

Luigi Rossi

ASPETTI DELLA RELAZIONE EMOZIONALE

Tra le tante forme di relazione interpersonale che gli individui umani possono intrecciare tra loro, appare particolarmente significativa la relazione emozionale, soprattutto quando essa viene vissuta a livello di coinvolgimento personale profondo.

In realtà, tale relazione può essere considerata sotto vari aspetti e profili, che ne caratterizzano, rispettivamente, la tipologia, la profondità e lo stile e ne interessano altresì l'evoluzione e gli esiti.

Infatti, alla relazione emozionale si giunge sulla base di esigenze universali e individuali degli esseri umani, al seguito di un percorso che si articola in passaggi e momenti tutti segnati da un coefficiente più o meno marcato, ma sempre presente, di libera autodeterminazione.

Se la relazionalità si palesa bisogno umano universale, indispensabile al superamento di una lacuna esistenziale percepita come incompatibile con l'aspirazione alla completezza, è nella concreta contestualità del suo vivere che il singolo essere umano ricerca l'integrazione della sua particolare privazione. Che sia poi il disegno divino, il richiamo della socialità o anche la pulsionalità della sua natura a spingerlo in tale direzione è questione certamente interessante da sondare nelle sue possibili direzioni ermeneutiche, ma ciò non inficia o muta il dato della quotidiana evidenza.

Quanto alle tipologie, una volta distinte, all'interno delle relazioni emozionali, quelle amicali da quelle amorose, non è irrilevante accennare alle sottodistinzioni che ciascuna di esse comporta e la molteplicità di livelli a cui possono venire intese e praticate. Ci sono, infatti, sia amicizie occasionali e di superficie, che amicizie solide e profonde, come pure vari modelli di legami amorosi, differenziati dalla presenza/assenza e dalla tipicità dell'aspetto sessuale, e vissuti a gradi di profondità diversi e sulla base di stili inconfondibili. Al riguardo, le tassonomie non mancano, da quella più semplice tra «amore passionale» e «amore solidale» alla più complessa «teoria triangolare» che prevede sette modelli sulla base delle possibili variazioni della combinazione tra «passione», «intimità» e «impegno». Anche gli «stili amorosi», dipendenti dalla teoria implicita dell'amore che ciascun individuo possiede a livello subconscio, possono venire catalogati secondo modalità che vanno, a seconda del tipo di coinvolgimento previsto, dall'*eros* al *ludus*, dalla *storghé* al *pragma*, dalla *manía* all'*agápe*.

Se tutte le relazioni interpersonali implicano dei «costi» – cognitivi, affettivi, esistenziali, sociali e anche economici –, a più forte ragione ciò vale per le relazioni emozionali profonde, nelle quali l'interesse personale è talmente coinvolto da mettere in gioco quella che possiamo considerare la radice ultima del singolo essere umano, la sua unicità esistenziale: le relazioni emozionali profonde, infatti, toccano il punto metafisico sul quale si innestano e da cui attingono la loro linfa le corde del sentimento.

Va anzitutto osservato come l'emozione profonda non può presentarsi o trovare spazio in assenza della relazione interpersonale, di cui è una variazione peculiare, e difficilmente può essere assimilata a forme di socialità che prevedano la moltiplicazione dei partner al di là della diade, soprattutto nel caso del rapporto amoroso.

L'amore profondo, tuttavia, non va inteso alla stregua di un evento senza premesse e senza storia, anche se tale a volte può apparire per la percezione soggettiva dell'immediatezza del suo insorgere, giacché alla sua manifestazione compiuta si giunge attraverso un processo che, partendo da una sollecitazione esistenziale di carenza e dunque da un bisogno di compiutezza e appagamento, inizialmente procede, attraverso l'approfondimento di fattori di attrazione della più varia origine, alla individuazione e selezione del partner con cui approfondire i contatti. Dopo una fase, a volte anche minimale, di reciproco avvicinamento, durante la quale ciascuno dei partner tende a fornire con l'ausilio di forme varie di recitazione teatrale l'esibizione seduttiva del proprio sé e si invischia nella relazione con l'altro nelle proiezioni della sua immaginazione, l'esplorazione della reciprocità prende forma in una apertura progressiva e non sempre diretta che consenta all'altro di ridurre senza timori le distanze psicologiche, rendendo plausibile la praticabilità, in interdipendenza cognitiva e affettiva, della negoziazione di progetti comuni e del senso stesso della realtà o di alcuni suoi fondamentali aspetti, di modo che si possa

passare alla pratica effettiva, in sintonia d'intenti e di convincimenti, della reciprocità e all'avvio della relazione amorosa.

