

IPOTESI E METODI DI STUDIO

La natura dell'amore tra oggettività e soggettività.

Una proposta di ricerca in chiave neurofenomenologica

Lucia Luciana Mosca¹, Francesco Marino¹, Fulvio Cassese², Flora Vitale¹, Salvatore Di Donna¹, Maria Zeccato¹, Daniela Costa¹

¹ SiPGI - Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Gestaltica Integrata

² SIPP - Società Italiana di Psicoterapia Psicoanalitica



Citation

Mosca L. L., Marino F., Cassese F., Vitale F., Di Donna S., Zeccato M., Costa D. (2020).
La natura dell'amore tra oggettività e soggettività.
Una proposta di ricerca in chiave neurofenomenologica
Phenomena Journal, 2, 121-128.
<https://doi.org/10.32069/pj.2020.2.81>

Direttore scientifico

Raffaele Sperandeo

Supervisore scientifico

Valeria Cioffi

Journal manager

Enrico Moretto

Contatta l'autore

Lucia Luciana Mosca
moscalucialuciana@gmail.com

Ricevuto: 11 maggio 2020
Accettato: 03 giugno 2020
Pubblicato: 05 giugno 2020

ABSTRACT

Love is an omnipresent phenomenon in the human existence, a central experience that crosses all phases of the life in different ways and it defines itself as the true infrastructure of the human being, creating a field in which the different subjectivities can be identified by growing together. However, what is love? Is it really like Platone says in the myth, a reunion with the other half lost in the world or, as Freud says, is a renunciation of a part of love for the self? But, perhaps, the most interesting and least explored question is: what are the paths of love's expression? How do we love? To try to partially answer to this question it seems to be necessary to arrive to an empirical study about love, focused on romantic love, which contemplates its complexity and that can understand the dialectic between the intrapsychic and the interpsychic elements, using study parameters that go beyond the prevalent perspective.

So, our study is based on the analysis of the subjective experience of love according to the neurophenomenological methodology.

KEYWORDS

Love, neurophenomenology, subjectivity.

ABSTRACT IN ITALIANO

L'amore è un fenomeno onnipresente e totalizzante nell'esistenza degli esseri umani, una esperienza centrale che attraversa in forme diverse tutte le fasi del ciclo di vita e, nel suo carattere di onnipresenza, esso si definisce come la vera e propria infrastruttura dell'essere creando un campo in cui le diverse soggettività possono individuarsi crescendo insieme. Ma che cos'è l'amore? È realmente come dice Platone nel mito un ricongiungimento all'altra metà dispersa per il mondo o, come dice Freud, è una rinuncia ad una parte dell'amore per il sé? Ma in realtà forse la domanda più interessante e meno esplorata è: quali sono le vie di espressione dell'amore Come amiamo? Per cercare di rispondere almeno in parte a tale interrogativo sembra necessario giungere ad uno studio empirico dell'amore focalizzato nel presente lavoro sull'amore romantico che tenga conto della sua complessità e che sappia cogliere la dialettica tra gli elementi intrapsichici e quelli interpsichici, utilizzando parametri di studio che esulino dalle considerazioni puramente strumentali che finora hanno avuto spazio in questo campo. In questo senso il nostro studio si basa sull'analisi dell'esperienza soggettiva dell'amore secondo la metodologia neurofenomenologica.

PAROLE CHIAVE

Amore, neurofenomenologia, soggettività.



