

Sentimento sociale: una proposta di articolazione sistemica in relazione alle neuroscienze

FEDERICO AMIANTO

Summary – SOCIAL FEELING: A PROPOSAL FOR A SYSTEMATIC ARTICULATION IN RELATION TO NEUROSCIENCES. Social feeling is one of the two fundamental demands proposed by Adler as motivational bases for human action. This instance is at the base of the social functioning of the individual in his social context and allows him to build relationships of cooperation with other individuals aimed at realizing the personal goals identified by Adler as essential for existence: work, friendship, love. Adler speaks of social feeling as a specific ability of the human being to identify himself emphatically with his fellows. This capacity is an essential prerequisite for building deep and functional relationships with others. It does not end with this purpose but is at the base of the attachment bonds which are essential for the construction of one's own identity. In other writings Adler underlines the ideal value of social feeling as a motivational drive to act beyond the immanent social context, pursuing the good of a “perfect and ideal” humanity that does not materialize in an existing human group but is represented in the abstract and in the future. The present contribution represents a review of the writings of Adler and of some of his contemporary successors concerning the theme of social feeling in order to identify and relate the different conceptions of this instance to each other. Possible implications for psychotherapeutic practice are discussed.

Keywords: SENTIMENTO SOCIALE, INTERESSE COMUNITARIO, SENTIMENTO COMUNITARIO

I. Introduzione

La nostra società ha subito nell'ultimo secolo drastici cambiamenti che Adler non avrebbe potuto prevedere. Tra le innovazioni tecnologiche che hanno modificato il nostro modo di vivere e di pensare sono nati strumenti molto potenti, chiamati “social”, che hanno influenzato profondamente il nostro modo di vivere le relazioni e il concetto stesso di società.

Gli esseri umani non sono mai stati così “interconnessi”, la società non ha mai avuto una estensione così “globale” da abbracciare persone che vivono in luoghi vicini come lontanissimi, appartenenti a culture anche molto differenti e virtualmente distribuite in ogni angolo del pianeta al di là di confini etnici, ideologici e politici. Il “foro”, inteso come luogo di interazioni sociali e di scambio di idee non è mai stato così ampio e vicino ad ognuno di noi.

Questo contesto culturale potrebbe rappresentare l'occasione ideale, forse la prima nella storia, per sentire tutta l'umanità come affratellata e vicina, unita nella sfida di sopravvivere e prosperare progredendo nella capacità di offrire a tutti la possibilità di una vita serena e dignitosa gestendo al meglio le risorse del nostro pianeta [52]. Questo contesto potrebbe favorire la concretizzazione del sentimento sociale "ideale" o "*sub specie aeternitatis*" come Adler (6, pp. 257-263) lo aveva inteso.

Eppure se da un lato viviamo il trionfo della "socialità" estesa e globale nessuna società è mai stata prima così "individualista". Il rapporto che ogni individuo può costituire con ciascuno dei 7 miliardi e mezzo di abitanti del pianeta ha stravolto la struttura "gerarchica" delle relazioni tra le nazioni e all'interno della società. Ognuno può essere da solo protagonista di rapporti interpersonali internazionali e multinazionali, ma proprio in virtù di questi rapporti può riconoscersi con maggiore difficoltà in una società ben definita e delimitata, coincidente con quella in cui è inserito culturalmente, geograficamente e politicamente.

Zygmunt Bauman [14], illustre sociologo da poco scomparso, ha definito la nostra società come "liquida": caratterizzata da ruoli flessibili e cangianti, priva di strutture e riferimenti stabili ed immutabili, in rapida e continua evoluzione in base al rapido susseguirsi delle innovazioni tecnologiche e sociali. In questo tipo di società anche il "sentimento sociale" è soggetto ad un continuo divenire. Noi sentiamo di "appartenere" di volta in volta a società differenti a seconda di cosa facciamo, dei gruppi a cui siamo "connessi" o con cui ci identifichiamo per un aspetto parziale della nostra vita (ad es. il gruppo facebook o quello whatsapp delle relazioni di lavoro, di vicinato, della scuola dei nostri figli, i blog o i gruppi di interesse culturale/politico/filosofico che possono avere un respiro nazionale o internazionale) e così conduciamo molte vite "parallele" in cui possiamo essere anche molto differenti [44].

In un certo senso "frammentiamo" il nostro senso di appartenenza sociale e rischiamo di non avvertire più l'appartenenza ad un corpo sociale unitario, stabile e definito, che peraltro, oggi come oggi, potrebbe estendersi a tutta l'umanità. Questa concezione "globale" dell'appartenenza sociale corre il rischio di essere una percezione troppo ampia e complessa per essere maturata da chiunque [59]. Paradossalmente quindi può facilitare il mancato riconoscimento del senso di appartenenza sia al globale che al locale, rischiando di produrre l'impoverimento di quel sentimento sociale basato in passato sull'appartenenza a gruppi sociali di prossimità.

D'altro canto i mezzi con cui entriamo in relazione gli uni con gli altri modificano il livello di coinvolgimento emotivo ed affettivo nei confronti dell'altro in quanto essere differenziato da noi, portatore non soltanto di idee e pensieri, ma di emozioni, affetti, corpo e storia propri [18]. Quando consultiamo un social non entriamo veramente in relazione con un altro essere umano, ma con un'idea, una frase, un'immagine che sono spesso avulsi dal contesto di una relazione.

Quindi in sostanza rimaniamo in relazione principalmente con noi stessi e possiamo fare più fatica e sentire l'appartenenza alla relazione con gli altri [63]. Accade così che i giovani adulti e gli adolescenti che si relazionano esclusivamente attraverso i social con persone che vivono in ogni parte del mondo rimangano isolati e in relazione fisica ed emotiva soltanto con se stessi [10]. La maggior parte di noi non si relaziona soltanto attraverso i social. Ci sono persone fisiche intorno a noi: in genere una famiglia, colleghi di studio o lavoro, amici e uno o più partner.

Ma il passaggio agevole dalle relazioni (spesso faticose) del mondo reale a quelle "virtuali" (più semplici e se necessario "fanzionali") può spezzare o rendere meno agevole la sensazione di unitarietà. Anche questo può rendere più difficile percepire l'appartenenza ad una unica società, percepire il contatto con le persone in carne e ossa che la costituiscono, inducendo il rischio di "separatezza" tra ciascuna delle molteplici società a cui apparteniamo tanto da perdere la percezione profonda, il "sentimento" di socialità.

Per queste ed altre complesse ragioni sociali, politiche e culturali nella nostra società il sentimento sociale dal secondo dopoguerra ad oggi è andato incontro ad un impoverimento che ha lasciato spazio all'individualismo e a crescenti perfezionismo e ambizione personale [14, 22], espressioni di una volontà di potenza sempre più estremizzata e non correttamente controbilanciata, a discapito della salute psicologica degli individui [31].

In considerazione del disagio crescente registrato nelle nuove generazioni [10] e del grave rischio che questo comporta per il futuro della nostra società occidentale, in termini di sofferenza e costi umani ma anche di problematiche di gestione, spesa sanitaria e di complessiva evoluzione socioculturale, può essere utile proporre una riflessione epistemologica sul sentimento sociale nell'ottica di ravvivare l'interesse preventivo, formativo e terapeutico verso le sue potenzialità [26].

II. *Cos'è il sentimento sociale?*

L'espressione "sentimento sociale" è la traduzione preferita da Ansbacher [13] del termine tedesco "gemeinschaftsgefühl", letteralmente "sentimento di comunità", anche tradotto come "interesse sociale" [57].

Questo termine fu utilizzato dal discepolo di Freud, Alfred Adler (1870-1937) [1-7], a partire dalla sua opera *Über den nervösen Charakter* [1] e di qui ripetutamente impiegato nelle opere successive. Nella sua prima concettualizzazione del 1912, Adler identificava il sentimento sociale/interesse comunitario come un freno all'agire umano basato sulle richieste sociali, simile al concetto freudiano di Super-io [12]. Di qui, nel giro di pochi anni, passò poi a definirlo come una profonda "disposizione innata" che porta ciascun essere umano a percepirsi come parte di un gruppo sociale e a guidare conseguentemente le proprie azioni.

