

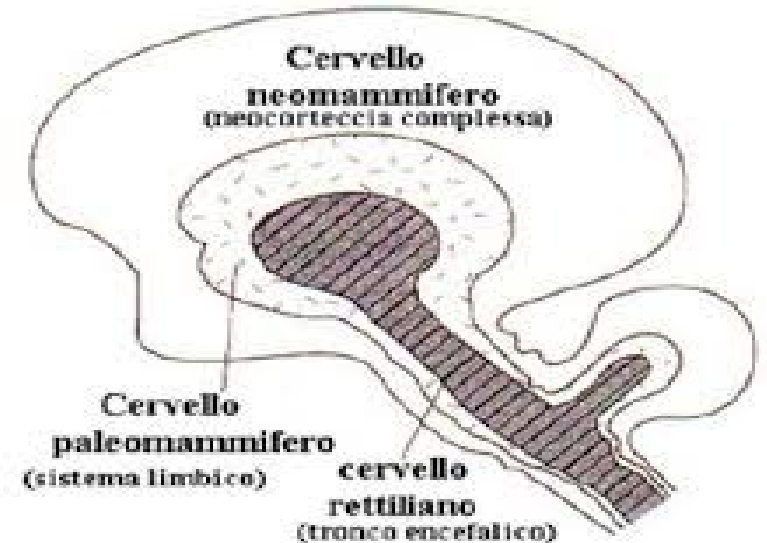
## AFFETTIVITA' ed EMOZIONI

*“Il fondamento essenziale della nostra personalità è l'affettività.  
Pensiero e azione non sono, per così dire,  
che un sintomo dell'affettività”*  
C.G. Jung

*“Occuparsi di follia, nelle sue manifestazioni più conclamate  
come in quelle più diffuse nelle interazioni quotidiane,  
è soprattutto occuparsi di affetti”*  
R. Dalle Luche, S. Bertacca

*“In realtà nessuna consapevolezza è possibile  
senza il fuoco dell'emozione e del dolore”*  
M.L. Von Franz

# Ai confini delle Emozioni



Il modello tripartito  
del cervello  
Paul D. Mc Lean,  
1970/1990

Il modello di Paul D. McLean della struttura e dell'evoluzione dell'encefalo ipotizza *tre formazioni anatomiche e funzionali principali* che si sono sovrapposte ed integrate nel corso dell'evoluzione:

- cervello rettiliano (Protorettiliano, R-complex) è deputata ai bisogni e degli istinti innati nell'uomo;
- mammaliano antico (Paleomammaliano, Sistema Limbico) coordina l'emotività dell'individuo;
- mammaliano recente (Neomammaliano) è sede delle funzioni superiori che caratterizzano l'essere umano.

Tale suddivisione è chiaramente una semplificazione in quanto piccoli centri nervosi riferibili al Sistema Limbico o al Neomammaliano possono essere trovati, come “primordi”, nei Rettili.

Accanto alle emozioni dobbiamo rispondere a *bisogni e spinte motivazionali primarie ad essi associate* (fame, sete, sonno, sesso ...) con il loro ruolo di incentivi fondamentali e urgenze incomprimibili (cervello rettilineo) a cui la sfera emotiva sembrerebbe essere in certa misura subordinata.



**DOLORE** (fisico/psichico, di derivazione fisica/psichica) non localizzato anatomicamente in precise strutture, ha il compito di proteggere il nostro organismo da eventi pericolosi per la salute o per il mantenimento della vita.

Il Sistema nocicettivo ha relazioni con altre aree cerebrali per associare ulteriori proprietà allo stimolo algico, p.es la componente motivazionale-affettiva.

Mentre l'origine del dolore può essere rintracciata nel mondo esterno o all'interno del corpo o della psiche, la percezione e la valutazione del dolore, che definiamo *sofferenza*, si origina sempre nell'Io, essendo squisitamente soggettiva e modulata da innumerevoli fattori come il grado di attenzione, la motivazione, la memoria, l'aspettativa e l'anticipazione.


