



*TURISMO e Psicologia*  
Rivista interdisciplinare di studi, ricerche e formazione

**EMOTIVITÀ IN AMBITO ARTISTICO: ALLA RICERCA DEI CAPOLAVORI**

*Carlo Cristini*

*Annamaria Della Vedova*

*Marco Margiotta*

Università degli Studi di Brescia

*Giovanni Cesa Bianchi*

*Marcello Cesa Bianchi*

Università degli Studi di Milano

*Angela Solimeno Cipriano*

Università degli Studi di Napoli

*Luca Cristini*

Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano



**PADOVA UNIVERSITY PRESS**

## EMOTIVITÀ IN AMBITO ARTISTICO: ALLA RICERCA DEI CAPOLAVORI

### RIASSUNTO:

L'emotività struttura, caratterizza la vita psichica di ogni persona, dall'infanzia alla vecchiaia. Ogni giorno, più o meno consapevolmente, viviamo emozioni. Si reagisce, in modo differente, ai fatti della vita. L'interazione con l'ambiente, con quanto ci accade, induce l'attivazione e l'espressione di emozioni e sentimenti. Non è sempre facile identificare, circoscrivere ed esprimere ciò che si prova. Non si trovano le parole adatte a comunicare l'esperienza emotiva.

Le emozioni possono determinare la fragilità o la forza di una persona in base alle esperienze vissute, a quanto hanno significato ed a ciò che si è compreso. La vita è una continua sfida tra forza e fragilità, nella prospettiva della realizzazione di sé.

Gli stati emotivi richiedono di essere riconosciuti, valutati, controllati. Sono state descritte reazioni emotive di accentuata risonanza in persone che osservano dipinti o sculture. E' conosciuta la sindrome di Stendhal che coglie il viaggiatore soprattutto nelle città d'arte. Lo scrittore francese racconta la sua esperienza emotiva all'interno della Basilica di Santa Croce a Firenze. Anche Freud, parlando dei suoi viaggi, specialmente in Italia, descrive le emozioni, i turbamenti provati nel visitare musei e luoghi d'arte. Il confronto con dipinti e sculture, coinvolgendo le memorie affettive, può mettere in crisi, ma anche rappresentare un'occasione per comprendere meglio il proprio mondo interiore.

L'emotività esercita un'importante influenza sulle capacità di adattamento, di resilienza; è presente in ogni individuo, indipendentemente dall'età, dalle condizioni di salute e autonomia. Le emozioni ci accompagnano per tutta la vita, rappresentano la ragione e la risposta a quanto ci accade, in ogni situazione, compresa l'esperienza turistica, il viaggio nel mondo dell'arte.

*Parole chiave:* emotività, forza, fragilità, arte, sindrome di Stendhal.

## EMOTIONS IN ARTISTIC FIELD: SEARCHING FOR MASTERPIECE

### ABSTRACT:

Emotions structure and characterize the psychic life of every person, from childhood to old age. Every day, more or less consciously, we live emotions. We respond in a different way to the life-events. The interaction with the environment, with what happens, induces the activation and the expression of emotions and feelings. It is not always easy to identify, contain and express what you feel. You don't find the right words to communicate the emotional experience.

Emotions may determine the strength or fragility of a person in according to the experiences, to its meanings and its understanding. Life is a continuous challenge between strength and fragility, in the perspective of self-realization.

Emotional states need to be recognized, assessed, monitored. Strong emotional reactions have been described in people looking paintings or sculptures. And it is known Stendhal syndrome that captures the traveler, especially in artistic cities. The French writer recounts his emotional experience in the Basilica of Santa Croce in Florence. Even Freud, speaking of his travels, especially in Italy, describes the emotions and the perturbations that he felt visiting museums and artistic sites. The interaction with paintings and sculptures, involving the emotional memories, may trouble, but also an opportunity to better understand their inner world.

Emotion has an important influence on the adaptability and resilience; it is present in every individual, independently of age, state of health and autonomy. Emotions follow the lifetime, are the reason and the answer to what happens, in any situation, including the tourist experience, the journey into the world of art.

*Keywords:* emotion, strength, fragility, art, Stendhal syndrome.

## 1. Introduzione

L'affettività - emozioni e sentimenti - costituisce la base portante della vita psichica. E' un'esperienza complessa, un insieme di cambiamenti psichici e somatici che comprendono il sistema neurofisiologico, la sensibilità, i processi cognitivi, le espressioni 'visibili' (mimica, postura, gestualità) e le modalità comportamentali, attivati in risposta a situazioni percepite come significative (Gerrig, Zimbardo e Anolli 2010). Le percezioni - la loro informazione 'affettiva' - dominano l'attività psichica, la scena esistenziale dei primi anni di vita. "In primo luogo, l'Io è un'entità corporea", sosteneva Freud (1922, p. 488).