Attribution-NonCommercial 4.0
International (CC BY-NC 4.0)

1. Introduzione

L'amore è un fenomeno onnipresente e totalizzante nell'esistenza degli esseri umani: è in questo senso una esperienza centrale che attraversa in forme diverse tutte le fasi del ciclo di vita e coinvolge la persona per intero. Noi tutti abbiamo assunto da Platone l'idea e il mito romantico dell'amore come ricongiungimento con un'altra metà da cui siamo stati originariamente separati e, pertanto, sembra che ci muoviamo nel mondo alla ricerca della "metà della mela" senza che la nostra volontà o consapevolezza possa in alcun modo interferire sul coinvolgimento emotivo. Inoltre il pensiero greco ha tripartito i legami affettivi in distinte tipologie di amore: l'*eros*, cioè l'attrazione sessuale, personificato nella divinità armata di arco e frecce alla ricerca di "vittime" da colpire; la *filia*, cioè l'affetto indiscriminato e illimitato per tutto ciò che è intorno agli uomini (relativo alle persone con la filantropia; alle cose con la bibliofilia; al pensiero astratto con la filosofia); e infine *stergo*, cioè il legame di amore alla base dei rapporti familiari. Ogni esperienza di amore autentico miscela e riassume questi aspetti in varie proporzioni, e questa tripartizione fa intendere immediatamente la complessità del fenomeno [1]. Difatti l'amore è da considerarsi quale costrutto ampio e complesso che in quanto tale ha da sempre suscitato l'interesse di svariate discipline quali la filosofia, la neurobiologia, la sociologia e la psicologia; ognuna di esse ha cercato, con metodi differenti, di descrivere e di comprendere quali fossero i meccanismi che si attivano nel momento in cui ci si innamora e si crea un legame. Qualsiasi risultato, concordanti o discordanti, queste discipline abbiano potuto raggiungere resta costante l'idea di fondo dell'amore quale forza positiva perché creatrice di legami tra gli esseri umani, anche molto profondi e duraturi, e svolgente funzioni importanti [2]. Esso, ad esempio, stabilisce un corretto equilibrio tra due ruoli, intesi nel loro senso di insieme di comportamenti attesi e di aspettative circa essi, del tutto interscambiabili a seconda del momento; il primo di essi è definibile come "forte" e l'altro "debole" ed ha il compito di sorreggere l'altro nei suoi momenti di abbandono, spronandolo a dare il meglio di sé e ad essere sé stesso. Questa possibilità di sperimentarsi alternativamente in questi due ruoli, che idealmente si rifanno alla dicotomia tipica del vivere umano individuata da Fromm nella modalità dell'aver e nella modalità dell'essere [3], consente immediatamente l'annullamento della differenza tra di essi e conferisce la possibilità all'uno e all'altro di essere amato per ciò che è e non per ciò che dovrebbe essere.

È evidente che nel suo carattere di onnipresenza e pregnanza nelle vite degli esseri umani (e viventi in generale) l'amore si definisce come la vera e propria infrastruttura dell'essere perché va ad unire i molteplici destini con l'individualità esistenziale, creando un vero e proprio campo in cui le diverse soggettività possono individuarsi crescendo insieme. Infatti, se è veritiero che il significato si costruisce quando più soggettività interagiscono, il significato esistenziale di ogni soggetto ha bisogno di essere riconosciuto da una persona a cui donarsi totalmente e con cui comunicare pienamente: il bambino ha un bisogno istintivo e necessario delle carezze del *care-giver* materno, di sentire il suo corpo accanto al proprio, ed ecco allora che piangere,

ridere, guardare, indicare sono espressioni di un corpo che cerca sin dagli albori una reciprocità e una corrispondenza per dare un senso al proprio mondo [4]. Amare, da questo punto di vista, equivale a esistere: *ex-sistere*, dal latino, significa “situarsi fuori” “vivere fuori da” se stessi tendere verso l'altro. L'essere umano per ritrovare sé stesso non può che uscire da sé incontrare l'altro diventare altro da sé [*Ibid*]... e al contempo non rischiare di sacrificare la sua individualità per divenire come l'Altro!

Allora cos'è l'amore? È realmente come dice Platone nel mito un ricongiungimento all'altra metà dispersa per il mondo o, come dice Freud, è una rinuncia ad una parte dell'amore per il sé [5] Ma in realtà, forse la domanda più interessante e meno esplorata è: quali sono le vie di espressione dell'amore. *Come* amiamo?