Il termine “sentimento” starebbe infatti ad indicare la percezione dell’inclusione nel gruppo sociale piuttosto che la scelta razionale di operare nell’interesse del gruppo o la “costrizione a farlo” dovuta alle norme, alle convenzioni sociali o alla legge. Tuttavia Adler sottolinea come, sebbene sia scorretto parlare di “sentimento” in quanto condizione che l’individuo deve “percepire”, non si tratti soltanto di uno stato affettivo, ma *“si tratta di qualcosa di più: è un atteggiamento valutativo verso la vita (Lebensform) [...] non deve essere considerato solo una forma esteriore [...]. Vedere con gli occhi di un altro, udire con le orecchie di un altro, sentire con il cuore di un altro”* (12, pp. 141-142).

Questa definizione del sentimento sociale è coincidente con il concetto di empatia. Adler specifica *“questa è la definizione che possiamo per il momento accettare”*, e in effetti più avanti la completerà con altri approfondimenti che porteranno il discorso sul sentimento sociale da un livello “empatico”, e quindi interpersonale, ad uno “trascedente” e quindi astratto ed impersonale. Tuttavia questo iniziale collegamento con la sensibilità empatica è molto suggestivo e dà ragione della definizione di “sentimento” e non di “principio” e “norma” al suo concetto.

Per sviluppare sentimento sociale è necessario empatizzare con gli altri, sentire, tenere in considerazione le loro emozioni, i loro sentimenti.

L’empatia è uno degli aspetti fondanti delle interazioni sociali, non soltanto tra gli esseri umani ma anche nei gruppi animali. Jeremy Rifkin [52], pensatore sociale esperto di relazioni internazionali, consulente dell’Unione Europea e di vari capi di stato, e autore di numerosi best-seller, nel libro “La civiltà dell’Empatia” ha proposto, descrivendo episodi storici estremamente suggestivi, che la capacità di riconoscimento empatico tra gli esseri umani possa rappresentare una rivoluzione pacifica nei confronti di sistemi di governo inadeguati e sistemi economici iniqui, nella direzione di un benessere individuale diffuso su tutto il pianeta.

Purtroppo le sue predizioni tardano a realizzarsi a causa delle naturali resistenze sia dei “poteri forti” che dei singoli individui, tuttavia l’importanza rivoluzionaria data all’empatia supporta il potenziale rilievo del sentimento sociale come di una matrice del cambiamento e una base sostanziale del benessere umano.

III. Basi scientifiche dell’empatia

Le moderne neuroscienze hanno dimostrato prima nei primati poi negli esseri umani che esistono specifici neuroni distribuiti nella parte rostrale inferiore del lobulo parietale, dal settore caudale (pars opercularis) del giro frontale inferiore (IFG), e dalla parte adiacente della corteccia premotoria [34, 35, 36, 53, 54] predisposti in modo automatico a riconoscere le intenzioni altrui sulla base dei movimenti che compiono e che vengono osservati.

Questi neuroni sono stati definiti “specchio” in quanto vengono attivati sia dall’azione compiuta dal soggetto di chi osserva che dall’azione di un soggetto osservato, come se “rispecchiassero” l’azione di un altro. Per questa ragione rappresentano un mezzo estremamente sensibile e sofisticato per comprendere gli altri in assenza di alcun tipo di comunicazione basata sul linguaggio, per il semplice fatto che consentono di “immedesimarsi” negli altri “come in se stessi”.

Su un piano etologico i neuroni-specchio permettono agli animali sociali di comunicare tra di loro in situazioni di emergenza (ad esempio nel momento in cui è necessaria la fuga di fronte ad un predatore) ma anche riconoscere le intenzioni dei nemici prevenendoli con comportamenti appropriati, oppure di insegnare alla prole le reazioni appropriate di fronte ad eventi di vario genere (ad es. il disgusto per certi cibi o la paura per certi animali) o nell’insegnamento per via imitativa di particolari abilità [36]. I neuroni specchio sono un sistema molto efficiente in quanto producono reazioni in pochi millisecondi, ovvero prima che il nostro cervello possa elaborare la consapevolezza rispetto a quanto succede. I neuroni specchio sono la base dell’empatia verso i nostri simili [53].

Quindi provare empatia per un nostro simile è un meccanismo immediato, naturale, automatico per regolare i rapporti con lui (o per difenderci da lui se è un nostro nemico) [51].

Se l’empatia è così automatica, così utile, così efficiente, così necessaria per “far funzionare” le relazioni umane, come mai incontriamo tante difficoltà a realizzare la “civiltà dell’empatia” preconizzata da Rifkin? Come funzionavano i neuroni-specchio quando migliaia di antichi romani godevano della morte dei gladiatori nell’arena del Colosseo? Oppure quando i nazisti hanno massacrato milioni di loro simili, uomini, donne e bambini, nei campi di sterminio? [52].

I neuroni-specchio sono limitati nel produrre in noi reazioni empatiche: subiscono una regolazione “top-down” (cioè dalla nostra corteccia verso le parti più periferiche) sulla base del filtro della “ragione”, ovvero del nostro assetto cognitivo [23, 40, 41]. Questa modulazione è molto efficiente e può completamente annullare il loro effetto in certe condizioni, ad esempio quando non riconosciamo un altro essere umano come “nostro simile” perché ci conviene, oppure perché i sentimenti che ci legano a lui sono negativi (ad esempio di odio, disgusto, repulsione, disprezzo) [21].

Un meccanismo cognitivo simile permette il razzismo nei confronti di altri esseri umani [37] utilizzando le nostre “cognizioni” concernenti il loro aspetto fisico ed ha consentito nel corso della storia le peggiori atrocità, dalla tortura, alle guerre, al cannibalismo. *Bypassare*, ovvero bloccare i correlati emotivi dell’empatia difende i carnefici dalle sgradevoli sensazioni che potrebbero provare nei confronti delle sofferenze inflitte alle proprie vittime, come succede ad esempio ai soggetti antisociali [30]. D’altro canto il controllo dell’empatia non è sempre un fatto negativo.

Poter modulare e dirigere la nostra empatia nei confronti degli altri è necessario nelle interazioni quotidiane e ci permette di “dosare” il nostro livello di coinvolgimento empatico a seconda di ciò che vogliamo in una determinata relazione.

Ad esempio uno studio internazionale condotto da Hassenstab e colleghi [38] ha evidenziato come gli psicoterapeuti siano particolarmente dotati nel provare empatia verso i propri pazienti, in quanto questa capacità fa parte del bagaglio necessario per essere efficaci nel promuoverne i cambiamenti verso la guarigione [26].

D'altra parte però, gli stessi psicoterapeuti mostrano anche capacità particolarmente spiccate nel controllo della risposta emotiva all'empatia, cioè sono capaci di non coinvolgersi eccessivamente nella sofferenza dei loro pazienti e questo permette loro di risultare “tecnicamente” incoraggianti e quindi terapeuticamente efficaci secondo *le strategie di incoraggiamento* [55], anziché soltanto “emotivamente vicini”, come sarebbero due amici.

Questa regolazione top-down è la più probabile spiegazione del lento progredire della rivoluzione basata sull'empatia propugnata e preconizzata da Jeremy Rifkin e rappresenta una debolezza intrinseca del sentimento sociale.

IV. Dal bisogno empatico all'interesse comunitario

Nonostante il sentimento sociale definito come capacità di relazione empatica con gli altri esseri umani rappresenti oggi l'accezione più estensivamente utilizzata dell'istanza definita da Adler [26], Ansbacher [13] sottolinea che con l'espressione di “interesse comunitario” si intende altro. Ovvero il concetto di sentimento sociale viene declinato in un ulteriore funzionamento dell'essere umano, connesso al primo, cioè all'empatia, ma con un valore relazionale e basi neurobiologiche differenti.

Adler intende come interesse comunitario una delle due istanze fondamentali che muovono l'agire umano sul piano motivazionale. In un certo senso Adler si sposta da un piano strettamente interpersonale ad uno più sociale. Nella sua versione più conosciuta, la psicologia di Alfred Adler richiama infatti concetti filosofici risalenti ad Empedocle, filosofo agrigentino del V secolo a. C., fautore di una visione pluralista del cosmo dominata dalle forze dell'Amicizia/Amore da un lato e della Discordia/Odio dall'altro. In analogia con questa impostazione, la visione di Adler del funzionamento motivazionale della psiche umana si basa principalmente su due istanze contrapposte ma interdipendenti che regolano e spingono l'agire umano rappresentando entrambe il bisogno di autorealizzazione e di superamento del senso di inferiorità infantile: il sentimento sociale e la volontà di potenza [2, 3].