Il mondo emozionale rappresenta una delle parti più antiche e profonde del cervello, specialmente quelle attivate nell'emisfero destro. "Le strutture che formano il nucleo dei sistemi generanti le emozioni (...) sono molto antiche da un punto di vista filogenetico e giacciono nelle regioni profonde del cervello, quali le zone mediali e superiori del tronco encefalico (...) includono l'ipotalamo, l'area tegmentale ventrale, i nuclei parabrachiali, il grigio periacqueduttale, i nuclei del rafe, il complesso del nucleo del locus coeruleus e la formazione reticolare", scrivono Solms e Turnbull (2002, pp. 123-124).

L'emozione può essere definita come il processo mediante il quale il cervello determina o computa il valore di un'informazione. Negli esseri umani un sentimento emerge quando si diventa consapevoli di ciò che il nostro cervello ha valutato in termini di reazioni emotive (Arnold 1960; LeDoux 2002; Damasio 2010; Kandel 2012).

Le capacità percettivo-emotive regolano la vita, l'adattamento, il comportamento, svolgono una funzione fondamentale, dall'infanzia alla vecchiaia (Cesa-Bianchi 1998, 1999, 2000, 2002, 2006, 2012). Le modalità di accoglienza, di accudimento e cura, di attaccamento rappresentano gli strumenti interattivi, essenziali per facilitare uno sviluppo il più possibile armonioso, per trasmettere e promuovere un senso di sicurezza (Bowlby 1969).

Viviamo emozioni, ogni giorno, più o meno consapevolmente. Si reagisce, in modo differente, ai fatti della vita. Il provare e l'esprimere emozioni rappresentano la conseguenza, il risultato dell'interazione con l'ambiente, con quanto ci accade. Uno stato emotivo è generalmente costituito da una condizione affettiva di base, di attrazione o repulsione nei confronti di una specifica situazione, da un'attivazione, fisica e psichica, dell'organismo, da un'elaborazione cognitiva dell'informazione (stimolo) che ha indotto l'emozione, da una disposizione all'espressività, verbale e non-verbale, in rapporto al contesto di riferimento.

Le capacità e le esperienze emotive caratterizzano, strutturano la vita psichica di ogni persona. Ciascun individuo avverte sensazioni, stati d'animo. Tuttavia, non si è sempre in grado di identificare ciò che si prova, diventa difficile circoscrivere, definire quanto si sente (Ferro 2007; Borgna 2009). Non si trovano le parole adatte ad esprimere l'esperienza emotiva. Quel mondo degli affetti, così determinante nella vita di una persona rimane spesso - in qualche suo aspetto - oscuro, indecifrabile, incomprensibile, per lungo tempo, talora per sempre. Le emozioni si possono apprendere; si impara a riconoscerle, a comunicarle, a condividerle, anche quelle più profonde e per molti anni inesplorate.

Le esperienze, negative e positive, possono insegnare ad ognuno a comprendere, gestire, controllare, vivere pienamente e consapevolmente ciò che proviamo. L'educazione ai sentimenti è un processo continuo che accompagna e caratterizza la storia di una persona.

Nelle più svariate situazioni si provano stati d'animo, sentimenti diversi, a volte in un breve lasso di tempo, oppure ne avvertiamo più d'uno contemporaneamente. Si teme un pericolo, si attende con ansia una notizia, si è soddisfatti per un desiderio realizzato, per un successo ottenuto, si è addolorati per la separazione da una persona cara, si rimane sorpresi da un evento inaspettato, si è dispiaciuti, rammaricati, arrabbiati per le ingiustizie subite, si ammira un dipinto, una scultura, un paesaggio, uno spettacolo della natura, si è trascinati o assorbiti dalla musica, si esulta per una vittoria, si è tristi o delusi per una sconfitta, si vivono esperienze positive e negative, si ride e si piange, si soffre e si ama. Siamo variamente sensibili in rapporto alle caratteristiche della personalità, dell'ambiente in cui si è inseriti, delle persone che si incontrano, delle situazioni che si affrontano.