Si tratta, in altre parole, di passare dalla propensione all'innamoramento – condizione della percezione della mancanza o del bisogno d'amore – all'innamoramento e dall'innamoramento – fase innovativa e irresistibilmente iconoclasta nella sua straordinarietà – all'amore come progetto istitutivo di un ordine relazionale, da mantenere nella sua eccezionalità soprasensibile secondo una visione condivisa del significato della relazione e della realtà tutta.

È tuttavia facile constatare come anche le relazioni emozionali profonde si estinguono, se ne vengono meno i presupposti, ovvero se si infiacchisce e langue la coscienza di relazione degli interessati, se s'incrina o si rivela illusoria l'interdipendenza cognitiva e affettiva, se la relazione comincia a essere percepita come iniqua o fortemente squilibrata da uno dei partner o da entrambi, se dileguano la fiducia e l'affidabilità, se intervengono incidenti di percorso che intrappolano la comunanza progettuale in una letale via senza sbocco. L'altro cessa di essere oggetto del desiderio, facendo precipitare l'effervescenza relativa della relazione emozionale nella scialba insignificanza di un contratto giuridico non più condiviso o di uno scambio economico non più vantaggioso, sicché il vibrare delle corde del sentimento si estenua e si spegne ovvero assume modulazioni affatto diverse che poco o nulla hanno ormai a che fare con il desiderio di una fusione-condivisione soddisfattoria del progetto di vita.

La condizione esistenziale di carenza, non più tacitata dalla reciprocità emozionale soddisfatta, si ripresenta di norma imperiosa a esprimere il suo bisogno, vuoi in forma sommessa vuoi in forma ululata, pur se talora preferisce esorcizzare l'avvento di nuove ferite nella polpa del sentimento con chiusure solipsistiche anch'esse foriere di sofferenza, che, lungi dall'espandere il senso della vita personale, lo limitano e lo coartano per scelta quasi autopunitoria.

Gioia e sofferenza, infatti, sono i due poli emozionali entro cui la vita umana è destinata a scorrere senza mai potersi attestare in via definitiva, a quel che sembra, sul punto di massima gratificazione, giacché la felicità, l'amore e tutti i sentimenti che sollevano l'esistenza umana al di sopra del piano della mera fattualità sono costitutivamente effimeri e, per così dire, di durata inversamente proporzionale alla loro intensità. L'ampiezza e la durata di queste oscillazioni emozionali tra un polo e l'altro non seguono, tuttavia, schemi prefissati per ciascun individuo, sicché spetta a ciascuno di noi, in ultima analisi, cercare, per quanto possibile, di rallentarle a proprio vantaggio.

TESTI DI RIFERIMENTO

- L. ANOLLI, *Fondamenti di psicologia della comunicazione*, Il Mulino, Bologna, 2006
- Z. BAUMAN, *Modernità e ambivalenza*, Boringhieri, Torino, 2010
- L. CARONIA-A. H. CARON, *Crescere senza fili*, Cortina, Milano, 2010
- E. CHELI, *Teorie e tecniche della comunicazione interpersonale*, Angeli, Milano, 2004
- F. CRESPI, *Teoria dell'agire sociale*, Il Mulino, Bologna, 1999
- F. GALLUCCI, *Marketing emozionale*, Egea, Milano, 2006
- E. GOFFMAN, *Relazioni in pubblico*, Cortina, Milano, 2008
- D. GOLEMAN, *Intelligenza emotiva*, Rizzoli, Milano, 1966
- A. LAGANÀ, *Per una sociologia dell'emozionale*, Falzea, Reggio Calabria, 2009
- N. MARCUCCI-L. PINZOLO, *Strategie della relazione*, Meltemi, Roma, 2010