Come detto sopra il primo Adler (3, pp. 275-284) definisce il sentimento sociale come innato e legato al riconoscimento empatico degli altri che, dice Adler, “*determina un consolidamento della vita comunitaria*” mentre la volontà di potenza rappresenta

invece un *“prodotto del processo educativo, che esprime una semplice e generale tentazione a utilizzare la società per il proprio prestigio personale”* e implica di per sé il concetto di società (3, pp. 275-284).

Tuttavia nella descrizione del concetto di *interesse comunitario* si riconosce una variante del sentimento sociale che non rappresenta più la conseguenza del riconoscimento dell'altro essere umano come portatore di sentimenti, emozioni, bisogni, ma una esigenza innata, un bisogno individuale, di creare vicinanza, inclusione, appartenenza con altri esseri umani.

Adler definisce l'interesse comunitario come quella forza tendente alla realizzazione dei tre più importanti obiettivi della nostra esistenza: la realizzazione in una attività lavorativa, l'inclusione in un gruppo sociale e l'interesse nei confronti dell'altro sesso per costruire un legame affettivo stabile e procreare (12, pp. 130-131). Questi obiettivi rappresentano i *“tre problemi fondamentali della vita”* per Adler che implicano sempre una cooperazione tra individui in senso bidirezionale. Così ad esempio attraverso l'occupazione *“chi svolge un lavoro utile offre il proprio contributo a una comunità”* (12, p. 137) e a sua volta ne richiede il contributo principalmente legato alla necessità di protezione. Di qui ne deriva che *“Il secondo legame che accomuna gli uomini [...] è la disposizione a unirsi in gruppi. [...] La migliore soluzione a questo problema è data dall'amicizia”* dice poi Adler (12, p. 138) descrivendo cioè la disposizione umana ad interessarsi agli altri ottenendone reciprocamente l'interesse e l'aiuto sia per far fronte alle necessità concrete dell'esistenza.

Infine l'amore, rappresenta il *“terzo legame dell'uomo che deriva dall'appartenenza ad uno dei due sessi”* e non può essere risolta senza disponibilità a cooperare e senza sviluppare *“la capacità di relazionarsi con l'altro sesso”*. D'altro canto esso rappresenta anche il *“contributo che si può apportare alla continuazione del genere umano”* (12, p. 138) e quindi una espressione di cooperazione orientata anche al di fuori della soddisfazione affettiva e sessuale personale.

Da queste sottolineature emerge come l'interesse comunitario, più che rappresentare l'espressione dell'empatia rappresenti un'esigenza innata, un bisogno di aggregazione tra esseri umani che diventa poi una forza propulsiva sia per l'agire individuale orientato alla realizzazione di sé stessi come individui, sia all'agire sociale come mantenimento di una società stabile e funzionale.

Sul piano neurobiologico questo concetto sembra legato prevalentemente alle funzioni dell'attaccamento come descritto da Bowlby (1907-1990) [16], e non dell'empatia dei neuroni a specchio di Gallese e Rizzolatti [34, 35, 36, 53, 54]. Infatti il processo definito da Bowlby [16] viene descritto come *“sistema dinamico di atteggiamenti e comportamenti che contribuiscono alla formazione di un legame specifico fra due persone, un vincolo le cui radici possono essere rintracciate nelle relazioni primarie che si instaurano fra bambino e adulto”*, e non è basato sul riconoscimento empatico

dell'altro cioè sulla lettura dei suoi bisogni e desideri, ma rappresenta una richiesta interna dell'individuo che lo spinge a ricercare l'altro come fonte di rassicurazione di fronte allo stress conseguente all'esposizione ambientale. Bowlby fu molto influenzato dagli studi etologici dei coniugi Harlow sui piccoli primati e di Konrad Lorenz sugli anatrocchi, e come Adler prima di lui apprezzò molto l'opera di Darwin. Quindi il richiamo di Adler ad una funzione fortemente etologica dell'interesse comunitario appare coerente con il sistema dell'attaccamento.

Quando Adler dice: *“disposizione a unirsi in gruppi”* (12, p. 138) intende un processo di tipo più etologico differenziato da quello dell'empatia, citato in precedenza per definire il sentimento sociale. D'altro canto molti studi di neuroimaging hanno esplorato le basi neurobiologiche dell'attaccamento evidenziando che sia nei mammiferi che negli umani sono coinvolte specifiche aree cerebrali (prevalentemente sul piano mesiale del cervello) nettamente distinte da quelle dell'empatia [61].

Questo non vuol dire che l'attaccamento non sia correlato all'empatia: nel contesto delle dinamiche dell'attaccamento i caregivers possono rispondere in vari modi: essere disponibili in modo ottimale, non disponibili, incoerenti o spaventosi a seconda delle loro capacità di empatizzare con l'infante [58]. Le interazioni ripetute tra infante e caregivers attivate dalle richieste di attaccamento vengono codificate nel sistema di memoria implicita del bambino come modelli operativi interni (MOI) di attaccamento, a loro volta interiorizzati come schemi di interazione interpersonale per le relazioni future.

I modelli di attaccamento sono relativamente stabili dall'infanzia all'età adulta, tuttavia cambiamenti sono possibili a causa di eventi della vita o delle interazioni con le figure di attaccamento dell'adolescenza e dell'età adulta e possono influire sul successivo riconoscimento empatico delle figure di attaccamento [50]. Le capacità empatiche presenti nell'ambiente relazionale sono pertanto in grado di modulare (almeno in parte) le modalità innate di attaccamento dell'individuo e quindi il suo livello di interesse comunitario, costruendo una trama bidirezionale tra il suo sentimento sociale e la società che lo accoglie.

Sulla base delle interazioni reciproche individuo-ambiente viene quindi a strutturarsi la capacità del soggetto di costruire legami stabili con i suoi simili, basati su empatia, compassione, capacità di aiuto e coscienza integrata. Tale capacità viene definita dal modello psicobiologico di Cloninger e colleghi [20] come un tratto del carattere dinamicamente connesso all'ambiente, la *“cooperatività”*, che guida le interazioni intersoggettive per tutto l'arco della vita adulta.

Il sentimento sociale in senso *“esteso”* cioè comprensivo dell'interesse comunitario, rappresenta pertanto l'interazione dinamica tra l'empatia dell'individuo, il suo bisogno di attaccamento e la risposta empatica dell'ambiente relazionale, e può essere definito con Parenti [48] *“come il bisogno, insito in ogni uomo, di cooperare e di partecipare emotivamente con i propri simili”*.

V. *Trascendendo dall'interesse comunitario al sentimento comunitario*

Il concetto di sentimento sociale giunge alla sua più articolata definizione attraverso un ulteriore passaggio concettuale che integra la componente empatica e quella cooperativa in un concetto “trascendente”. Ansbacher cerca di precisare in modo più specifico le due definizioni di interesse sociale/comunitario e sentimento comunitario specificando che *“Adler ha utilizzato (il termine) ‘interesse sociale’ in riferimento ai [...] compiti della vita [...]. Per situazioni in cui le altre persone non sono coinvolte direttamente, Adler ha mantenuto (il termine) ‘sentimento comunitario’”* (13, p. 405).

Mosak e Maniaci [46] differenziano e articolano in modo diverso i due concetti di sentimento comunitario e interesse sociale, definendo il “sentimento comunitario” come il legame empatico, emotivo che noi abbiamo gli uni verso gli altri e con il mondo in senso generale, mentre l’“interesse sociale” come l’attitudine comportamentale, *“l’azione”*, basata sul sentimento comunitario finalizzata a beneficiare non soltanto la realizzazione individuale, come per le azioni guidate dall’interesse comunitario, ma piuttosto l’intera collettività. In pratica definiscono interesse sociale il “fare l’interesse della società dietro la spinta del sentimento comunitario”.

Essi spiegano: *“Se proviamo dei sentimenti gli uni per gli altri e che la nostra responsabilità non vale soltanto per noi stessi in questo tempo ed in questo posto, noi agiamo come tenendo conto del bene di persone che potrebbero non essere ancora nate. Abbiamo un impegno nei confronti delle persone e della vita in generale, e se il nostro senso comunitario è forte, ne teniamo conto nelle nostre azioni e lasciamo un mondo migliore alla posterità.”* [46].