## 2. Le capacità emotive tra forza e fragilità

Le capacità emotive sono presenti in ogni individuo, indipendentemente dall'età, dalle condizioni di salute e autonomia; riflettono la nostra parte più forte e quella più fragile. Ci rendono più sicuri e affidabili o più incerti e instabili, più forti o più fragili? Costituiscono sicuramente la nostra parte più antica, contribuiscono a formare le memorie implicite, che rappresentano gli elementi fondamentali della nostra attività psichica. Gli stati emozionali precedono il linguaggio, la consapevolezza, l'esperienza cosciente. Sono il mondo emozionale e quello corporeo - senso-motorio e viscerale - a caratterizzare le modalità espressive e comunicative della prima infanzia. Corporeità ed emozioni si associano, si intrecciano, si compenetrano. Alle reazioni emotive sono correlate varie modificazioni dell'organismo. I cambiamenti, le risposte del corpo ci fanno sapere come ci sentiamo (Siegel 1999). Le emozioni costituiscono un ponte, una matrice comune fra corpo e mente, biologia e psicologia. Si impallidisce per uno spavento, si arrossisce quando ci si sente in imbarazzo, aumentano il battito cardiaco e la pressione arteriosa in situazioni di ansia e di apprensione, si avvertono brividi di paura o di piacere, ci viene la 'pelle d'oca', sudano le mani, rallentano, si bloccano o accelerano le peristalsi, 'brontola' la pancia, si chiude lo stomaco, si affretta il respiro, si sente il fiato o il cuore in gola, si 'surriscaldano' i nervi, si 'gela' il sangue, si 'ferma' il cuore, si paralizzano i movimenti, ci si sente 'sciogliere', si prova un senso di benessere e di rilassamento fisico. Si sta bene, nel corpo e nell'anima (Cesa-Bianchi e Cristini 2009, 2014).

"I sentimenti sono parte della natura e, come tali, hanno effetti su altre parti della natura" (Solms e Turnbull 2002 p. 331).

Il rapporto fra emotività e correlati somatici costituisce e riflette la memoria primaria, la storia iniziale di un individuo, accompagna il percorso esistenziale, fra continuità e cambiamento, rigidità e creatività, fragilità e forza. Appare difficile e complesso riuscire a delineare il confine fra componente psichica e fisica nell'esprimersi di un'emozione, l'una sembra collegarsi all'altra in modo indissolubile (Damasio 1994). L'identificazione, il riconoscimento di uno stato emotivo, consentono di denominarlo, circoscriverlo, contestualizzarlo ed anche di controllare e contenere l'equivalente reazione viscerale, somatica. L'esperienza permette di individuare e valorizzare le emozioni, ma pure di ricomporle e di considerarle in una dimensione tempo-spaziale, in una prospettiva di elaborazione e riorganizzazione degli stati affettivi (Hillman 1999; Siegel 1999; LeDoux 2002; Solms e Turnbull 2002; Schore 2003).

Le emozioni e le loro valutazioni si possono apprendere dall'esperienza, costruiscono modelli adattativi, di sviluppo conoscitivo e di attaccamento. Ma quando si può sostenere di essere completamente al riparo dagli affetti, liberi nello spirito? Il senso di libertà interiore implica la consapevolezza di esserlo - generalmente dopo un lungo e faticoso percorso di esperienze - e non la sua illusione.

Gli eventi della vita mettono a dura prova la tenuta psico-fisica delle persone, la loro componente affettiva, la capacità di riconoscere, di attribuire un significato, una ragione, l'opportunità di intravedere, trovare alternative. Sono purtroppo numerose le notizie di cronaca che riportano gesti sproporzionati, atti inconsulti dopo un insuccesso, una frustrazione, una delusione. Una valutazione scolastica negativa mette in crisi l'intera vicenda esistenziale ed evidenzia l'impossibilità di scorgere un rimedio ed un futuro. Il rifiuto, l'abbandono di una persona amata scatena reazioni aggressive, distruttive, anche dopo anni di separazione. Un atteggiamento di disapprovazione viene talvolta interpretato come un'offesa irreparabile, risolvibile solamente con la violenza o la ritorsione. Si parla di scoppi e drammi della gelosia - in determinati contesti socio-culturali coperti da un'irragionevole giustificazione - meno delle tragedie pianificate dell'invidia, forse più diffuse. Le fragilità emotive influenzano la sorte degli esseri umani. Modelli culturali, stili comportamentali e confessionali, costumi di vita, contesti sociali, mentalità di vario genere, spesso secolari, non stanno forse ad indicare, a riflettere strategie difensive - di inconscio collettivo - di fragilità affettive mascherate da esigenze, ruoli, regole, tradizioni, leggi inconfutabili della comunità o di un popolo? Sembrano essere le emozioni, soprattutto quelle primitive, a dominare molti scenari del mondo affettivo e relazionale, non solo nel corso dell'infanzia.