2. Evidenze della letteratura

Gli studi compiuti fino ad oggi su questa tematica, grazie anche alle numerose scoperte in ambito neurofisiologico, sembrano essersi concentrati principalmente nell'indagare i correlati neuronali degli stati affettivi e nel caso specifico dell'amore. In seguito allo sviluppo delle tecnologie di neuroimaging difatti, si è tentato di affrontare l'argomento collegandolo al suo substrato biologico: diversi ricercatori hanno contribuito a identificare le specifiche aree cerebrali e i relativi neurotrasmettitori implicati nel vissuto amoroso con l'obiettivo di sviluppare una prospettiva che potesse essere più “oggettiva” possibile. Si è cercato cioè di passare da una prospettiva di studio in prima persona ad una in terza persona, nella speranza di poter tendere verso una visuale “universalizzante”.

Si situano all'interno di questo filone di ricerca gli studi di Semir Zeki [6], neurobiologo dell'University College di Londra, che hanno portato alla scoperta delle aree del cervello coinvolte in questo sentimento; queste ultime sono sia corticali (l'insula mediana il giro del cingolo anteriore e l'ippocampo) e sottocorticali (parte dello striato e probabilmente anche il nucleus accumbens); regioni cerebrali che fanno parte del “cosiddetto cervello emozionale, coinvolto a sua volta nel sistema della ricompensa” [7].

Anche lo studio condotto da Walum & Young [8], ha indagato i meccanismi neuronali che sottendono nello specifico alla formazione del legame di coppia. Quest'ultimo secondo gli autori sarebbe il risultato di processi di plasticità sinaptica, a sua volta regolati dall'attivazione di numerosi neuromodulatori come l'ossitocina la vasopressina e la dopamina [9]. La plasticità sinaptica è quella capacità del sistema nervoso di modificare la potenza delle sinapsi, di crearne ex novo o di eliminare quelle inutilizzate. Questo permette al sistema nervoso di modificare struttura e funzionalità in stretta relazione agli eventi sperimentati dalla persona.

In ambito neuropsicologico è stato da tempo messo in evidenza che nel cervello esistono regioni e vie dedicate all'amore tra due individui (l'amore romantico), e tra una madre e il proprio bambino (l'amore materno) che, pur essendo differenti, coincidono in gran parte e garantiscono la conservazione della specie attraverso la for-

mazione di legami stabili [10].

A nostro avviso, però, sembra che in questi studi si giunga ad un punto cieco che, in accordo con quanto sostenuto dal filosofo della scienza Bitbol [11], accomuna anche altri domini scientifici, quali la biologia evuzionista o addirittura la fisica: come coniugare il variabile e il costante, il singolare e l'universale Soprattutto nel caso dell'amore non si può non considerare quanto l'esperienza di tale sentimento sia vissuta in prima persona e tuttavia, per fare scienza bisogna cercare delle invarianti che vadano al di là dell'idiosincratico della peculiarità delle singole esistenze: *come si può, allora, essere "scientifici" senza perdere l'irrinunciabile ricchezza delle esperienze vissute in quanto esseri coscienti?* [12].

Ci sembra cioè necessario giungere ad uno studio approfondito dell'amore circoscrivendo nello specifico la nostra attenzione all'amore romantico che tenga conto della sua complessità e che sappia cogliere la dialettica tra gli elementi intrapsichici e quelli intersichici [13]. A tal fine sembra che l'approccio neurofenomenologico sia la cornice teorica di riferimento che possa offrire la metodologia e gli strumenti adatti per il conseguimento di tale obiettivo. Esso infatti si propone di coniugare la tradizione husserliana, focalizzata sulle modalità che consentono l'esperienza soggettiva con le moderne neuroscienze e le tecniche di neuroimaging, che danno la possibilità di identificare le differenti aree cerebrali corrispondenti alle diverse descrizioni fenomenologiche [14].