Nella definizione di sentimento comunitario avviene pertanto un passaggio concettuale dal sentimento basato sul riconoscimento empatico delle altre persone, dei singoli esseri umani ad una più generale attenzione emotiva e affettiva per il “genere umano” o la “collettività” basata sul senso di appartenenza, fratellanza e responsabilità collettiva. Questo passaggio viene ripreso da Adler (6, pp. 257-263) anche in riferimento all’apporto di filosofi morali: *“il sentimento sociale significa [...] in particolare il sentimento per (o il sentirsi con) la comunità ‘sub specie aeternitatis’, definita da Webster come sotto l’aspetto di eternità e da Spinoza nella sua forma essenziale o universale o natura.”*

Questo passaggio concettuale implica l’appartenenza comunitaria, ovvero la sensazione dell’individuo di sentirsi a casa nel mondo e di essere responsabile del benessere delle persone in esso ospitate. Adler (6, pp. 257-263) evidenzia lo stesso concetto nel seguente passaggio: *“Come è stato in precedenza illustrato il sentimento sociale, sviluppato nell’ambiente familiare, deve uscire dalla cerchia familiare per estendersi all’intera umanità, con la possibilità di includere la totalità del cosmo. Solo chi si considera una parte del tutto, si sente a casa nel mondo, raggiunge sicurezza e coraggio per affrontare e risolvere le difficoltà della vita, contribuendo al benessere collettivo”*.

Dal senso di appartenenza comunitaria ad una comunità reale e concreta di esseri umani (individuata con l'interesse comunitario) Adler (6, pp. 275-276) passa qui al concetto di comunità "astratta" intesa come realizzazione del destino ultimo di perfezione del genere umano: *"Il sentimento [comunitario] significa innanzitutto una lotta per una forma di comunione che deve essere pensata come eternamente auspicabile, così come, intendo, si potrebbe pensare di quando l'umanità avesse ottenuto il suo fine di perfezione. Essa non riguarda quindi nessuna comunità o società, o forme politiche o religiose attuali. Al contrario, il fine che è più adatto per la perfezione deve essere un obbiettivo che vale per una società ideale comprendente tutta l'umanità, l'evoluzione ultima della società. Il nostro ideale di sentimento [comunitario] esprime la forma finale dell'umanità [...] è un ideale normativo, un fine che orienta il nostro agire."*

Il compimento più pieno del sentimento sociale o comunitario diventa quindi l'introiezione nell'individuo di un concetto astratto di società e di "altro" che pur essendo fondato sulla percezione empatica degli altri esseri umani come portatori di sentimenti e bisogni, e pur tenendo in considerazione l'innato bisogno di costruire legami sociali per gratificare le proprie necessità di autotutela e autorealizzazione affettivo-emotiva, costituisce un orientamento costante all'agire per il bene comune indipendentemente dalla situazione contingente e dai propri bisogni individuali.

Sulla base di questo concetto di "sentimento comunitario" astratto ed interiorizzato si costituisce quindi un'etica del bene comune capace di garantire rapporti sociali armonici e al contempo gratificanti per i singoli individui. Questa diventa una sorta di canone etico "laico" in grado di regolare il funzionamento sociale e le interazioni interpersonali in modo indipendente anche dallo stesso concetto di empatia e dal riferimento all'interesse comunitario.

Sulla base di questo livello di astrazione ed interiorizzazione del sentimento comunitario si basa quindi l'agire etico regolato dai valori applicati alla convivenza sociale. Adler (6, pp. 47-48) dichiara: *"Quello che chiamiamo giustizia, cioè l'aspetto più nobile dell'uomo, è in definitiva l'appagamento delle richieste poste dalla vita comunitaria, e proprio queste esigenze hanno determinato lo sviluppo dell'organo psichico. Infatti la franchezza, la lealtà, la sincerità si sviluppano nell'ambito dell'organizzazione sociale. [...] qualsiasi risultato scientifico, politico o artistico, avrà valore e importanza solo se di aiuto al genere umano"*.

Gli esseri umani formati al sentimento sociale operano secondo le virtù della convivenza sociale in modo spesso "inconsapevole" perché frutto di un lento e progressivo processo di formazione che parte dalla prima relazione madre-bambino ed evolve fino all'età adulta. Per questa ragione Mosak definisce l'interesse sociale come un costrutto che le persone non necessariamente possiedono ma automaticamente utilizzano, a seconda delle circostanze e sulla base della formazione ricevuta.

Mosak e Maniacci [46] scrivono: *“Tenendo conto dei principi della fenomenologia, della teoria del campo-sociale, e della psicologia dell’utile, gli Adleriani possono dire che le persone utilizzano l’interesse sociale quando mostrano uno dei seguenti comportamenti: il coraggio, il coraggio di essere imperfetti, il contributo al benessere comune, la fiducia, il prendersi cura, la compassione, la creatività, la vicinanza, la cooperazione, e l’interessamento. Non ci sono episodi singoli e specifici che possono essere generalizzati sempre e per sempre nel mostrare interesse sociale. In questo momento, in questa situazione, tenendo conto di questo tipo di problemi, questo particolare comportamento mostra interesse sociale.”*

In generale quindi possiamo dire che ognuno di noi percepisce e vive il proprio sentimento comunitario se avverte un legame, una sensazione di obbligo non dovuto a leggi, regolamenti o usanze ma conseguente all’appartenenza al genere umano e all’interesse nei confronti del benessere generale, per gli altri e per il futuro.

Questo tipo di funzionamento fa parte del concetto di trascendenza sviluppato come tratto del carattere nel modello psicobiologico di Cloninger e colleghi [20] e proposto da Cloninger come il più elevato livello di sviluppo della personalità finalizzato al raggiungimento del pieno benessere esistenziale [19]. Mosak e Maniacci [46] correlano strettamente questa definizione “matura” del sentimento sociale al senso di appartenenza, presentandolo come la relazione con gli altri che più si avvicina ad una spiritualità “laica” in Adler.

In questa ottica, anche se le moderne ricerche neurobiologiche non si spingono alla esplorazione di tale costrutto potremmo legare il senso di appartenenza “trascendente” al raggiunto senso di attaccamento sicuro [8]. Questo senso di “sicurezza relazionale” corrisponde alla piena realizzazione ed interiorizzazione dei legami positivi con gli altri tanto da creare un attaccamento con il mondo, con l’umanità intera o con il trascendente e superare il bisogno di attaccamento interpersonale [42]. Come sperimentalmente dimostrato, questo tipo di spiritualità “laica” basata sul senso di appartenenza permette non soltanto di contribuire positivamente allo sviluppo dell’umanità, ma anche il superamento di sofferenza e dolore nella vita di ciascuno [19, 29].

“Probabilmente riciclerò e non inquinerò anche se non ci sarà nessuno intorno a me quando lo faccio e quindi non ci sarà apparentemente nessuno che soffrirà immediatamente per il mio inquinamento. Terrò in considerazione chi potrebbe vivere su questo pianeta, anche quando me ne sarò andato da tempo. Il sentimento che noi ‘possediamo’ questo pianeta e siamo responsabili di lui non solo per il momento ma anche per il futuro, quando ce ne saremo andati, fa parte del sentimento comunitario. Decidere di riciclare è una dimostrazione di interesse sociale.” [46].

VI. *Sentimento sociale come concetto dinamico*

Dalle evidenze sopra riportate emerge come il concetto di “sentimento sociale” non sia un costrutto né unitario, né statico, ma una entità dinamica sia sul piano dello sviluppo psicologico individuale che delle dinamiche intrapsichiche in ciascuna specifica situazione. Il concetto generale infatti si articola perlomeno in tre differenti sotto-concetti: sentimento sociale in senso stretto, interesse comunitario e sentimento comunitario. Questi concetti sono stati spesso intesi come intercambiabili afferendo in linea di massima al principio comune dell’interesse individuale per l’interazione umana. Tuttavia Ansbacher [12] sottolinea come sia opportuno, sia per le finalità formative che terapeutiche, affrontarli ed approfondirli separatamente e individuare nelle reciproche interazioni un processo dinamico che si rende necessario all’essere umano per raggiungerne il completo sviluppo.

Il primo costrutto può essere definito sentimento sociale *in senso stretto*, è coincidente con l’empatia ed è ad oggi quello per cui sono state evidenziate le più forti basi biologiche e probabilmente è la base degli altri due. Come sottolineato da Adler [12] e confermato recentemente dalle scoperte sui neuroni-specchio [34] l’empatia rappresenta un mezzo indispensabile all’interazione del bambino con la madre e qualsiasi caregiver in tutte le fasi che precorrono il linguaggio verbale. Il sentimento sociale quindi rappresenta l’interesse automatico per le emozioni altrui e la partecipazione alle stesse, secondo la domanda “cosa prova l’altro in questo momento? Cosa proverei io nella sua stessa situazione?”.