L'emotività consapevolmente vissuta, elaborata, compresa può diventare un determinante fattore di

energia positiva, di trasformazione della propria fragilità in un motivo di speranza e di forza vitale, in linea con quanto sosteneva Henri Matisse: “Ho imparato quest’unica verità: bisogna darsi interamente, con tutte le proprie forze e le proprie debolezze. Sì, la nostra forza spesso risiede nelle nostre debolezze o quelle che noi consideriamo le nostre debolezze che spesso sono (*e diventano*) le nostre forze”.

### 3. Emotività ed arte: la Sindrome di Stendhal

L’ambiente rappresenta un fattore rilevante per la costruzione, lo sviluppo del mondo affettivo e della personalità di un individuo. L’emotività si costruisce, si realizza, si esprime in uno specifico contesto che ne orienta l’acquisizione, il suo svolgersi esperienziale.

Le esperienze, i contenuti affettivi, l’educazione ai sentimenti, alle emozioni, comprese quelle vissute nel campo dell’arte, vengono influenzati dall’ambiente nel quale si cresce e si è inseriti. Le emozioni positive (come purtroppo anche quelle negative) si possono imparare, ma ci deve essere qualcuno in grado di insegnarle. Il mondo interiore, emozionale viene di frequente estromesso nelle relazioni e comunicazioni interpersonali; forse appare troppo impegnativo da affrontare, da sostenere ed è preferibile un’accomodante, mascherante, ‘asettica’ razionalità, spesso anche deresponsabilizzante. Quella degli affetti è forse la responsabilità più ardua.

Le emozioni fanno parte della vita, non è possibile farne a meno, se si negano, si avverte la sensazione penosa, talora devastante, della loro assenza. Ed a volte si ricercano situazioni particolari, estreme, per ritrovare un’emozione, un barlume di vita interiore, si inseguono emozioni forti forse perché si sono dimenticate quelle di base. Riconoscere gli stati d’animo, saperli controllare permette di comprendere meglio se stessi, di vivere più serenamente e con maggior fiducia.

Tuttavia in molti, svariati casi, le emozioni emergono all’improvviso e con particolare veemenza, specialmente di fronte a notizie o fatti inaspettati. Si pensi alla paura dovuta al verificarsi di una inattesa e concreta situazione di pericolo; alcuni individui rimangono in balia di veri e propri attacchi di panico, perdono il senso di sé e della realtà. Altri si smarriscono nell’angoscia legata a esperienze negative, come le separazioni, i lutti oppure in rapporto ad eventi di forte risonanza affettiva.

Nell’ascoltare una musica, nell’osservare un dipinto, una scultura, uno spettacolo naturale, nel seguire un’opera teatrale o cinematografica, nel leggere un racconto o una poesia si provano emozioni. L’arte è l’espressione creativa di ciò che spesso anima i pensieri e sentimenti più profondi e suscita stati d’animo, coinvolge chi si rende partecipe come spettatore. A volte l’impatto emotivo risulta di elevata intensità.

Sono state descritte reazioni emotive di accentuata risonanza in persone ‘immerse’ in un contesto artistico, osservando quadri e sculture. E’ conosciuta la sindrome di Stendhal, descritta dalla Magherini (1989) che coglie il viaggiatore, il turista soprattutto nelle città d’arte. Il nome della sindrome è ripreso da un’esperienza vissuta dallo scrittore francese nel suo viaggio a Firenze, in particolare all’interno della Basilica di Santa Croce; ma già prima di arrivare ed entrare nella chiesa fiorentina il suo stato d’animo era pervaso da trepidanti emozioni: “Avant hier, en descendant l’Apennin pour arriver à Florence, mon cœur battait avec force. Quel enfantillage! Enfin à un détour de la route, mon œil à plongé dans la plaine, et j’ai aperçu de loin, comme une masse sombre, *Santa Marian del Fiore* et sa fameuse coupole, chef d’œuvre de Brunelleschi. C’est là qu’ont veçu le Dante, Michel-Ange, Léonard de Vinci! me disais-je; voilà cette noble ville, la reine du moyen âge! C’est dans ces murs que la civilisation a recommencé; là, Laurent de Médicis a si bien fait le rôle de roi, et tenu une cour où, pour la première fois depuis Auguste, ne primait pas le mérit militaire. Enfin, les souvenirs se pressaient dans mon cœur, je me sentais hors d’état de rasoinner, et me livrais à ma folie comme auprès d’une femme qu’on aime. En approchant (...) j’aurais volontiers embrassé le premier habitant de Florence que j’ai rencontré. Au risque de perdre tous ces petits effets qu’on a autour de soi en voyageant, j’ai déserté la voiture aussitôt après la cérémonie du passeport (...) enfin je suis arrivé à *Santa Croce*”.

