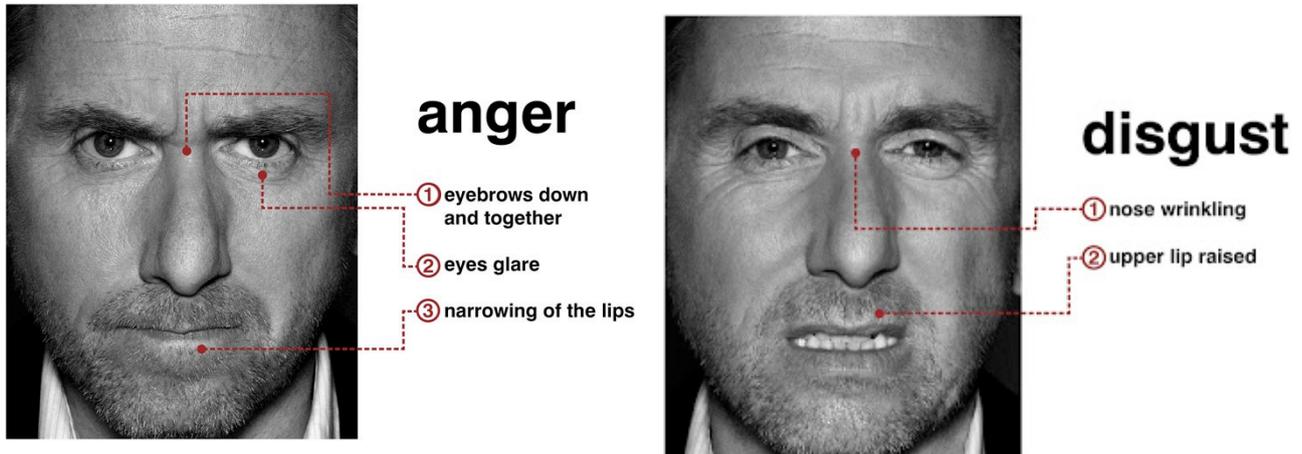


## Rabbia e Disgusto



Nel precedente articolo dedicato all'analisi delle emozioni sono state prese in considerazione la gioia e la paura, definite rispettivamente come movimenti di espansione e contrazione dell'io. Procedendo nella mappatura delle tonalità emotive, e mantenendo come punto di riferimento la qualità “dinamica” delle emozioni, la rabbia e il disgusto possono essere definiti dalla specificità del loro movimento rispetto allo stimolo che ne suscita l'insorgenza. In questo senso, la rabbia comporta generalmente un approssimarsi all'oggetto (“aggressività”, dal latino *aggredi*, composto da *ad*, moto a luogo, e *grādi*, “avanzare”), mentre il disgusto determina un moto di allontanamento.

L'emozione del disgusto scaturisce infatti dalla vicinanza a un oggetto (alcuni cibi, animali, prodotti corporei, ferite) e, per estensione, a un comportamento o a un'idea (condotte sessuali “devianti”, lesioni morali, degradazione e morte) percepiti come nocivi. Chi prova disgusto sperimenta una sensazione di nausea (fisica o “metafisica”, a seconda del grado di astrazione dell'oggetto) che lo spinge ad allontanarsi, preservando adattivamente l'integrità del corpo, della mente, o dell'ordine sociale in cui il percepente è inserito.

La rabbia, al contrario, è generalmente elicitata da due ordini di stimoli: la presenza di ostacoli che interferiscono con il perseguimento di un determinato scopo; la minaccia e/o la messa in atto di comportamenti lesivi a carico del sé o delle sue estensioni (proprietà materiali; oggetti d'amore). In grado di mobilitare e sostenere un alto livello di energia, la rabbia è associata alla focalizzazione dell'attenzione – manifestata a livello espressivo dall'aggrottarsi delle sopracciglia e dalla fissità dello sguardo – e al desiderio di colpire, attaccare o comunque aggredire anche solo verbalmente l'oggetto dell'interferenza o dell'offesa.