3. Ipotesi di studio

Sappiamo che le ricerche finora condotte si sono prevalentemente focalizzate sull'utilizzo di strumentazioni tecnologiche volte alla registrazione dell'attivazione delle specifiche aree cerebrali in seguito alla visione di uno stimolo emotivamente significativo (come il volto della persona amata) in contrapposizione ad uno stimolo neutro. Ciò ha condotto ad una lettura in terza persona dei risultati, senza che fosse previsto un confronto tra la percezione dell'esperienza e l'esperienza stessa.

Anziché capire chi o cosa, noi ci proponiamo di esplorare *come* il soggetto percepisce le sue emozioni amorose attraverso il riconoscimento di esse nell'ambito di un'ottica fenomenologica e sperimentandole in prima e in terza persona.

È necessario allora che il soggetto della sperimentazione, come lo sperimentatore, sia posto in una condizione che gli faccia esperire il senso dell'amore soggettivamente in modo che tale esperienza, spogliata dai giudizi (epoché) e tesa a una riflessione focalizzata sulla percezione nel corso dell'esperienza vissuta (riduzione fenomenologica), possa determinare delle costanti, degli elementi trasversali e essenziali dell'esperienza amorosa (variazione eidetica) coadiuvata dal confronto con altri soggetti (corroborazione intersoggettiva) [15]. La sperimentazione di tali costanti si ipotizza possa essere una dimensione dell'esperienza amorosa che varia al variare dell'età anagrafica dei soggetti.

4. Riferimenti epistemologici del modello

4.1 Fenomenologia

Il modello teorico cui si ispira la presente trattazione è dunque quello della fenomenologia, un approccio di stampo filosofico che ha avuto origine da Husserl nel XX secolo. Presupposto essenziale della fenomenologia è porre lo sguardo sull'elemento d'indagine senza prendere in considerazione quesiti trascendenti che possano allontanare dall'esperienza: il focus è sulla prospettiva in prima persona e l'esperienza viene concepita come una vera e propria struttura intenzionale, intenzionalità riconosciuta come attributo persistente della coscienza. La fenomenologia ha come scopo principale quello di fornire una cognizione e una rappresentazione della configurazione esperienziale della vita sia mentale che corporea, e non quello di produrre una spiegazione naturalistica della coscienza. Nella visione della fenomenologia, il fenomeno della percezione non si configura quale pura ricezione di informazioni, ma comprende un'interpretazione che è sempre relativa ad un contesto: l'esperienza del percepito è compresa all'interno di contesti sia sociali che culturali e la formazione del soggetto percettivo è parte degli stessi oggetti ed eventi. La struttura intenzionale della percezione consente fenomenologicamente di esplorare anche lo spazio, poiché la percezione risulta inevitabilmente incompleta in relazione ad un oggetto (fenomeno dell'incompletezza prospettica).

Dunque l'interesse è volto a cogliere come si mostrano gli elementi in quanto correlati della nostra esperienza e quindi l'indagine fenomenologica della coscienza non ha l'obiettivo di fornirle una collocazione all'interno di un riferimento materialistico o naturalistico stabilito a priori. Il processo di riflessione fenomenologico ha lo scopo essenziale di narrare il mondo e la modalità con cui esso appare; lo esamina quindi dalla prospettiva della "prima persona". La fenomenologia ingloba questa posizione come quota del suo stesso oggetto di indagine ma non si interessa né di dati esclusivamente individuali e né di processi psicologici; si interessa della possibilità e della configurazione dell'essere fenomenico, del quale desidera cercare di conoscere le strutture basilari [16]. Ma come si collegano gli aspetti fenomenologici dell'esperienza soggettiva con dei correlati neuro scientifici?