“Dolore e piacere - scrive Hillman (1985) - sono essenzialmente sensazioni (sentirsi tranquillo, sentir prurito, sentirsi sfinito). Tuttavia il dolore ha una dimensione di sentimento, oltre alla semplice sensazione, in quanto è legato alla sofferenza o al dispiacere; anche il piacere ha una dimensione di sentimento (gioia, per esempio), tanto che possiamo sentirci contrariati o infelici per una punizione dolorosa o contenti per un pranzo delizioso.”

# Emozione e cognizione

**Non esiste evento interiore che non coinvolga tanto la sfera emotiva quanto l'attività razionalizzante e computativa benchè esistano momenti particolari della nostra vita nei quali un aspetto sembra prevalere sull'altro**



Lo sviluppo delle emozioni è interconnesso con lo sviluppo delle varie forme di cognizione

Lo sviluppo delle strutture cognitive vincola le forme più avanzate di regolazione emotiva e le risposte che l'ambiente fornisce alle domande emotive del bambino influenzano il suo modo di rappresentarsi la realtà e perciò le strategie di rapporto con essa 

- strette interconnessioni tra sviluppo emotivo, sviluppo cognitivo e sviluppo sociale;
- importanza alle prime relazioni del bambino con chi si prende cura di lui;
- ruolo essenziale che le emozioni svolgono nell'adattamento sociale e nella costruzione del sé;
- le emozioni nascono all'interfaccia tra soma e reale e che rappresentano, se l'individuo riesce a leggerle, delle mappe cognitive, delle spinte a esistere e dei sistemi di valori adattativi per la sopravvivenza.

## Wilfred Bion e la relazione *contenitore/contenuto*

La mente umana si sviluppa se, grazie ad un'altra mente (la funzione alfa materna), è capace di trasformare protoemozioni e protosensazioni (elementi beta nel linguaggio di Bion), il nuovo che informa su un ambiente esterno e interno in continua evoluzione, in forme di pensiero sia semiotiche/corporee sia logiche/razionali (elementi alfa), che saranno la base delle successive rappresentazioni mentali, del pensiero cosciente, dei sentimenti, dei sogni.

“La metafora contenitore/contenuto mostra che ciò che ha bisogno di essere contenuto è un'eccedenza che altrimenti romperebbe il contenitore. Togliere alle emozioni ciò che eccede la capacità dell'individuo di servirsene potrebbe essere una definizione accettabile dell'attività del pensare.” (Civitarese, 2015)

Capire/contenere non infatti è un evento puramente intellettuale, vuol dire invece dare senso all'esperienza, un senso pieno, poetico, somato-psichico, un senso umano (fatto di linguaggio) e non solo allargare l'autocoscienza che è espressione del pensiero più astratto.



**AFFETTIVITA'**: è il colorito soggettivo dei processi mentali in rapporto alla realtà vissuta, esterna ed interna (affetto, dal latino *affectus*, colpito da, a sottolineare qualcosa di esterno che determina una modificazione dello stato d'animo; gli affetti sono i *correlati naturali di una relazione con il mondo*).

Essa risulta costituita dalla triade che comprende:

- **Emozione**: stato affettivo intenso, a insorgenza e declino rapidi, legato alla presenza di stimoli esterni od interni e accompagnato da fenomeni vegetativi;
- **Sentimento**: stato affettivo più duraturo e stabile (meno intenso), più spesso legato ad esperienze mentali interne (pensiero, memoria, immaginazione...).
- **Umore**: stato affettivo di base (disposizione) che sottende il fondo su cui nascono emozioni e sentimenti che colora l'intera vita psichica del soggetto. Esempio: umore depresso > tristezza (emozione).

**UMORE** (dal lat. humor o umor -oris, der. di (h)umere “essere umido“) come tonalità di fondo dell’affettività, determina il temperamento di ciascun individuo.

