valuta con cui si paga tale prezzo è la libertà»(4). Nella comunità, infatti, l'identità collettiva (e quindi i bisogni collettivi) hanno sempre la precedenza su quelli del singolo, la ribellione non è ammessa e i bisogni sono soddisfatti in cambio della cessione della propria libertà personale. Qualcosa che per noi occidentali è attualmente inconcepibile, in quanto ormai culturalmente legati all'irrinunciabilità dei diritti del singolo. Abbiamo scelto la libertà alla sicurezza della comunità, sebbene ora tale situazione ci faccia rimpiangere spesso *le cipolle d'Egitto*. Lungi, quindi, dal voler vagheggiare un acritico ritorno a ciò che abbiamo storicamente rifiutato, ci poniamo l'obiettivo di capire quali siano le conseguenze di questo passaggio.

Ma non abbiamo ancora espresso la risposta alla domanda fondamentale: che fine ha fatto la comunità?

Secondo Bauman, la comunità è ormai *sconfitta*, i suoi ultimi baluardi non tarderanno ad arrendersi e «scomparsa è la gran parte dei solidi e fermi punti di orientamento che indicavano un ambiente sociale più stabile, più sicuro e più affidabile della durata di una singola vita. [...] Questa esperienza oggi viene a mancare, ed è la sua assenza che viene interpretata come “declino”, “scomparsa” o “eclissi” della comunità, come osservava già nel 1960 Maurice Stein: i legami comunitari diventano sempre meno indispensabili [...]. Le fedeltà personali perdono di intensità di pari passo al progressivo indebolimento di legami nazionali, regionali, comunitari, di vicinato, familiari e alla fine di legami a un'immagine coerente di se stessi»(5). Dal punto di vista storico, il fatto nuovo che rompe la comunità è da rintracciarsi principalmente nella *rivoluzione industriale*, che ha generato (o quantomeno accelerato) la frantumazione delle comunità rurali (in quanto strutturalmente incompatibili con la necessità di fornire al sistema industriale manodopera massificata e de-identificata). Nel caso della realtà italiana, a mio avviso, occorre fare una distinzione e rintracciare tale punto di rottura nel ventennio successivo alla Seconda Guerra Mondiale, con il *boom economico*, l'industrializzazione, i flussi migratori interni dal sud rurale al nord neo-industrializzato, la diffusione di una identità nazionale attraverso il mezzo televisivo (non deve meravigliare che si possa applicare la stessa decodifica a elementi così distanti nel tempo, in quanto stiamo parlando di macro-tendenze storiche, non di eventi puntuali).

A questo punto mi sembra che si possa parlare semplicemente di un “ieri” e di un “oggi” facendo coincidere il primo termine con il tempo della comunità e il secondo con la sua scomparsa. È evidente quindi, che intendiamo questi termini in senso logico più che cronologico. Partendo da questa distinzione sembra possibile individuare degli evidenti cambiamenti nel modo di vivere le emozioni, nelle loro cause scatenanti, nella loro manifestazione. Vediamoli.

## Tristezza e gioia: emozioni in solitudine

Ieri, al tempo della comunità, i legami sociali erano così forti che diventava quasi impossibile pensare ad una tristezza o ad una gioia “private”. Si pensi, ad esempio, ai riti funebri. Nella comunità, il lutto che colpisce un suo membro è il lutto di tutto il gruppo sociale, che si ritrova a piangere e a sostenere i familiari (anche nelle necessità materiali). E lo stesso livello di coinvolgimento collettivo emerge con forza nelle occasioni di gioia. Nella comunità, ad esempio, è impensabile un matrimonio o una festa “per pochi intimi”, ma la riuscita di una festa viene giudicata dal numero dei suoi partecipanti e dal coinvolgimento che ha saputo suscitare. Per non parlare delle feste comunitarie per eccellenza, a carattere naturalistico (il cambio delle stagioni, il ciclo semina/raccolto) e/o religioso (ad esempio le feste patronali che ancora oggi si possono osservare in alcuni paesi, tipicamente nel Sud Italia), in cui c'è una partecipazione (ed una preparazione) a qualcosa che stabilisce un *idem sentire* a livello di corpo sociale e che è difficile da comprendere per chi non lo abbia sperimentato seppure in minima parte.