4.2 Neurofenomenologia

Francisco Varela [17] con la neurofenomenologia ha per primo tracciato un "metodo rigoroso e una pragmatica esplicita" per l'esplorazione e l'analisi dell'esperienza umana quale "campo irriducibile di fenomeni" associato all'altrettanto irriducibile campo dei fenomeni cognitivi e mentali stabiliti dalle scienze cognitive. La neurofenomenologia integra i seguenti elementi: 1) l'analisi fenomenologica dell'esperienza soggettiva 2) la teoria dei sistemi dinamici 3) la sperimentazione empirica dei sistemi biologici. La neurofenomenologia ci permette di identificare categorie descrittive, convalidate intersoggettivamente e scientificamente, utilizzate sia per spiegare che per comprendere le misurazioni oggettive del comportamento e dell'attività neurale.

5. Metodologia

La nostra metodologia si ispira direttamente ai principi dell'analisi fenomenologica e neurofenomenologica, le quali hanno la finalità di giungere alla conoscenza dei fenomeni attraverso l'assunzione di un atteggiamento il più possibile libero da pregiudizi che in genere finiscono con l'attribuire aprioristicamente dei significati all'esperienza.

I principi su cui si fonda questa metodologia di indagine sono:

- Epoché
- Riduzione fenomenologica
- Variazione eidetica
- Corroborazione intersoggettiva

L'epoché consiste nel sospendere e neutralizzare ogni atteggiamento che implica un giudizio o meglio un pre-giudizio nei confronti della realtà. Richiede un'attenzione costante del ricercatore ed un impegno persistente che garantisca la sua piena attuazione.

La riduzione fenomenologica è una parte importante dell'analisi fenomenologica che consiste nel cogliere le strutture fondamentali – stabili dell'esperienza: quelle strutture che sono intersoggettivamente accessibili e che pertanto sono facilmente sottoponibili a controllo da parte di chiunque abbia dimestichezza con la fenomenologia. La variazione eidetica consiste nell'estrarre le caratteristiche essenziali ed invarianti delle cose di cui facciamo esperienza.

Infine la corroborazione intersoggettiva è il momento finale dell'indagine fenomenologica, in cui le categorie descrittive, gli elementi essenziali ed invarianti individuati sono convalidati attraverso il confronto intersoggettivo [18].

La messa in essere dei principi appena esplicitati richiede un periodo di addestramento necessario perché ciascun soggetto possa accedere all'esperienza in modo fenomenologicamente corretto.

La procedura attraverso la quale la ricerca procederà, prevede il susseguirsi di una serie di fasi:

1. Iniziale raccolta volontaria dei soggetti di riferimento, reclutati in base ad una dichiarazione esplicita circa il loro stato "amoroso" circoscrivendo la scelta a quei soggetti che hanno una storia di amore consolidata della durata di almeno un anno. La scelta di suddetto criterio temporale viene dettata dalla necessità di superamento della fase di innamoramento cui viene idealmente riconosciuto l'estrinsecarsi proprio in tale arco di tempo. Sarà chiesto loro di scrivere un testo in cui descrivere il proprio concetto di amore e/o un episodio d'amore significativo. Verranno evidenziate le tematiche/parole chiave emerse, attraverso una analisi della frequenza delle stesse nelle diverse descrizioni.

2. Successivamente ai singoli partecipanti saranno sottoposte le audio registrazioni delle parole chiave emerse dal proprio racconto, e nel corso di suddetto ascolto verranno registrati parametri elettrofisiologici, come il tono muscolare e la variazione della frequenza cardiaca, attraverso una strumentazione elettronica apposta (Heart

Rate Variability).

3. Questa fase sarà seguita da un momento di discussione su quanto avvenuto durante l'ascolto delle parole circa le emozioni percepite e il possibile collegamento tra l'esperienza attuale e la percezione dell'esperienza originale vissuta.

4. Elaborazione delle dichiarazioni della singola persona, attraverso l'analisi qualitativa, con un confronto intersoggettivo tra i soggetti di ricerca volto ad evidenziare le tematiche comuni emerse quali elementi trasversali presenti nel costrutto in esame.