Pertanto il sentimento sociale della madre è essenziale per la costruzione di un attaccamento adeguato [64], ovvero per l’emergere dell’interesse comunitario. Come sopra sottolineato, tuttavia, il sentimento sociale è soggetto ad una progressiva inibizione “top-down” [23, 41] a partire dalla prima infanzia, a causa dell’emergere progressivo sia dell’“egoismo” infantile, che dell’interferenza degli eventi di vita negativi per l’interazione sociale, che dell’influenzamento culturale orientato alla competizione [51]. Per questa ragione la semplice dotazione neuronale non è sufficiente né al mantenimento in funzione delle capacità empatiche innate, né allo sviluppo automatico dei costrutti sociali connessi all’empatia.

È per questo che, come sottolineato dallo stesso Adler [4] e dagli autori adleriani contemporanei [23, 46, 47, 51], è necessario che il processo educativo (e psicoterapeutico) riproponga e ravvivi costantemente l’attenzione innata per queste emozioni e o pertanto che la domanda “cosa prova l’altro in questo momento? Cosa proverei io nella sua stessa situazione?” venga riattivata ripetutamente sia in forma esplicita che implicita nelle relazioni interpersonali. Nel caso in cui questa attenzione educativa venga a mancare già Winnicott [64] sottolineava come si determini un funzionamento eccessivamente “egocentrato” dell’individuo dominato dalla grandiosità onnipotente infantile.

Nelle situazioni in cui sussista anche una sistematica invalidazione del riconoscimento empatico durante il processo di sviluppo dell'interesse comunitario si può poi produrre il narcisismo descritto da Kohut [39] e lo sviluppo di disturbi di personalità caratterizzati da un sistematico malfunzionamento della comunicazione empatica interpersonale [30].

Il secondo costrutto, cioè l'interesse comunitario, rappresenta una risposta ai bisogni primari dell'essere umano (mantenimento, protezione, scambio affettivo e riproduzione) mediata dalla ricerca dell'interazione con gli altri e quindi coincidente con l'attaccamento [16]. È noto come anche questo costrutto sia innato e rappresenti una necessità che gli esseri umani condividono con tutti gli animali sociali [6, 51]. Probabilmente per l'essere umano come per i primati superiori [33] la peculiarità dell'attaccamento è proprio una più elevata necessità di coniugare gli aspetti istintuali che portano alla socializzazione con quelli empatici che implicano una maggiore partecipazione emotiva con i componenti del gruppo.

L'aggregazione in branchi al fine di ottenere protezione e facilitare la riproduzione negli animali sociali inferiori (ad es. nei grandi erbivori della savana africana) [24] ha poco a che fare con l'empatia, anzi prevede spesso forme di competizione anche mortale. Si pensi alla competizione per il guado di un fiume popolato dai coccodrilli da parte di un branco di gnu, o lo sfruttamento riproduttivo poco "empatico" delle femmine da parte dei leoni maschi, che culmina perfino con l'uccisione dei cuccioli avuti con i precedenti partners. Invece nei primati superiori la capacità di "leggere" emozioni ed intenzioni altrui è di fondamentale importanza per regolare le interazioni tra individui, tanto da produrre un'"etica" comportamentale molto simile a quella umana [33].

Lo stile educativo e le esperienze negative possono deviare lo sviluppo e la realizzazione dell'interesse comunitario. Adler sottolinea *"Alcune persone tentano di eludere il compito dell'occupazione non lavorando [...] In questi casi però vedremo sempre che faranno continuo ricorso all'aiuto dei loro compagni..."* (12, p. 138), ma molti esseri umani non riescono nell'arco della loro vita a soddisfare questi bisogni primari a causa di "scelte inconsapevoli" generate dai loro profondi conflitti tra quest'istanza e le varie problematiche insorte nella relazione con i propri simili nell'ambito della relazione di attaccamento [50].

D'altro canto vivere in una società senza manifestare interesse comunitario porterà a ripetuti fallimenti che perpetueranno il circolo vizioso disconfermante e scoraggiante [55]: applicarsi ad una attività lavorativa senza considerare i bisogni altrui porterà certamente al fallimento economico, ricercare amicizie con modalità completamente strumentali ed egocentrate faciliterà la solitudine, condurre una relazione sessuale privata del riconoscimento empatico dell'altro ne causerà la rottura o produrrà sofferenza nei partners, come avviene nei disturbi di personalità diagnosticabili secondo la nosografia del DSM (DSM 5).

In definitiva l'interesse comunitario deriva da un'armonica interazione tra bisogni fisiologici (ad es. bisogno di nutrizione del lattante o ricerca di un partner) legati alla sopravvivenza fisica ed alla riproduzione, istinti etologici connessi all'attaccamento, e l'adeguato funzionamento del sentimento sociale in senso stretto (cioè l'empatia).

Tuttavia la realizzazione dei tre obiettivi descritti da Adler implica anche un adeguato sviluppo delle capacità di autoaffermazione e quindi a differenza del sentimento sociale in senso stretto (cioè dell'empatia), l'interesse comunitario risulta un costrutto molto più articolato con la volontà di potenza e con lo sviluppo del carattere nel suo complesso [20]. I due costrutti del sentimento sociale e dell'interesse comunitario, pur basati su differenti presupposti biologici, richiedono pertanto uno sviluppo armonico e parallelo al fine di garantire una realizzazione soddisfacente.

Sia i percorsi educativi che le psicoterapie dovrebbero sempre tenere in debita considerazione la complessa interazione di questi fattori nella promozione del sentimento sociale in senso lato.

Il sentimento comunitario appare meno biologicamente determinato, ma frutto dell'astrazione del senso dell'esistenza e dell'interazione umana. Eppure, anche in questo caso, ci troviamo di fronte ad un peculiare prodotto evolutivo, già presente in animali con alto sviluppo della socialità come primati superiori, ma anche delfini ed elefanti [33]. Nella sua forma più elementare è un modello di cooperazione evidente in molti gruppi animali considerati "inferiori".

Ad esempio nei suricati (una specie di erpestidi africani studiati per l'elevato livello di cooperazione dal *Kalahari Meerkat Project*, www.kalahari-meerkats.com) il livello di cooperazione è tale che solo la coppia dominante del branco si riproduce, mentre le altre femmine si occupano dei neonati come babysitter. Come avviene spesso in natura questo comportamento implica la rinuncia alla realizzazione degli obiettivi personali per garantire il successo del gruppo e della specie.

Tuttavia in questo caso, a differenza che nelle specie di insetti sociali, ad es. api o formiche, tutte le femmine adulte del branco sono fertili e percepiscono il desiderio di riprodursi, quindi si tratta di una "scelta", non di una condizione biologicamente determinata. Pertanto è fondamentale un processo "educativo" per raggiungere e mantenere tale alto livello di cooperazione. Infatti i suricati "educano" i propri cuccioli, e la "regina" punisce con l'esilio –provvisorio- e l'uccisione di eventuali "illegittimi" le femmine che non si adeguano alla regola.

Nell'essere umano, questo comportamento risulta "concettualizzato" sotto forma di "ideale guida" per il comportamento per garantire la prosperità del gruppo di appartenenza (o della specie) attraverso la cooperazione con i propri simili non orientata al proprio beneficio ma al bene comune, che Adler [5] definisce "*la perfetta realizzazione dell'umanità*".

Nell'essere umano, il forte livello di rappresentazione cognitiva di questo costrutto rende ancora più essenziale un forte apporto "educativo" finalizzato a modularne la regolazione top-down da parte degli aspetti cognitivi "egoistici" che tendono a prevalere.

Anche l'empatia può favorire atteggiamenti "pro-sociali" nei confronti di individui o gruppi in cui ci si riconosce empaticamente, tuttavia non è sufficiente l'empatia per mantenere attivo il sentimento comunitario in assenza di uno stimolo diretto.

Ad esempio se la società richiede di attuare un comportamento pro-sociale faticoso (ad es. la raccolta differenziata dei rifiuti) l'apporto dell'empatia spingerà ad attuarlo nel caso in cui sia possibile constatare direttamente i danni dell'inquinamento verso un altro essere umano, un animale o l'ambiente.

Tuttavia resterà la tentazione a non attuarlo quando l'immagine mentale (nei neuroni-specchio) delle conseguenze dell'inquinamento sull'oggetto dell'empatia sbiadirà nella memoria (o sarà rimossa) [46]. Sul piano sociale un esempio è rappresentato dal fatto che nei paesi "latini" in cui la capacità empatica è in genere ben sviluppata fatica comunque a radicarsi il rispetto delle regole e l'adesione costante al bene comune nelle condotte individuali quotidiane.