Tutto ciò stride fortemente con il nostro oggi, segnato dalla frammentazione sociale. Ci siamo ripresi il “diritto” a vivere una sorta di *privacy* emozionale, con la conseguenza che la gioia non ha possibilità di essere amplificata (o riverberata) attraverso dinamiche collettive. Ma, soprattutto, restiamo soli con la nostra tristezza e molte persone che si rivolgono ad un percorso di *counseling* o di terapia lo fanno perché non riescono a metabolizzare da sole un tale peso emotivo. Ciò vuol dire che non abbiamo più occasioni per gioire insieme? O per piangere insieme? Se così fosse, come spiegare il carosello di auto strombazzanti alla vittoria dei mondiali di calcio tra persone sconosciute (o talvolta nemiche) che si abbracciano e fanno festa per un'intera notte?

Oppure come non vedere una sorta di tristezza sociale tangibile quando gravi casi di cronaca generano un dolore diffuso e condiviso, tanto dalle persone più vicine quanto da chi è lontano ma ugualmente vicino grazie ai *mass media*? In casi del genere sembrerebbe che si è riusciti a trovare una dimensione comunitaria alle emozioni anche nell'oggi della frammentazione. Secondo Bauman, bisogna stare attenti a non fare confusione, in quanto in casi simili non ci troviamo davanti ad una comunità vera e propria, ma ad un suo surrogato che, con una terminologia di origine kantiana, egli definisce *comunità estetica*. Tale comunità si costruisce senza radici attorno ad un idolo o ad un evento «occasionale o ricorrente, come un concerto di musica pop, un incontro di calcio o una mostra particolarmente attesa». Perché si tratta di un surrogato di comunità? Perché tali episodi o idoli «evocano l'esperienza della comunità senza che esista alcuna comunità reale, la gioia del senso di appartenenza senza lo sconforto dei ceppi. [Tali comunità] sono comunità prefabbricate, da consumarsi sul posto, nonché del tipo usa-e-getta. [...] Non richiedono una lunga storia di lenta e faticosa costruzione né di sforzi laboriosi per garantirsi il futuro» (6). La comunità vera e propria ha un senso di solidità temporale, di trascendenza rispetto al momento presente e alla vita del singolo, mentre le emozioni legate ad “eventi”, per quanto intense, restano episodiestemporanei, destinati ad essere *superati* dalla prossima ondata. Insomma, tramontata l'epoca della comunità, viviamo tristezze solitarie e gioie private. La tristezza, venendo a mancare l'effetto *metabolizzatore* della compagnia umana, rischia di non essere mai veramente superata. Invece, se è vero che la gioia “è il sensore di ciò che fa bene al genere umano e che vale la pena di ripetere e frequentare il più possibile” e che “la gioia è il bello e il buono del vivere umano” (7), dobbiamo concludere che le nostre vite senza comunità sperimentano solo un briciolo del potenziale di felicità che alberga nell'animo umano.

## La comparsa della rabbia

Se tristezza e gioia trovano nella comunità un sostegno e un'amplificatore, non si può dire la stessa cosa per la rabbia. Di per sé, la rabbia «è la nostra reazione automatica all'intrusione, alla sopraffazione, al tentativo di nuocerici in qualche modo ed è collegata ad atteggiamenti aggressivi, di sfida e violenza in genere pari a quella subita» (8) oppure è una reazione *di pancia* a qualcosa che non è accettabile rispetto ad un nostro criterio di *dover essere*. Nel primo caso, occorre avere in mente un'idea di *bene*, di spazio, di luogo da difendere e poi sentirlo minacciato, altrimenti non ci si arrabbia. E siccome *ieri*, il bene del singolo coincideva con la comunità stessa, unico e *vero* bene, la rabbia aveva ragion d'essere soprattutto *ad extra*, verso i non appartenenti ad essa, nel momento in cui si presentavano come minaccia. Nel secondo caso, la rabbia era la risposta della stessa comunità a eventuali comportamenti devianti del singolo e si concretizzava in forme più o meno cruente (dal semplice allontanamento, passando per diversi tipi di punizione fino alla morte). Ad un livello più profondo, va inoltre fatto notare come la rabbia sia un'emozione legata ai processi di *individuazione* e nella comunità, che vive di *fusionalità*, questo non può essere permesso. La rabbia, quindi può essere agita sul piano interpersonale *dentro* la comunità nelle forme e nei riti che essa stessa prevede, oppure può essere agita *dalla* comunità contro un membro deviante o una minaccia esterna, ma mai a livello sociale *contro* la comunità. Il passaggio alla modernità, invece, è avvenuto proprio attraverso episodi di rabbia sociale *interni* alla comunità (ribellioni, proteste, rivoluzioni,...) diretti a cambiarne gli equilibri, agiti per la difesa dell'identità e dei diritti di gruppi sociali più deboli. È stato un lungo percorso plurisecolare che in Occidente ha portato il duplice risultato dell'emancipazione sociale e della morte della comunità.