Prima di vedere l'interno della basilica, Stendhal è animato da particolari sentimenti, da uno stato d'animo che sembra svolgere una funzione propedeutica, preparatoria a quanto gli accadrà successivamente. L'emotività appare già attivata, sollecitata.

Stendhal prosegue la narrazione del suo viaggio artistico, descrivendo ciò che va scoprendo all'interno di Santa Croce: "Là, a droite de la porte, est la porte de Michel-Ange, plus loin voilà le tombeau d'Alfieri par Canova: je reconnais cette grande figure de l'Italie. J'ai aperçus ensuite le tombeau de Machiavel; et vis-à-vis de Michel-Ange repose Galilée. Quels hommes! Et la Toscane pourrait y joindre le Dante, Boccace et Pétrarque. Quelle étonnante réunion! Mon émotion est si profonde, quelle va presque jusqu'à la piété. Le sombre religieux de cette église, son toit en simple charpente, sa façade non terminée, tout cela par vivre dans mon âme (...) les Sibylles du Volterano m'ont donné peut-être le plus vif plaisir que la peinture m'ait jamais fait. J'étais déjà dans une sorte d'extase, par l'idée d'être à Florence, et le voisinage de grands hommes dont je venais de voir les tombeaux".

Stendhal vive un crescendo di emozioni nell'ammirare le opere fiorentine e nel trovarsi in un contesto che richiama intensamente le memorie di grandi personaggi dell'arte e della cultura: "Absorbé dans la contemplation de la beauté sublime, je la voyais de près, je la touchais pour ainsi dire. J'étais arrivé à ce point d'émotion où se rencontrent les sensations célestes données par les Beaux Arts et les sentiments passionnés. En sortant de *Santa Croce*, j'avais un battement de cœur, la vie était épuisée chez moi, je marchais avec la crainte de tomber. Je me suis assis sur l'un de bancs de la place de Santa Croce; j'ai relu avec délices *des* vers du Foscolo (...) j'avais besoin de la voix d'un ami partageant mon émotion (...) Le surlendemain, le souvenir de ce que j'avais senti m'a donné une idée impertinente: il vaut mieux, pour le bonheur, me disais-je, avoir le cœur ainsi fait que le cordon bleu".

Stendhal rimane profondamente turbato da quanto osserva; il contesto artistico e storico lo coinvolge al punto da avvertire un senso di malessere, la necessità impellente di riposarsi, di ritrovare le parole poetiche di un passo *De' Sepolcri*, la "voix d'un ami", per ricomporsi e riacquistare la calma, l'armonia dei sentimenti.

Il giorno successivo continua il suo viaggio fiorentino, apprezzando altre importanti opere artistiche; visita la Chiesa del Carmine e quella di San Lorenzo: "Sorti de San Lorenzo, j'errais au hazard dans les rues, je considérais, dans mon émotion muette et profonde (les yeux très ouverts et ne pouvant parler)..." (Stendhal<sup>1</sup> 1826, pp. 99-105).

L'immergersi, soprattutto se per lungo tempo, nel mondo dell'arte, nei suoi richiami emotivi e mnemonici determina in alcuni individui turbamento, inquietudine; il confronto con dipinti e sculture, con le loro atmosfere emotive, mette in crisi, coinvolge le memorie affettive, ma può rappresentare un'occasione per scoprire e comprendere più approfonditamente ciò che proviamo e chi siamo.

Sigmund Freud racconta dei suoi viaggi, fra i quali molti in Italia, delle emozioni provate. Nel 1897 visita il Duomo di Orvieto ed è fortemente impressionato dagli affreschi raffiguranti il *Giudizio Universale* di Luca Signorelli - il cui nome, in particolare la sua dimenticanza, viene a rappresentare per Freud un tema di approfondita analisi, pubblicata quattro anni dopo in *Psicopatologia della vita quotidiana* e che rileva indirettamente l'importanza di quella esperienza: "Nell'esempio da me scelto per l'analisi nel 1898, invano io mi ero sforzato di ricordare il nome di quel pittore che nel Duomo di Orvieto aveva creato i grandiosi affreschi del ciclo della fine del mondo. In luogo del nome cercato, *Signorelli*, mi venivano alla mente con insistenza due altri nomi di pittori" (Freud 1901). Gli affreschi lo emozionano per quell'intrecciarsi della polarità fra vita e morte, amore e odio, quel modo di mettere a nudo - non solo artisticamente - gli esseri umani di fronte agli eterni problemi esistenziali (Novelletto 1969). Del soggiorno a Firenze scrive: "Stupendo, uno spettacolo mozzafiato, troppo per una persona, domani di più (...) è proprio un incanto. Le meraviglie sono tutte in giro per strada (...) Si nuota nell'arte (...) i monumenti si trovano a mezze dozzine per strada, le reminiscenze storiche pullulano in tal numero che non si riesce più a distinguerle" (Tögel 2002). Una settimana dopo il ritorno dalla città eterna lo studioso viennese scrive all'amico Fliess:

---

<sup>1</sup> Pseudonimo di Marie-Henri Beyle (1783-1842)  
TURISMO E PSICOLOGIA, 8 (2), 2015

“E’ stata per me un’esperienza sconvolgente e, come sai, l’appagamento di un desiderio a lungo accarezzato... ho contemplato indisturbato l’antica Roma (mi sarei inginocchiato in adorazione davanti all’umile e mutilato tempio di Minerva)” (Masson 1986). E in seguito alla visita al *Mosé* di Michelangelo, annota: “Nel settembre 1913, durante tre solitarie settimane, ho sostato ogni giorno davanti alla statua” (Tögel 2002).

Nella pinacoteca di Dresda rimane particolarmente colpito da un dipinto di Tiziano: “Peraltro l’unico quadro che realmente mi ha entusiasmato è il *Cristo della moneta* di Tiziano (...) Un volto umano tutt’altro che bello, ma pieno di serietà, sincerità, profondità, un dolce pacato distacco eppure una profonda passione: se in questo quadro non c’è tutto questo, la fisiognomica non esiste. Avrei voluto portar via quel quadro, ma c’era troppa gente intorno (...) Così me ne andai con il cuore in tumulto” (Gombrich 1967).

Nei suoi viaggi, italiani e europei, Freud invia a familiari ed amici numerose cartoline e lettere; ne affiora l’immagine di un uomo poetico, ironico, curioso, allegro, entusiasta, sensibile al fascino femminile, sempre incline allo stupore davanti agli spettacoli naturali e artistici (Cesa-Bianchi, Porro e Cristini 2009).

L’arte può suscitare vari stati d’animo: dalla meraviglia alla commozione, da una sensazione di piacere e benessere ad un’altra di inquietudine e tristezza; l’arte figurativa, come quella musicale, è in grado di coprire l’intera gamma dei nostri sentimenti; talvolta innesca situazioni di indisposizione, di sofferenza emotive.

La Magherini (1989) descrive numerosi casi di turisti stranieri che hanno presentato momenti di crisi, stati di disagio, di malessere, di abbandono nel corso di una visita in una città d’arte. Diversi sono i sintomi lamentati: oppressione cardiaca o tachicardia, iperidrosi, astenia, vertigini, senso di svenimento e di estraniamento, agitazione, temporanea perdita di identità, panico, confusione, disorientamento.

Sono numerosi i fattori che possono influenzare e determinare la sindrome di Stendhal (o sindrome di Firenze o sindrome del viaggiatore): il viaggio turistico riflette spesso anche un viaggio interiore, un’avventura emotiva che il contesto artistico può mobilitare e intensificare; la visione di svariate opere d’arte rischia di indurre in alcune persone un affaticamento percettivo ed una sorta di saturazione, di ‘down-regulation’ emotiva; il turista-viaggiatore si sposta, nello stesso giorno e per più giorni consecutivi, da un luogo all’altro della città per visitare musei, gallerie, monumenti, piazze, architetture e ciò frequentemente comporta anche una fatica fisica; un tipo di personalità - sensibile o fragile - può incontrare difficoltà nell’affrontare i cambiamenti ed attivare le strategie di adattamento che un viaggio artistico comporta; il nuovo contesto è in grado, per associazione, di richiamare memorie di pregresse esperienze negative, non elaborate.

La sindrome di Stendhal riflette in modo esasperato ciò che l’arte induce nell’animo umano, attraverso i sentimenti profondi di chi l’ha generata, risuonando in ognuno in varia maniera, in rapporto alla condizione contingente, alle esperienze vissute, al sistema ed all’architettura del proprio mondo interiore, delle sue matrici emozionali.

## Conclusioni

L’emotività esercita un’importante influenza sulle capacità di adattamento, di resilienza. L’esigenza di vivere ed esprimere la propria affettività, la necessità di amare e di sentirsi amati trascendono condizioni ed età. La qualità della vita, la prevalenza di vissuti positivi o negativi varia in funzione dell’ambiente di appartenenza.