Tuttavia, la rabbia non ha una connotazione necessariamente ostile o distruttiva: la stessa emozione può essere direzionata al perseguimento di un determinato obiettivo, per esempio un miglioramento personale, senza che questo si traduca in un attacco al potere dell'altro<sup>1</sup>. Una ragionevole dose di aggressività controllata è vista nella nostra cultura come manifestazione di assertività, amor proprio, motivazione al raggiungimento dell'obiettivo: tutte qualità considerate positive. Dal punto di vista clinico, è più facile che un esito patologico derivi dalla repressione della rabbia, piuttosto che dalla

<sup>1</sup> Andrea L. Spatuzzi, “Aggressività: sintesi dei contributi sviluppati dalla psicologia”, *Psiconline.it*, 2005.

sua manifestazione<sup>2</sup>, dato che conferma la natura primariamente adattiva delle emozioni. Pensiamo per esempio all'ira del neonato in risposta allo stimolo della fame, qualora il suo soddisfacimento venga procrastinato: si tratta di una manifestazione volta a segnalare lo stato di bisogno, e quindi ad aumentare le possibilità di sopravvivenza.

Sul piano evolutivo, il disgusto non appare altrettanto primario: studi recenti<sup>3</sup> hanno dimostrato come, prima dei cinque anni, i bambini non sappiano riconoscere l'espressione corrispondente (naso arricciato; sollevamento del labbro superiore), che invece “decodificano” in termini di rabbia. Per questo motivo, alcuni ricercatori ritengono che tale emozione sia culturalmente costruita e appresa, piuttosto che innata<sup>4</sup>. Secondo altri<sup>5</sup>, è invece più opportuno distinguere fra un disgusto “primario”, biologicamente finalizzato a prevenire il diffondersi di malattie e infezioni attraverso una reazione di repulsione alimentare (la nausea), ed un disgusto “secondario”, esteso all'ambito sociale con la funzione di attribuire a determinati stimoli o comportamenti una valenza negativa.

Questa distinzione è avallata dal fatto che, a differenza di quello “primario”, caratterizzato da una colorazione univoca, il disgusto “secondario” mobilita un vasto spettro di emozioni, fra cui la rabbia, il disprezzo e la paura. Se la funzione più immediata del disgusto “complesso” è quella di trasmettere valutazioni affettive su determinati stimoli o condotte, la sua finalità evolutiva appare tuttora poco chiara. In molti casi, il disgusto gioca un ruolo chiave nell'enfatizzare norme culturali e morali della società (per esempio, stigmatizzando condotte quali la pedofilia o ideologie come il nazismo), tuttavia alcuni ricercatori vi scorgono una funzione più arcaica, che consisterebbe nel rimarcare la differenza fra la società umana e quelle animali. Se così fosse, la capacità di provare disgusto sancirebbe l'acquisizione, da parte della nostra specie, della coscienza della propria specificità.

## APPARATI

L'intelligenza emotiva, così come è stata definita da Daniel Goleman nell'omonimo testo edito in Italia da Rizzoli (1997), è probabilmente il fattore a più alta capacità predittiva nel determinare le possibilità di successo di un individuo; di sicuro maggiore al **QI** tradizionalmente inteso. Per un approfondimento del tema, si segnala Antonio R. Damasio, a partire da: *L'errore di Cartesio. Emozione, ragione e cervello umano*, Adelphi, 1995.

---

2 Fanno eccezione un certo numero di sindromi, fra le quali, per esempio, il Disturbo Esplosivo Intermittente (F63.8 DSM-IV-TR), caratterizzato proprio da “Numerosi episodi isolati di incapacità di resistere agli impulsi aggressivi”.

3 James Russell, 2010, citato da R. Salvadorini in “Disgusto? I bambini non sanno cos'è”, *Mente e Cervello*, n°68, Anno VIII, agosto 2010, Ed. Le Scienze.

4 Per esempio, J. Panksepp, “Criteria for basic emotions: Is disgust a primary emotion?”, *Cognition and Emotion*, 2007, 21 (8), pp. 1819-1828.

5 S. L. Marzillier, G. C. L. Davey, “The emotional profiling of disgust-eliciting stimuli: Evidence for primary and complex disgust”, *Cognition and Emotion*, 2004, 18 (3), pp. 313-336.