Il nostro oggi, quindi, è necessariamente segnato dalla rabbia. Dobbiamo "solo" decidere come gestirla. È necessario pertanto che ci sia un forte Adulto sociale capace di indirizzare in maniera non-distruittiva le energie che questa emozione solleva, per poterne cogliere il potenziale e minimizzarne le ricadute negative. Un fatto del genere potrebbe sembrare una "quadratura del cerchio" destinata ad orizzonti utopici, ma è bene ricordare che il Novecento ha conosciuto alcuni movimenti di grande protesta e cambiamento sociale, come la lotta per i diritti civili guidata da Martin Luther King e il movimento indipendentista indiano guidato da Gandhi (ma ce ne sono altri meno famosi, come il movimento indipendentista non-violento del Kossovo di Ibrahim Rugova), che sono riusciti in questa impresa ardua. Se questo non dovesse ri-accadere, ci ritroveremmo a pagare ad un prezzo molto caro i prossimi cambiamenti sociali.

Alla riflessione appena fatta se ne può aggiungere un'altra, frutto del contributo analitico transazionale allo studio delle emozioni umane. L'AT ha introdotto la distinzione tra emozione *autentica* e *parassita*. Con il primo termine intendiamo un'emozione coerente con la situazione vissuta dal soggetto *qui-ed-ora* e che, gestita in maniera propria, attiva un percorso di cambiamento. L'emozione *parassita*, invece, è «un sostituto di un'altra emozione che nella nostra infanzia fu proibita»(9) e che non genera cambiamento, ma alimenta situazioni di svilimento umano quali i *giochi*. Ad esempio, in un contesto familiare che scoraggia l'espressione della paura in quanto "*inappropriata* ad un bravo ometto come te", il bambino impara a sostituire tale emozione con un'altra accettata dai genitori, come ad esempio la tristezza o la rabbia. Conoscendo questo tipo di meccanismi e le loro conseguenze deleterie, l'analista transazionale sta bene attento quando si trova davanti ad un'emozione la cui espressione è incongrua, sia in eccesso che in difetto, rispetto al *qui-ed-ora*. Partendo da queste considerazioni, mi sembra di intravedere a livello sociale una forma di parassitismo *emotivo* tra la rabbia e la paura. Come vedremo nel paragrafo successivo, la paura è infatti, l'emozione dominante nell'attuale contesto sociale, con un livello di espressione assolutamente al di sopra di una coerenza con i dati di realtà. D'altro

canto, diversi osservatori fanno notare che il livello di rabbia sociale attuale è inferiore a delle logiche aspettative: la disoccupazione e il precariato che crescono, la ormai cementata sfiducia dei cittadini nei confronti della propria rappresentanza politica, le notizie conclamate di avvelenamento di intere regioni, gli scandali finanziari devastanti, la perdita del potere di acquisto di intere fasce sociali, l'esclusione di interi gruppi sociali dal godimento dei diritti di cittadinanza (per tacere di altri fatti di notevole gravità) hanno prodotto forme di protesta tutto sommato blande, la cui forza non ha portato a cambiamenti effettivi dello *status quo*. In altri momenti storici, fatti del genere hanno dato vita a espressioni di protesta (scioperi, manifestazioni, contestazioni di vario tipo del potere costituito, ecc.), mentre oggi gli elementi di malcontento generale non si trasformano in rabbia. Perché? L'applicazione del concetto di *emozione parassita* anche a livello sociale potrebbe suggerire che buona parte di questa rabbia sia stata "proibita" e sostituita dalla paura, che invece è accettata ed alimentata. Per verificare la plausibilità di quest'ipotesi possiamo allora ad analizzare la nostra ultima (e più caratteristica) emozione sociale: la paura.