Le emozioni ci accompagnano per tutta la vita; la gioia o la tristezza di un bambino o di un vecchio, di una persona sana o malata, più o meno autosufficiente, non sono diverse nella sostanza, nei loro significati e tendono frequentemente a riconoscere le medesime ragioni del loro attivarsi, esprimersi e svilupparsi.

Il modo di manifestare la propria emotività ne riflette forza o fragilità. In molte relazioni gli aspetti emotivi vengono accantonati, come se fosse sconveniente parlarne, oppure si esternano pubblicamente, in maniera disinvolta, come ad ottenerne un consenso, una validazione sociale; in

entrambi i modi non si rende merito, valore ai loro significati, alla loro crescita. Gli affetti costituiscono di frequente i motivi oppure l'espressione di una condizione di benessere o di disagio. Le emozioni possono 'ammalarsi', ma si può anche trovare una cura che richiede a volte tempi lunghi, soprattutto quando sono coinvolti gli stati affettivi più profondi. Ad esempio, nelle forme di declino cognitivo la stimolazione, la rievocazione di ricordi fa riemergere contenuti emozionali, da valorizzare, rieducare, sostenere (Feil 1993; Bruce, Hodgson e Schweitzer 1999; Ploton 2001, 2010). Soprattutto nelle patologie, nelle sofferenze più gravi sono le reazioni, le condizioni emotive a scandire tempi e modalità relazionali, parole e silenzi, interventi e cure. L'esperienza turistica è spesso in grado di attivare aspettative, emozioni, memorie, ispirazioni, atteggiamenti creativi. Viaggiando accade di imparare; si dispone la mente, cognitiva ed emotiva, alla curiosità, al confronto con esperienze nuove, a possibili cambiamenti positivi. E' necessario coltivare, curare gli affetti; essi richiedono attenzione, sensibilità, empatia, preparazione da parte di educatori e professionisti della salute. Le emozioni possono comparire all'improvviso, come nella Sindrome di Stendhal, ma non si improvvisa la loro formazione, il loro sviluppo; la dinamica dei sentimenti si apprende, si segue, si trasmette, un giorno dopo l'altro. Le emozioni si educano, si 'curano' ancora prima di nascere e si continua a farlo sul finire di una vita. Scriveva Decimo Giunio Giovenale (*Satire*, V, 15): "La natura, dando le lacrime al genere umano, attesta di averlo fornito anche di un cuore facile alla commozione. Questa è la parte migliore della nostra coscienza".

#### BIBLIOGRAFIA

- Arnold, M.B. (1960). *Emotion and Personality*. New York: Columbia University Press.
- Borgna, E. (2009). *Le emozioni ferite*. Milano: Feltrinelli.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*, vol. 1, *Attachment*, New York: Basic Books. Trad. It. Attaccamento e perdita, vol. 1, *L'attaccamento alla madre*. Torino: Boringhieri, 1972.
- Bruce, E., Hodgson, S. & Schweitzer, P. (1999). *Reminiscing with people with dementia: A Handbook for Carers*, London: Age Exchange. Trad. It. I ricordi che curano. Pratiche di reminiscenza nella malattia di Alzheimer. Milano: Raffaello Cortina, 2003.
- Cesa-Bianchi, M. (1998). *Giovani per sempre? L'arte di invecchiare*. Roma: Laterza.
- Cesa-Bianchi, M. (1999). *Cultura e condizione anziana*. Vita e Pensiero, Rivista Culturale dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, 3: 273-286.
- Cesa-Bianchi, M. (2000). *Psicologia dell'invecchiamento*. Roma: Carocci.
- Cesa-Bianchi, M. (2002). *Comunicazione, creatività, invecchiamento*, Ricerche di Psicologia, 3, 25: 175-188.
- Cesa-Bianchi, M. (2006). *Lectio*, in *Laurea honoris causa in Scienze della Comunicazione*. Napoli: Università degli Studi Suor Orsola Benincasa.
- Cesa-Bianchi, M. & Cristini, C. (2009). *Vecchio sarà lei! Muoversi, pensare, comunicare*. Guida, Napoli.
- Cesa-Bianchi, M., Porro, A. & Cristini, C. (2009). *Sulle tracce della psicologia italiana. Storia e autobiografia*. Milano: FrancoAngeli.
- Cesa-Bianchi, M. (2012). *Sempre in anticipo sul mio futuro. Auto-biografia [...]*, a cura di E. Mancino. Napoli: Guida.
- Cesa-Bianchi, M. & Cristini, C. (2014). *Come invecchiare. Dalla psicologia generale alla psicogerontologia*. Aracne, Roma.
- Damasio, A.R. (1994). *Descartes' Error. Emotion, Reason and the Human Brain*, New York: Grosset/Putnam. Trad. It. *L'errore di Cartesio. Emozione, ragione e cervello umano*. Milano: Adelphi, 1995.
- Damasio, A.R. (2010). *Self Comes to Mind: Constructing the Conscious Brain*. New York:



- Pantheon Books. Trad. It. Il sé viene alla mente. La costruzione del cervello cosciente. Milano: Adelphi, 2012.
- Feil, N. (1993). *The Validation Breakthrough*. Baltimore: Health Promotions Press. Trad. It. Il metodo Validation. Una nuova terapia per aiutare gli anziani disorientati. Milano: Sperling & Kupfer, 1996.
- Ferro, A. (2007). *Evitare le emozioni, vivere le emozioni*. Milano: Raffaello Cortina.
- Freud, S. (1901). Psicopatologia della vita quotidiana. Dimenticanza di nomi propri, in *Opere*, vol. 4. Torino: Boringhieri, 1970.
- Freud, S. (1922). L'Io e l'Es, in *Opere*, vol. IX. Torino: Boringhieri, 1977.
- Gerrig, R.J., Zimbardo, P.G. & Anolli, L.M. (2010). *Psychology and life*, New York: Pearson Education Inc. Trad. It. *Introduzione alla psicologia generale. Un approccio didattico*. Milano-Torino: Pearson Italia, 2013.
- Gombrich, E.H. (1967). *Freud e la psicologia dell'arte. Stile, forma e struttura alla luce della psicanalisi*. Torino: Einaudi.
- Hillman, J. (1999). *The force of character and the lasting life*. New York: Ballantine Books. Trad. It. *La forza del carattere*. Milano: Adelphi, 2000.
- Kandel, E.R. (2012). *The age of insight. The quest to understand the unconscious in art, mind, and brain, from Vienna 1900 to the present*. Trad. It. *L'età dell'inconscio. Arte, mente e cervello dalla grande Vienna ai nostri giorni*. Milano: Raffaello Cortina, 2012.
- LeDoux, J. (2002). *Synaptic Self: how our brains become who we are*, New York: Viking Peguin. Trad. It. *Il Sé sinaptico. Come il nostro cervello ci fa diventare quelli che siamo*. Milano: Raffaello Cortina, 2002.
- Magherini, G. (1989). *La sindrome di Stendhal*. Milano: Ponte alle Grazie.
- Masson, J.M. (a cura di) (1986). *Sigmund Freud. Lettere a Wilhelm Fliess (1887-1904)*. Torino: Boringhieri.
- Novelletto, A. (1969). Freud e l'Italia, *Psiche*, Bollettino dell'Istituto di Psicoanalisi di Roma, 3-31.
- Ploton, L. (2001). *La personne âgée, son accompagnement médicale et psychologique et la question de la démence*. Lyon: Chronique Sociale. Trad. It. *La persona anziana. L'intervento medico e psicologico. I problemi delle demenze*. Milano: Raffaello Cortina.
- Ploton, L. (2010). *Ce que nous enseignent les malades d'Alzheimer*. Lyon : Editions Chronique Sociale.
- Schore, A.N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*, New York-London: W.W. Norton & Company. Trad. It. *La regolazione degli affetti e la riparazione del sé*. Roma : Astrolabio, 2008.
- Siegel, D.J. (1999). *The developing Mind*, New York: The Guilford Press Inc and Mark Peterson. Trad. It. *La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza interpersonale*. Milano: Raffaello Cortina, 2001.
- Solms, M. & Turnbull, O. (2002). *The Brain and the Inner World. An Introduction to the Neuroscience of Subjective Experience*. New York: Other Press. Trad. It. *Il cervello e il mondo interno. Introduzione alle neuroscienze dell'esperienza soggettiva*. Milano: Raffaello Cortina, 2004.
- Stendhal (1826). *Rome, Naples et Florence, tome II*. Paris : Editions Delaunay.
- Tögel, C. (a cura di) (2002). *Sigmund Freud. Unser Herz zeigt nach dem Süden. Reisebriefe 1895-1923*. Berlin: Aufbau-Verlag. Trad. It. *Sigmund Freud. Il nostro cuore volge al Sud. Lettere di viaggio soprattutto dall'Italia (1895-1923)*. Milano: Saggi Bompiani, 2003.