È necessario quindi un processo di "astrazione" [4], mediato dal senso di appartenenza ad un gruppo sociale per produrre in sentimento comunitario stabile. Il sentimento comunitario è quindi articolato sia con il sentimento sociale in senso stretto che con l'interesse comunitario. Tuttavia in considerazione della possibile "fatica" insita nelle richieste pro-sociali, dovrà essere rinforzato da aspetti psicoeducativi (ad es. l'educazione civica, il buon esempio altrui, il controllo sociale o le sanzioni).

Un caso particolare è quello in cui l'individuo si sacrifica per una forte e stabile appartenenza ad un gruppo sociale limitato cioè alle amicizie personali o ad un gruppo "clientelare" di appartenenza. In questa fattispecie il sentimento comunitario ricade nell'interesse comunitario. Adler distingueva questo sentimento sociale a breve raggio e di limitato respiro *"come un circolo privato o anche come un circolo più ampio a cui uno dovrebbe unirsi"* (12, p. 148), da quello "autentico" trascendente i piccoli gruppi perché riferito all'umanità intera.

Il motivo per cui Adler svaluta questo tipo di sentimento comunitario è probabilmente il fatto che un tale processo di astrazione "ristretta" può portare ad una perdita di connessione con il sentimento sociale in senso stretto (cioè dell'empatia). Questo fenomeno, ad esempio, potrebbe verificarsi nei paesi in cui spesso non brillano le capacità empatiche ma è ben radicato il rispetto delle norme sociali, delle leggi e il rispetto del bene comune, con effetti positivi per il benessere percepito nella popolazione locale (<https://www.weworld.it>) ma col rischio di atteggiamenti "contro l'umanità" in senso generale, come quelli perpetrati dal nazismo.

VII. *Riflessioni per la psicoterapia*

Nell'analisi dello stile di vita e nella psicoterapia è necessario esplorare con sensibilità ciascuna di queste aree ed individuare dove e perché nella storia individuale ciascuno dei flussi informativi e formativi del sentimento sociale è stato sottostimolato o si è interrotto a causa di funzionamenti conflittuali nelle relazioni. L'esperienza formativa ed emotiva ricostruttiva rappresentata dalla relazione con il terapeuta affronta progressivamente le tappe evolutive del sentimento sociale nel loro intreccio bidirezionale tra paziente e terapeuta [26].

Attraverso il processo di incoraggiamento [55] gli elementi conflittuali possono essere progressivamente affrontati e risolti, laddove il soggetto è stato bloccato nello sviluppo della fiducia relazionale e dell'attaccamento, nella risposta empatica nella relazione con l'altro e nel senso di appartenenza nei confronti della società. Il percorso analitico e la sua condivisione cooperativa con il paziente, può così permettere la ripresa o lo sviluppo di ciascuna delle tre funzioni fondamentali del sentimento sociale essenziali per una completa realizzazione della storia individuale. Infatti, laddove lo sviluppo delle tre istanze del sentimento sociale si sia interrotto, frequentemente (se non costantemente) sono presenti problematiche conflittuali latenti radicate nei confronti dei caregivers (genitori, ma anche insegnanti o educatori) oppure dei pari o dei partners [25, 26].

In alcuni casi tali conflittualità potranno essere radicate su episodi traumatici identificabili nella storia del paziente e potranno rappresentare l'esito post-traumatico non adeguatamente superato (disturbo post-traumatico da stress vero e proprio) oppure una distorsione emotivo-cognitiva persistente basata sulla generalizzazione consapevole o inconsapevole dell'esperienza ("gli altri sono tutti inaffidabili" o "i partners sono sempre abbandonici") tale da ostacolare fortemente o impedire del tutto sia il riconoscimento empatico degli altri ("non posso provare empatia per chi mi ha ferito"), che l'interesse comunitario ("non ho interesse a far parte di gruppi in cui posso essere ferito"), che il sentimento comunitario ("non sono interessato a tutelare una società composta da soggetti che mi danneggiano").

Pertanto in tali situazioni i semplici interventi di psicoeducazione o confronto si scontreranno con resistenze emotive profonde che se non affrontate ne ridurranno l'efficacia. Al contrario, l'identificazione di un deficit di sviluppo in ciascuna delle tre istanze del sentimento sociale potrà essere in genere interpretata come segnale di una problematica conflittuale irrisolta nelle relazioni significative. Ciò implicherà oltre alle sopradette richieste di lavoro sulla relazione basato sulla validazione empatica ed al lavoro sul transfert, anche una esplorazione delle esperienze conflittuali irrisolte ed un lavoro interpretativo indirizzato al superamento delle stesse.

Una attenta considerazione dei tre elementi portanti del sentimento sociale permette di distinguere e modulare la scelta dei registri supportivo e interpretativo rivolti a

ciascuna delle tre componenti del sentimento sociale. Adler [4] ed altri autori [26, 46, 47, 51] hanno suggerito la necessità di stimolare lo sviluppo del sentimento sociale per contrastare le componenti egoistiche nello sviluppo naturale.

Tuttavia è sostanzialmente differente per un terapeuta attivare nel paziente capacità empatiche scarsamente stimolate nell'infanzia dalla scarsa "richiesta" di una madre "vizianta" perché eccessivamente responsiva alle esigenze del figlio [64], rispetto alla funzione di riattivare le capacità di attaccamento (ad esempio nei confronti del terapeuta o di altre figure significative), ovvero l'interesse comunitario, in soggetti che hanno attivato modalità relazionali distanzianti a causa della scarsa disponibilità dei caregivers.

Nel caso di deficit di sentimento sociale in soggetti giovani e in adulti con organizzazione nevrotica di personalità dopo la fase di costruzione dell'alleanza terapeutica può essere appropriato un atteggiamento supportivo che si avvalga di un approccio psicoeducativo, direttivo o di confrontazione (ad esempio invitando il paziente a riconoscere la posizione emotiva altrui o sottolineandogli di non averlo fatto abbastanza) al fine di stimolare nel soggetto una conflittualizzazione rispetto alle difese attivate contro l'empatia, per slatentizzare le aree conflittuali latenti e risolverle interpretativamente.

Nel caso di soggetti con gravi problematiche dell'attaccamento o una organizzazione borderline di personalità l'azione del terapeuta dovrà invece focalizzarsi principalmente sulla validazione empatica delle esperienze di tradimento relazionale che hanno interferito nello sviluppo dell'interesse comunitario, mentre le eventuali interpretazioni di transfert dovranno consentire al paziente di riattivare la fiducia primaria necessaria ad uno stile di attaccamento meno evitante verso il terapeuta prima e con gli altri poi [26].

Adottare uno dei due atteggiamenti in modo inappropriato corre il rischio di produrre scoraggiamento e ostacolare il processo evolutivo anziché facilitarlo [55].

Allo stesso modo, la possibilità di stimolare nel paziente il sentimento comunitario supportando le sue capacità di astrazione e generalizzazione differisce molto rispetto alla promozione del sentimento sociale *sensu strictu* o dell'interesse comunitario. Percepire un sentimento allargato di appartenenza che trascenda le relazioni interpersonali può rappresentare uno strumento di gestione dell'angoscia di morte o di penosi sentimenti di solitudine o di demotivazione esistenziale [19, 29].

Appare anche determinante il riconoscimento delle funzioni del sentimento sociale già sviluppate prima di mettere in atto interventi indirizzati a promuoverne lo sviluppo. Ciascuno dei tre aspetti del sentimento sociale può essere una risorsa già presente nel paziente o un obiettivo della terapia. Il terapeuta deve saper identificare quale di questi differenti momenti dello sviluppo del sentimento sociale sia meglio consolidato e più fruibile per agevolare la progressiva maturazione degli altri e favorire l'armonico sviluppo della personalità del paziente.

Ad esempio gli interventi supportivi e psicoeducativi possono rischiare un rinforzo eccessivo delle difese intellettualizzanti e razionalizzanti, tanto da determinarne uno sviluppo eccessivamente astratto del sentimento sociale, tendente verso un interesse comunitario svuotato delle componenti affettive e relazionali. Un caso emblematico è rappresentato dai disturbi dell'alimentazione (DA) in cui numerose evidenze mostrano significative problematiche di attaccamento con risvolti rilevanti per la relazione terapeutica e nello sviluppo delle resistenze al trattamento [27, 62].