### **La paura, emozione utile: per chi?**

La paura è un'emozione che impone una risposta rapida ad una minaccia della propria persona. Chi non ha paura, lungi dall'essere più forte degli altri, è più a rischio perché non si protegge, è un temerario. In un processo psichico "sano", la persona coglie l'informazione della minaccia (stato dell'io Bambino), la verifica con dati di realtà (Adulto) e prende le misure protettive del caso (Genitore e/o Adulto). Se l'Adulto non si attiva, il Bambino non è aiutato a discernere tra minacce reali o di fantasia ed è destinato a restare perennemente impaurito o a chiedere continui interventi protettivi di stampo genitoriale, senza che avvenga mai una maturazione della persona. E a livello sociale? Nel tempo (ieri) della comunità, la rete relazionale "stretta" era una garanzia di protezione. Si era esposti a terribili minacce (viste come esterne, come *fato*) quali epidemie, carestie, guerre,... ma la comunità garantiva sostegno e protezione. E oggi che la comunità non c'è più? Stando agli storici, ci sono state epoche e regioni in cui il senso di paura generale è stato più forte che in altre, ma ora ci troviamo davanti ad un paradosso, infatti «la generazione meglio equipaggiata tecnologicamente di tutta la storia umana è anche la generazione afflitta come nessun'altra da sensazioni di insicurezza e di impotenza. [...] contrariamente all'evidenza, noi, i più coccolati e viziati, ci sentiamo più esposti alle minacce, più insicuri e spaventati, più inclini al panico e molto più interessati a tutto ciò che possa essere messo in relazione con la sicurezza e l'incolumità» (10). Non avremmo, cioè, così tanti motivi *obiettivi* per essere impauriti, eppure lo siamo in maniera innegabile e quasi ossessiva. Cosa è accaduto? Proprio perché si è disgregata la comunità e il suo senso, è accaduto che le svariate paure *specifiche* di ieri (della morte, dell'insufficienza alimentare, delle malattie,...) siano state sostituite da un senso di ansia *aspecifico* e *generalizzato*, che Bauman chiama efficacemente *paura liquida*. A livello sociale, quindi, c'è una grande richiesta di "sicurezza ed incolumità", ma «poiché a innescare tutto il processo è la mancanza di "sicurezza esistenziale", le preoccupazioni per l'incolumità non sono la vera causa dei problemi» (11). La società odierna invoca continuamente sicurezza e protezione illudendosi che muri, regole, pistole sotto il cuscino, ronde, prigioni e ghetti, possano metterci al sicuro dal nostro vicino di casa che, tramontata ormai la comunità, non è più un "nodo" della rete sociale, ma di sicuro un potenziale "*serial-killer* della porta accanto". «Non esiste più la provincia tranquilla, quella dove si poteva lasciare la chiave di casa sotto lo stuoio: anche qui si sono diffusi comportamenti di protezione, soprattutto tra i soggetti più deboli come donne, anziani e adolescenti, nonostante gli indici di criminalità

rimangano al di sotto della media nazionale. [...] L'epicentro della paura diffusa resta tuttavia la grande città. È qui che spopolano i comportamenti condizionati dal timore di essere aggrediti ed è sempre nelle metropoli che il discorso sulla sicurezza è diventato la priorità numero uno nell'agenda politica degli amministratori pubblici»(12).

In queste condizioni, quindi, la paura, scollegata dai dati di realtà (i report ISTAT ufficiali, ad esempio, dimostrano una diminuzione dei pericoli sociali anziché un loro aumento), sembrerebbe ormai aver perso definitivamente il suo potere di *problem solving* e quindi di utilità sociale. Perché allora permane? Evidentemente un qualche tipo di utilità c'è, ma non per il corpo sociale nel suo insieme, quanto per alcune parti di esso: «Come un capitale liquido, pronto per ogni genere di investimento, il capitale della paura può essere – ed è – trasformato in qualsiasi genere di profitto, commerciale o politico» (13). Occorre perciò dedicare una breve disamina a questi due fattori.

