

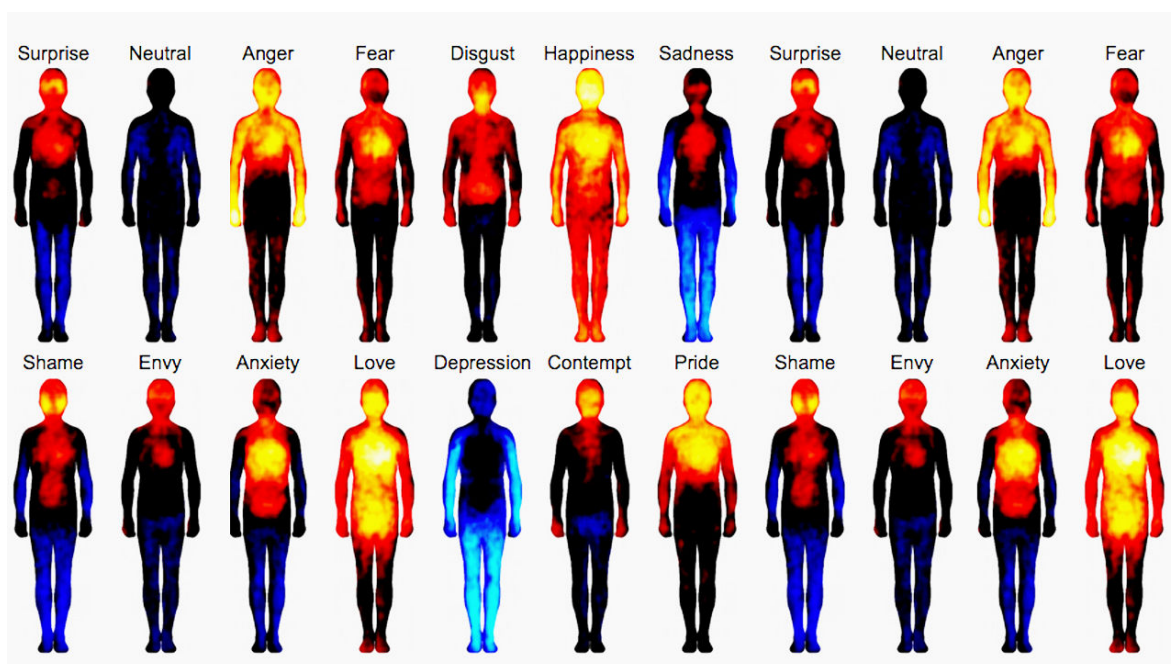
STUDIO FINLANDESE RIVELA COME LE EMOZIONI SI MANIFESTANO NEL NOSTRO CORPO

Un gruppo di ricercatori delle università di Aalto e Tampere, in Finlandia, ha individuato attraverso un test scientifico i legami tra le emozioni che proviamo e le parti dell'organismo che reagiscono nello specifico a queste emozioni, somatizzandole, e ha creato una mappa di queste correlazioni...

Un gruppo di ricercatori delle università di Aalto e Tampere in Finlandia, ha individuato attraverso un test scientifico i legami tra le emozioni che proviamo e le parti dell'organismo che reagiscono nello specifico a queste emozioni, somatizzandole, e ha creato una mappa di queste correlazioni...

Lo studio, intitolato "Bodily maps of emotions", è stato pubblicato il 31 dicembre 2013 su *Proceedings of the National Academy of Sciences* (la rivista ufficiale dell'Accademia Nazionale delle Scienze statunitense) ed è il frutto di una ricerca condotta su più di 700 persone di nazionalità e cultura diversa, soprattutto finlandese, svedese e taiwanese, che sono state indotte ad identificarsi in svariate situazioni emotive (attraverso racconti, filmati ed immagini) e riportare ciò che sentivano nel proprio corpo durante l'identificazione su una mappa dell'organismo umano.

Nella grafica, in giallo e in rosso sono indicate le zone che vengono particolarmente accese dalla reazione emotiva, mentre in azzurro e blu quelle private progressivamente di calore.



Le emozioni che producono maggiore calore nel corpo risultano l'innamoramento (lungo le braccia, la sommità della testa e la zona interna delle cosce), ma anche la vergogna (busto, torace e testa), l'invidia (testa e torace) e la rabbia (che scalda in particolare le mani). L'ansia sembra riscaldare il busto ed in parte la testa, ma raffredda gli arti, in particolare le gambe, così come la vergogna e l'invidia.

Significativo come la felicità (o le condizioni di contentezza o soddisfazione che le si avvicinano di più) riscaldi invece tutte le regioni del corpo (seppure in gradazioni diverse), mentre la tristezza e ancor più la depressione privano di calore ed indeboliscono tutto l'organismo, in particolare gli arti.

Emozioni più complesse, come ansia, innamoramento, depressione, disprezzo, orgoglio, invidia, vergogna, hanno mostrato una minore incisività nel corpo (forse perché agiscono nel lungo termine, a seconda dell'abitudine ad identificarvisi), a differenza di emozioni primarie quali rabbia, paura, disgusto, felicità, tristezza e sorpresa.

Secondo gli autori, il fatto che questi risultati siano uguali sia tra gli europei sia tra gli asiatici dimostrerebbe che le emozioni non sono influenzate, nel loro manifestarsi nel corpo, dall'ambiente culturale di riferimento, e conferisce ulteriori validazioni accademiche al legame tra emotività, pensiero e sensazioni fisiche.

* * *

Tratto da [Punto Zero n.9](#), novembre 2014