Infatti le evidenze riguardanti i deficit di riconoscimento empatico nelle pazienti DA appaiono spesso poco significative e talvolta contrastanti [15, 17]. Ad esempio, nelle ragazze con anoressia nervosa sono spesso presenti capacità di riconoscimento empatico (e quindi sentimento sociale) e di sentimento comunitario simili se non inferiori a quelli delle coetanee, ma è deficitario o conflittualizzato l'interesse comunitario (legato alle problematiche di attaccamento). Spesso quindi le capacità empatiche non sono correlabili alla gravità della sintomatologia alimentare espressa. La percezione controtransferale del terapeuta in genere comprende una forte ambivalenza e resistenza nei confronti dell'attaccamento associate ad una più o meno intensa ostilità latente nelle relazioni con i caregivers [25, 27].

L'interesse comunitario è conflittualizzato perché le relazioni vengono spesso vissute da queste pazienti prevalentemente come portatrici di richieste e compiti (empatici e sociali) più che del supporto e accoglimento affettivo ed empatico di cui queste ultime sono affamate. Lo sviluppo disarmonico del sentimento sociale in genere è conseguente all'atteggiamento talvolta trascurante, talaltra insufficientemente empatico e validante dei caregivers [9, 10, 11]. Quando non riconosciuto ed affrontato correttamente, attraverso la ri-edizione delle medesime modalità esperite in ambito familiare il meccanismo scoraggiante rischia di riverberare in approcci terapeutici iatrogenici in quanto poco "empaticamente informati", sebbene orientati all'obiettivo di incrementare il sentimento sociale [25].

VIII. Conclusioni

In considerazione delle attuali problematiche relazionali e psicopatologiche emergenti soprattutto nella popolazione giovanile [9, 10] in relazione alle difficoltà di inclusione sociale, il tema del sentimento sociale come istanza fondamentale nel processo di sviluppo e maturazione dell'individuo sia in ambito socio-relazionale che terapeutico appare quanto mai attuale.

Il concetto di sentimento sociale rappresenta un costrutto vissuto e descritto spesso come unitario perché identificato in modo generico con l'interesse verso gli altri esseri umani e la capacità di interagire proficuamente con essi. In Italia fu Canziani [60] a mettere per primo (e per molti anni unico) in discussione la traduzione intercambiabile tra sentimento sociale, interesse comunitario e interesse sociale.

Tuttavia una disamina più approfondita degli scritti di Adler e dei suoi discepoli contemporanei lascia emergere una notevole complessità ed una intensa rete di interazioni tra istanze biologiche tendenti ad alimentare la socialità, funzioni cognitive superiori come l'astrazione, aspetti connessi al bisogno di autoaffermazione, aspetti cognitivi modulatori top-down sull'empatia, aspetti sociali e culturali.

Nel promuovere l'integrazione efficace e fruttuosa per l'individuo e per il suo gruppo di appartenenza di tutte queste funzioni per ottenere un sentimento sociale armonicamente sviluppato e integrato sono estremamente rilevanti le funzioni psicoeducative implicite ed esplicite dei caregivers durante lo sviluppo, come pure il rinforzo e l'esempio del gruppo sociale di appartenenza nell'adolescenza e nell'età adulta.

La complessità del costrutto del sentimento sociale dà ragione del fatto che, nonostante esso rappresenti un caposaldo della psicopatologia per la Psicologia Individuale [1], finora gli strumenti psicodiagnostici applicati alla ricerca in psichiatria mostrino grosse difficoltà nel riconoscerne un ruolo adeguato nella psicopatogenesi dei nostri pazienti, a fronte dell'importanza ad esso riconosciuta nei percorsi terapeutici e riabilitativi [10, 27, 28].

La crescente consapevolezza sul ruolo delle dinamiche dell'attaccamento, dell'empatia, delle relazioni con i caregivers nel produrre la strutturazione del Sé, le dinamiche psicopatologiche e l'esito dei trattamenti potrebbe nel prossimo futuro aprire la strada per rimediare a questo mancato riconoscimento [9].

Nuovi specifici mezzi diagnostici capaci di identificare le componenti del sentimento sociale in ciascun individuo articolandole con l'esplorazione dei circuiti neurobiologici ad esse sottesi [49] potrebbero rappresentare mezzi diagnostici più sofisticati ed efficienti di quelli esistenti per individuare in ciascun paziente la combinazione di deficit e risorse nello sviluppo e nel funzionamento di ciascuna sfaccettatura del sentimento sociale, agevolando il riconoscimento ed il trattamento dei conflitti ad essa sottesi.

Bibliografia

1. ADLER, A. (1912), *Über den nervösen Charakter; Grundzuge einer vergleichen den Individual-psychologie und Psychotherapie*, Bergmann, Monaco 1928.
2. ADLER, A. (1919), *Die andere Seite; eine massenpsychologische Studie über die Schuld des Volkes*, Leopold Heidrich, Vienna.
3. ADLER, A. (1920), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it. *Prassi e teoria della psicologia individuale*, Astrolabio, Roma 1992.
4. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *La conoscenza dell'uomo nella psicologia individuale*, Newton Compton, Roma 1994.
5. ADLER, A. (1930), *Problem of Neurosis. A book of case-histories*, in SODINI, S., SODINI, U. (a cura di, 2014), *La nevrosi e le sue problematiche. Un libro di storie di casi*, Edizioni Universitarie Romane, Roma.
6. ADLER, A. (1930), *The Education of Children*, in CANZIANI, G. (a cura di, 2003), *La psicologia individuale nella scuola*. Psicologia dell'Educazione, Newton Compton, Roma.
7. ADLER, A. (1933), *Der Sinn des Lebens*, tr. it. *Il senso della vita*, De Agostini, Novara 1990.
8. AINSWORTH, M.D. (2006), *Modelli di attaccamento e sviluppo della personalità*, Raffaello Cortina, Milano.
9. AMIANTO, F. (2017), *Breakdown adolescenziale: sfide e risorse*, A cura di BERGUI, G. (Ed.), Ananke Editore, Torino 2017.
10. AMIANTO, F., FASSINO, S. (2017), Psychiatric Problems Emerging in Teens: The Situation for the Design of Future Interventions, *Acta Psychopathologica*, 3(1): 1.
11. AMIANTO, F., NORTHOFF, G., ABBATE DAGA, G., FASSINO, S., TASCA, G. (2016), Is Anorexia Nervosa a Disorder of the Self? A Psychological Approach, *Frontiers in Psychology* 7.
12. ANSBACHER, H. L., ANSBACHER, R. R. (1956), *The Individual Psychology of Alfred Adler*, tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*, Martinelli, Firenze 1997.
13. ANSBACHER, H. L. (1992), Alfred Adler's concepts of community feeling and of social interest and the relevance of community feeling for old age, *Individual Psychology*, 48: 402-412.
14. BAUMAN, Z. (2011), *Collateral Damages, Social Inequalities in a Global Age*, Polity Press, Cambridge (UK).
15. BEADLE, J. N., PARADISO, S., SALERNO, A. ET ALII (2013), Alexithymia, emotional empathy, and self-regulation in anorexia nervosa, *Ann. Clin. Psychiatry*, 25: 107-120.
16. BOWLBY, J. (1969), *Attachment and Loss*, tr. it. *Attaccamento e perdita, L'attaccamento alla madre*, Bollati Boringhieri II ed., Torino 1999.
17. CARDI, V., CORFIELD, F., LEPPANEN, J. ET ALII (2015), Emotional Processing, Recognition, Empathy and Evoked Facial Expression in Eating Disorders: An Experimental Study to Map Deficits in Social Cognition, *PLoS One*, 10: e0133827.