Dal punto di vista economico, la paura liquida è ancora utile nel senso che “genera utili”, almeno per qualcuno: il fatturato della “industria di sicurezza” è in continua crescita a non conosce crisi. «L'economia di consumi dipende dalla produzione di consumatori e i prodotti per combattere la paura hanno bisogno di consumatori paurosi ed impauriti, animati dalla speranza che sia possibile allontanare quei temibili rischi e che essi possano riuscirci (naturalmente a pagamento)» (14). Anche questo fenomeno può essere rivisto attraverso una chiave di lettura tipicamente transazionale: come in un triangolo drammatico, giocato però a livello sociale, la paura delle Vittime nei confronti di uno o più Carnefici viene ben alimentata da Salvatori interessati, che hanno il loro *tornaconto* non a livello esistenziale con un'inversione di ruoli, ma a livello economico, nel mantenimento indefinito della disparità di stato (configurandosi quindi più come una forma di *racketeering* che non come un gioco, secondo la distinzione proposta da Fanita English).

E a livello politico? Come dicevamo all'inizio di questo paragrafo, quando la paura del Bambino non viene elaborata attraverso l'Adulto, essa non solo non scompare, ma si alimenta in maniera incontrollata e necessita di continui interventi genitoriali. E chi è il corrispettivo del Genitore a livello sociale? Fondamentalmente le istituzioni politiche, da cui ci aspettiamo continue risposte rassicuranti. È sufficiente, quindi, che il potere costituito individui *qualcuno* di cui aver paura e faccia vedere all'opinione pubblica con quante forza ci si stia prodigando per la sicurezza dei cittadini perché la paura sociale si trasformi in uno strumento di mantenimento del potere costituito. Il meccanismo funziona bene, a patto di individuare un *utile nemico* come il terrorismo, la criminalità straniera o un gruppo sociale debole e non integrato (il che non è difficile). Il resto va da sé: «Dal punto di vista psicosociale è importante rilevare che la costruzione e la divulgazione di una nozione di “terrorismo” ambigua [...] possono alimentare l'antinomia NOI/LORO che organizza le relazioni intergruppi. È possibile, infatti presumere che le dinamiche macrosociali che caratterizzano le società multietniche, con le problematiche relative alla sicurezza e alla integrità culturale, nonché il costante e continuo riferimento dei mass media al presunto scontro “tra culture”, finiscano per configurarsi secondo la dinamica contrappositiva NOI/LORO. [...] Questa nozione confusa e massiva del terrorismo può servire per alimentare una strategia di controllo sociale basata sulla paura di questo nemico, difficilmente riconoscibile e contrastabile» (15). Continuare ad escludere l'Adulto e lasciare il Bambino nelle sue paure, porta inoltre alla ricerca di rimedi, «soluzioni “bell'e pronte” che diano sollievo sul momento, analgesici acquistabili senza prescrizione medica. [...] rifiutiamo qualsiasi soluzione che non prometta effetti rapidi e facili ma richieda per produrre risultati tempi lunghi e magari indefiniti. Ancor più ci infastidiscono le soluzioni che ci chiedano di prestare attenzione ai nostri di fatti e misfatti, che ci impongano – socraticamente – di “conoscere noi stessi”» (16). Insomma, un ottimo terreno di coltura per le

suadenti voci dei vari fondamentalismi religiosi, versione sociale del Genitore Normativo Negativo che dall'esclusione dell'Adulto ha solo da guadagnarci. Volendo riprendere il concetto di *parassitismo emotivo* iniziato nel paragrafo sulla rabbia, possiamo dire di avere a questo punto un quadro più ricco e l'ipotesi di fondo sembra essere più completa ed affidabile: alcuni centri di potere, attraverso forme di pressione sociale, stanno impedendo un'adeguata espressione della rabbia, la cui "energia emotiva" viene sostituita da una sovralimentata paura. Invece di arrabbiarci, come sarebbe *naturale* fare davanti a certe situazioni, ci impauriamo sempre di più e non solo perché *oggi* non c'è più la comunità, ma anche perché la paura è un'emozione più controllabile, che non mette in discussione (e addirittura rinforza) il potere costituito.