6. Risultati attesi

La ricerca potrebbe aiutarci a definire le costanti dell'esperienza amorosa presenti nella fase dell'amore consolidato; in aggiunta si potrà individuare anche come le categorie evidenziate cambino nel tempo in relazione all'età anagrafica.

7. Conclusioni

L'esplorazione del fenomeno "amore" nella sua complessità ci può consentire di trovare una nuova chiave di lettura che sia universalmente condivisibile e, al contempo sensibile alla percezione dell'esperienza soggettiva. L'amore rappresenta un aspetto importante nella vita dell'individuo al di là di ogni diversità culturale e sociale; tuttavia, può essere causa di disagio e sofferenza assumendo delle vere e proprie forme di patologia dovute a una "scissione de-umanizzante" tra sentimento e sessualità. Tra le forme attualmente studiate di "patologia dell'amore" emergono: la dipendenza affettiva l'autarchia affettiva la dipendenza dal sesso il cyber-sex. La finalità del nostro studio è quella di fornire uno strumento testistico di screening allo scopo di orientare l'intervento psicoterapeutico nella richiesta di aiuto delle persone alle prese con difficoltà nella relazione amorosa e/o con problematiche di rottura della relazione stessa.

BIBLIOGRAFIA

1. Ferrari, F. (2013). *I miti di Platone*. Bur.
2. Chalmers, D. J. (1995). Facing up to the problem of consciousness. *Journal of consciousness studies*, 2(3), 200-219.
3. Fromm, E. (1977). *Avere o essere*. Mondadori Editore, Milano.
4. Terrin, A. N. (1993). Per una fenomenologia dell'amore umano. *Credere*, 78(6), 15-28.
5. Freud, S. (2014). *On narcissism: an introduction*. Read Books Ltd.
6. Zeki, S. (2010). Splendori e miserie del cervello. *Codice, Torino. Trend: Le guide in un mondo che cambia*.
7. Bartels, A., & Zeki, S. (2000). The neural basis of romantic love. *Neuroreport*, 11(17), 3829-3834.
8. Walum, H., & Young, L. J. (2018). The neural mechanisms and circuitry of the pair bond. *Nature Reviews Neuroscience*, 19(11), 643-654.
9. Young, L. J., & Wang, Z. (2004). The neurobiology of pair bonding. *Nature neuroscience*, 7(10), 1048-1054
10. Purves, D., Augustine, G. J., Fitzpatrick, D., Hall, W. C., LaMantia, A. S., McNamara, J. O., & White, L. (2014). *Neuroscience. De Boeck, Sinauer, Sunderland, Mass*, 15-16.
11. Bitbol, M. (2008). Neurofenomenologia: una scienza che trae vantaggio dal proprio punto cieco. *Rivista di estetica*, (37), 9-20.
12. Chalmers, D. J. (1996). *The conscious mind: In search of a fundamental theory*. Oxford University Press.
13. Zeki, S. (2007). The neurobiology of love. *FEBS letters*, 581(14), 2575-2579.
14. Husserl E. (1931). *Meditazioni cartesiane*, traduzione a cura di Andrea Altobrando. Orthotes. Napoli-Salerno.
15. Gallagher, S., Zahavi, D. (2008). *La mente fenomenologica*. Traduzione di P. Pedrini. Raffaello Cortina, Milano.
16. Gallagher, S. (2003). Phenomenology and experimental design toward a phenomenologically enlightened experimental science. *Journal of consciousness studies*, 10(9-10), 85-99.
17. Varela, F. J. (1996). Neurophenomenology: A methodological remedy for the hard problem. *Journal of consciousness studies*, 3(4), 330-349.
18. Husserl, E. (2008). *La crisi delle scienze europee e la fenomenologia trascendentale* (Vol. 24). Il saggiatore.