18. CHOU, H. T., EDGE, N. (2012), "They are happier and having better lives than I am": the impact of using Facebook on perceptions of others' lives, *Cyberpsychol. Behav. Soc. Netw.*, 15:117-21.
19. CLONINGER, R. C. (2004), *Feeling good. The science of wellbeing*, Oxford University Press, New York.
20. CLONINGER, C. R., SVRAKIC, D.M., PRZYBECK, T. R. (1993), A psychobiological model of temperament and character, *Arch. Gen. Psychiatry*, 50(12): 975-90.
21. COGONI, C., CARNAGHI, A., SILANI, G. (2018), Reduced empathic responses for sexually objectified women: An fMRI investigation, *Cortex.*, 99: 258-272.
22. CURRAN, T., HILL, A. P. (2017), Perfectionism Is Increasing Over Time: A Meta-Analysis of Birth Cohort Differences From 1989 to 2016, *Psychol. Bull.*
23. DECETY, J., LAMM, C. (2006), Human empathy through the lens of social neuroscience, *Scientific World Journal*, 20; 6:1146-63.
24. DE DIONIGI, S. (2019), L'intreccio dei vari tipi di linguaggio con il sentimento di comunità: dalla savana (anzi dal fiume) allo studio dello psicoterapeuta, *Riv. Psicol. Indiv.*, 77: 67-115.
25. FASSINO, S. (2010), Psychosomatic approach is the new medicine tailored for patient personality with a focus on ethics, economy, and quality, *Panminerva Medica*, 52: 249-64.
26. FASSINO, S. (2016), Il sentimento sociale del terapeuta riattiva quello del paziente, *Riv. Psicol. Indiv.*, 79: 27-44.
27. FASSINO, S., ABBATE DAGA, G. (2013), Resistance to treatment in eating disorders: a critical challenge, *BMC Psychiatry*, 13: 282.
28. FASSINO, S., AMIANTO, F., SOBRERO, C., ABBATE DAGA, G. (2013), Does it exist a personality core of mental illness? A systematic review on core psychobiological personality traits in mental disorders, *Panminerva Med.*, 55, 397-413.
29. FASSINO, S., LEOMBRUNI, P., AMIANTO, F., ABBATE DAGA, G. (2004), Personality profile of HIV outpatients: preliminary results and remarks on clinical management, *Psychother. Psychosom.*, 73: 361-5.
30. FECTEAU, S., PASCUAL-LEONE, A., THÉORET, H. (2008), Psychopathy and the mirror neuron system: preliminary findings from a non-psychiatric sample, *Psychiatry Res.*, 160:137-44.
31. FERRARI, M., YAP, K., SCOTT, N., EINSTEIN, D. A., CIARROCHI, J. (2018), Self-compassion moderates the perfectionism and depression link in both adolescence and adulthood, *PLoS One*, 21;13: e0192022.
32. FERRERO, A. (2009), Psicoterapia Psicodinamica Adleriana (APP): un trattamento possibile nei dipartimenti di salute mentale, *Centro studi e Ricerche in Psichiatria*, Torino.
33. DE WAAL, F. (2013), *Il bonobo e l'ateo. In cerca di umanità fra i primati*, Raffaello Cortina, Milano.
34. GALLESE, V., EAGLE, M. N., MIGONE, P. (2007), Intentional attunement: mirror neurons and the neural underpinnings of interpersonal relations, *J. Am. Psychoanal. Assoc.*, 55:131-76.

35. GALLESE, V., FADIGA, L., FOGASSI, L., RIZZOLATTI, G. (1996), Action recognition in the premotor cortex, *Brain*, 119: 593-609.
36. GALLESE, V., KEYSERS, C., RIZZOLATTI, G. (2004), A unifying view of the basis of social cognition, *Trends Cogn. Sci.*, 8:396-403.
37. HAN, S. (2018), Neurocognitive Basis of Racial Ingroup Bias in Empathy, *Trends Cogn. Sci.*, 1364-6613(18)30049-4.
38. HASSENSTAB, J., DZIOBEK, I., ROGERS, K., WOLF, O. T., CONVIT, A. (2007), Knowing what others know, feeling what others feel: a controlled study of empathy in psychotherapists, *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 195: 277-281.
39. KOHUT, H. (1971), *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*, tr. it. *Narcisismo e analisi del sé*, Bollati Boringhieri, Torino 1076.
40. LAMM, C., NUSBAUM, H.C., MELTZOFF, A. N., DECETY, J. (2007), What are you feeling? Using functional magnetic resonance imaging to assess the modulation of sensory and affective responses during empathy for pain, *PLoS One*, 12; 2(12): e1292.
41. LAMM, C., PORGES, E. C., CACIOPPO, J. T., DECETY, J. (2008), Perspective taking is associated with specific facial responses during empathy for pain, *Brain Res.*, 28; 1227:153-61.
42. LOETZ, C., MÜLLER, J., FRICK, E., PETERSEN, Y., HVIDT, N. C., MAUER, C. (2013), Attachment theory and spirituality: two threads converging in palliative care? Evid. Based Complement, *Alternat. Med.*, 2013: 740291.
43. MARSHALL, T. (2015), *Prisoners of Geography*, Eliott & Thompson, N.Y.
44. MANAGO, A. M., TAYLOR, T., GREENFIELD, P. M. (2012), Me and my 400 friends: the anatomy of college students' Facebook networks, their communication patterns, and well-being, *Dev. Psychol.*, 48: 369-80.
45. MITCHELL, S. A., BLACK, M. J. (1995), *Freud and beyond. A History of Modern Psychoanalytic Thought*, tr. it. *L'esperienza della psicoanalisi. Storia del pensiero psicoanalitico moderno*, Bollati Boringhieri, Torino 1996.
46. MOSAK, H. H., MANIACCI, M. P. (1999), *Primer of Adlerian Psychology: The Analytic-Behavioural-Cognitive Psychology of Alfred Adler*, Brunner Routledge, New York.
47. OBERST, U. E., STEWART, A. E. (2005), *Adlerian Psychotherapy. An Advanced Approach to Individual Psychotherapy*, Routledge, New York.
48. PARENTI, F. (1983), *La Psicologia Individuale dopo Adler*, Astrolabio, Roma.
49. PARKINSON, C., KLEINBAUM, A. M., WHEATLEY, T. (2018), Similar neural responses predict friendship, *Nature Communications*, 9:332.
50. PINQUART, M., FERUSSNER, C., AHNERT, L. (2013), Meta-analytic evidence for stability in attachments from infancy to early adulthood, *Attach. Hum. Dev.*, 15, 189-218.
51. PONZIANI, U. (2014), La Psicologia Individuale di Alfred Adler, 100 anni dopo, è sempre più radicata nella ricerca scientifica attuale: l'altruismo è innato nell'uomo e presente nell'evoluzione di tutti gli esseri viventi, *Riv. Psicol. Indiv.*, 75: 148-156, SUPPLEMENTO Contributi del "25th IAIP Congress: Separation, trauma, development", Vienna 2011.

52. RIFKIN, J. (2010), *La civiltà dell'Empatia. La corsa verso la coscienza globale nel mondo in crisi*, Arnoldo Mondadori Editore, Milano.
53. RIZZOLATTI, G., CRAIGHERO, L. (2004), The Mirror Neuron System, *Annual Rev. Neurosc.*, 27:169–192.
54. RIZZOLATTI, G., FADIGA, L., GALLESE, V., FOGASSI, L. (1996), Premotor cortex and the recognition of motor actions, *Brain Res. Cogn. Brain Res.*, 3:131-41.
55. ROVERA, G. G. (2009), Le strategie dell'incoraggiamento, *Riv. Psicol. Indiv.*, 69: 139-160.
56. ROVERA, G. G. (2014), Competizione/Cooperazione, *Riv. Psicol. Indiv.*, 75: 5-11.
57. ROVERA, G. G. (2016), La Psicologia Individuale, *Riv. Psicol. Indiv.*, 80: 63-84.
58. SIEGEL, D. J. (1999), *The Developing Mind: Toward a Neurobiology of Interpersonal Experience*, New York, Guilford Press.
59. SØNDERLUND, A. L., MORTON, T. A., RYAN, M. K. (2017), Multiple Group Membership and Well-Being: Is There Always Strength in Numbers, *Front Psychol.*, 21; 8:1038.
60. SPRINI, G. (2008), La psicologia a Palermo tra primo e secondo dopoguerra: Gastone Canziani, in SPRINI, G. *La Psicologia alla periferia dell'impero*, 157-176.
61. SWAIN, J. E., KIM, P., SPICER, J., HO, S. S., DAYTON, C. J., ELMADIH, A., ABEL, K. M. (2014), Approaching the biology of human parental attachment: brain imaging, oxytocin and coordinated assessments of mothers and fathers, *Brain Res.*, 1580: 78-101.
62. TASCA, G. A., BALFOUR, L. (2014), Eating disorders and attachment: a contemporary psychodynamic perspective, *Psychodyn. Psychiatry*, 42: 257-76.
63. TURKLE, S. (2015), *Reclaiming Conversation. The Power of Talk in a Digital Age*, tr. it. *La conversazione necessaria. La forza del dialogo nell'era digitale*, Einaudi, Milano 2016.
64. WINNICOTT, D. W. (1964), *The Child, the Family, and the Outside World*, tr. it. *Il bambino, la famiglia e il mondo esterno*, Magi, Roma 2005

Federico Amianto
Viale XXV aprile 159/10 F
I-10133 Torino
E-mail: federico.amianto@unito.it