### **Attivare l'adulto sociale: un compito per l'AT**

Siamo partiti da Bauman e dalla sua definizione di comunità per leggere alcuni cambiamenti sociali ed il loro impatto sui fattori emotivi collettivi, trovando modo di integrare tale lettura con il contributo psicologico di Berne e dei suoi successori. C'è però da registrare un punto di distacco tra i due approcci che ci fornisce un ulteriore spunto di riflessione. Bauman descrive come ineluttabile il passaggio dalla sicurezza della comunità all'incertezza della nostra vita *liquida*. Dal punto di vista emotivo, questo comporterebbe una consequenziale *rassegnazione* alla paura generalizzata (e, potremmo aggiungere, alla tristezza solitaria, alla gioia privata, alla rabbia endemica). Per dirla in termini AT, è come se lo stato dell'io Bambino non avesse possibilità di elaborare in maniera appropriata le proprie emozioni, potendo contare, come abbiamo visto, solo su impropri interventi di Genitori Negativi, interessati (per motivi politici ed economici) a rispondere superficialmente alle richieste emotive del Bambino senza realmente far crescere la persona/società. E l'Adulto? Che fine ha fatto? Berne & Co. hanno sempre sostenuto che ogni persona ha un suo Adulto ed è compito di un terapeuta quello di aiutare il cliente a farlo emergere, rinforzarlo ed integrarlo con gli altri stati dell'io. Si può applicare lo stesso principio anche a livello sociale? È realistico pensare che l'Adulto, già "vaso di terracotta tra vasi di ferro" in ambito psicologico, abbia una *chance* a livello di corpo sociale?

All'interno delle categorie baumaniane, l'Adulto corrisponde alla classe intellettuale e l'autore sottolinea come sia necessario che tale classe non si isoli dal resto del corpo sociale ma metta a disposizione di tutti il proprio pensiero per sostenere l'umanità nel suo cammino (17). Non potrebbe essere questa, a livello sociale, quell'integrazione dell'Adulto con gli altri stati dell'io di cui parla l'AT a livello di individuo? A mio avviso solo in parte. Trovo infatti nell'AT una *eccedenza* positiva che le è propria, una ricchezza ed una maggiore utilità sociale di quella che l'approccio di stampo post-marxiano possa avere.

Infatti, finché si identifica l'Adulto con una specifica classe sociale (gli intellettuali), rimarrà sempre il dilemma di come integrare tale classe con le altre (per dirla in termini marxiani, la frattura tra *teoria* e *prassi* resta insanabile). Finché le funzioni dell'Adulto saranno demandate ad un solo gruppo, finché le facoltà di *analisi* e di *problem solving* restano di un'*élite* intellettuale con linguaggi propri, non ci sarà alcun progresso. Per attivare l'Adulto in maniera diffusa nel corpo sociale occorre che le persone che compongono tale corpo siano sostenute nel loro Adulto. Esisterà un Adulto sociale nella misura in cui esso sarà trasversale alle classi, diffuso, oseremmo dire (alla Bauman) *liquido*. E per far questo c'è bisogno di strumenti, linguaggi, apparati concettuali e strumenti di *problem solving* di vario tipo che non possono essere caratterizzati dall'elitarismo, ma devono essere contraddistinti dalla *divulgabilità* (senza che tale caratteristica comprometta la forza/serietà o il rigore scientifico). E, guarda caso, l'AT è nata proprio con questa intenzione: togliere la comprensione delle relazioni umane dalla esclusiva *competenza* degli specialisti, fare psicologia

*fuori dall'accademia*, aiutare quante più persone possibile in un processo di *empowerment*. È risaputo con quale ironia Berne stigmatizzasse l'approccio *élitario* degli accademici e come tutta l'AT sia nata su questa necessaria fiducia negli uomini: «Nell'elaborare i nuovi concetti della sua teoria, egli usava parole che fossero facilmente comprensibili da tutti. [Ad esempio, chiamo le facoltà psichiche Genitore, Adulto, Bambino] invece di dar loro termini più "scientifici" come avrebbero potuto essere Esteropsiche, Neopsiche e Archeopsiche. [...] In questo modo è chiara la sua decisione di rivolgersi non ai suoi colleghi [...] ma alle persone con cui lavorava, offrendo loro un canale di comunicazione nell'ambito del quale poter lavorare insieme. Questo sulla base della convinzione che ognuno, incluse le persone chiamate "pazienti", ha a disposizione uno stato dell'Io Adulto funzionante, che ha solo bisogno di essere attivato e incoraggiato» (18). In particolare Berne e la sua scuola hanno dedicato una riflessione attenta proprio al tema delle emozioni, approfondendone il peso come elemento di giochi, elaborando il tema del *racket*, ma anche sottolineando il loro valore di "informazione positiva" per il benessere di tutta la persona. Se è vero che l'AT può essere una chiave di lettura non solo delle storie individuali, ma anche dei gruppi sociali, ecco allora che per gli analisti transazionali si delinea con forza il compito di essere degli "alfabetizzatori emotivi": aiutare a dare ascolto alle emozioni sociali, sostenere nella loro gestione "adulta", contribuire a ripulirle da *racket* e giochi, perché siano sempre più occasioni di crescita e vita piena per il maggior numero di persone e sempre meno strumento di manipolazione e controllo.

All'indirizzo web: <http://www.youtube.com/watch?v=liZxoFdhQX8>

potete trovare il video "Emozioni e società: ieri e oggi" preparato per le giornate di Studio AIAT/IAT di dicembre 2008, la cui realizzazione ha dato il via a questo intervento.

Francesco Aprile

Counselor in Analisi Transazionale

francescoaprile@libero.it - <http://counselingedintorni.blogspot.com>

## NOTE

- (1) Bauman Z., (2001), *Voglia di comunità*, Laterza, Roma-Bari 2003.
- (2) Ibidem, p. 13.
- (3) Ibidem, p. 4.
- (4) Ibidem, p. 6.
- (5) Ibidem, p. 48.
- (6) Ibidem, p. 68.
- (7) Piccinino G., (2006), *Il piacere di lavorare. Viaggio in se stessi per ritrovare la passione del fare*, Edizioni Erickson, Trento, p. 133.
- (8) Ibidem, p. 130.
- (9) Stewart I. - Joines V., (1987), *L'Analisi Transazionale. Guida alla psicologia dei rapporti umani*, Garzanti, Milano 1990, p. 271.
- (10) Bauman Z., (2006), *Paura liquida*, Laterza, Roma-Bari 2008, p. 126.
- (11) Ibidem, p. 172.
- (12) Barberi M., *Paure in-controllate*, in "Mente&Cervello, n °45/2008". p 34.
- (13) Bauman Z., (2006), *Paura...*, op. cit., p. 180.
- (14) Ibidem, p. 11.
- (15) Battistelli P., Palareti L., Passini S., *Il terrorista, un "utile" nemico?*, in "Psicologia Contemporanea n° 203/2007", p. 38.

(16) Bauman Z., (2006), *Paura...*, op. cit., p. 143.

(17) Cf. tutto l'ultimo capitolo di Bauman Z., (2006), *Paura...*, op. cit.

(18) Steiner C. (1974), *Copioni di vita. Analisi transazionale dei copioni esistenziali*, Ed. La Vita

Felice, Milano 1999, p. 6.

-----

## BIBLIOGRAFIA

- Barberi M., *Paure in-controllate*, in "Mente&Cervello, n°45/2008".
- Battistelli P., Palareti L., Passini S., *Il terrorista, un "utile" nemico?*, in "Psicologia Contemporanea n° 203/2007".
- Bauman Z., (2001), *Voglia di comunità*, Laterza, Roma-Bari 2003.
- Bauman Z., (2006), *Paura liquida*, Laterza, Roma-Bari 2008.
- Bourke J., (2007), *Paura. Una storia culturale*, Laterza, Roma-Bari.
- Piccinino G., (2006), *Il piacere di lavorare. Viaggio in se stessi per ritrovare la passione del fare*, Edizioni Erickson, Trento
- Redfield R., (1976), *La piccola comunità, la società e la cultura contadina*, Einaudi, Torino.
- Steiner C. (1974), *Copioni di vita. Analisi transazionale dei copioni esistenziali*, Ed. La Vita Felice, Milano 1999.
- Stewart I. - Joines V., (1987), *L'Analisi Transazionale. Guida alla psicologia dei rapporti umani*, Garzanti, Milano 1990.
- Thomson G., (1984), *Paura, rabbia e tristezza*, in "aT, n°6/1984".