- condizionato da fattori costituzionali, biologici e biografici (la somma di esperienze, apprendimenti e abitudini acquisite);
- è qualcosa di relativamente stabile, poco influenzabile dagli accadimenti di vita estemporanei e scarsamente accessibile all’esperienza,
- caratterizzato da dinamismo, ovvero da oscillazioni fisiologiche che dipendono da parametri psicobiologici, da stimoli provenienti dal mondo esterno o da contenuti del mondo interno;
- è in grado di condizionare la qualità e l’intensità dei vissuti dell’individuo, come anche le funzioni cognitive, comportamentali e volitive.

I disturbi dell’umore in psicopatologia sono delle alterazioni del tono affettivo e del comportamento, nella direzione della deflessione (condizioni depressive) o in quella dell’esaltazione (mania e nell’ipomania).

**SENTIMENTI:** costellazioni, relativamente stabili e organizzate, di emozioni che si riferiscono a un comune oggetto, *persona e più raramente cosa*, tenute insieme anche da elementi di natura cognitiva

- sono costellazioni temporanee che possono farsi e disfarsi, più facili da verbalizzare delle emozioni, perché più stabili, più generali e più astratti, con caratteristiche proprie di un costrutto mentale e culturale.
- possono essere posti a confronto l'uno con l'altro, in modo da decidere quali seguire e quali mettere da parte;
- possono essere collegati ai ricordi passati, all'immaginazione e al ragionamento,
- possono essere utilizzati come guida per il pensiero e per il comportamento, e dunque per regolare gli stati di attivazione emotiva.

**PASSIONI:** assimilate concettualmente ai sentimenti anche se si attribuisce di solito alla passione una forza maggiore e una concentrazione più esclusiva su un singolo oggetto

- condizioni psicoaffettive di ordine emotivo, appetitivo o comportamentale;
- mentre un sentimento si può definire una costellazione di emozioni, una passione appare soprattutto una costellazione di motivazioni (passioni come spinte interne), da ascrivere alla facoltà di desiderare, anche se inevitabilmente caratterizzata da uno specifico clima emotivo e ispirata ad esso;
- dal verbo latino *patior, subisco, soffro*, allude etimologicamente ad una certa passività del soggetto di fronte all'imporsi dei moti passionali, come se la passione si impadronisse di noi più di altri moti dell'animo, investendo con forza l'intera personalità e conferendo all'individuo una specifica identità, organizzandone la vita, i pensieri e i comportamenti in funzione di un oggetto desiderato o aborrito.

**EMOZIONI:** configurazioni di risposta complesse e organizzate, messe in campo dall'unità mente-corpo agli stimoli e alle sollecitazioni dell'ambiente, sia interno che esterno

- *emozioni primarie*, risposte emozionali di breve durata ad una classe limitata di eventi ambientali; radicate biologicamente, con omologhi in altri vertebrati; rappresentano una risposta automatica e istintiva agli stimoli esterni;
- *emozioni complesse* (o secondarie), episodi emozionali complessi senza effetti fisiologici stereotipati; di maggior durata e bene integrati nella cognizione centrale; possono risultare dal diverso concorso di alcune delle prime e sono più significativamente condizionate e plasmate dall'esperienza; sia sul piano filogenetico che ontogenetico compaiono quando viene acquisita la capacità di formare connessioni tra categorie di oggetti e situazioni ed emozioni primarie; dipendono da processi valutativi legati ad aspetti situazionali, all'interazione sociale e alla cultura di appartenenza; sono considerate alla base di quei processi cognitivi consci che vengono comunemente definiti "sentimenti".

Le emozioni sono state selezionate nel corso dell'evoluzione per favorire l'adattamento dell'organismo all'ambiente.

Ogni emozione configura un processo dinamico che determina cambiamenti a tre differenti livelli:

- livello fisiologico: alterazioni neurali, ormonali, viscerali e muscolari (alterazioni della frequenza cardiaca e respiratoria, della pressione sanguigna, della conduttività elettrica della pelle, delle secrezioni, dei processi digestivi, ecc.);
- livello comportamentale: risposte motorie strumentali (attaccare, fuggire, gridare, ecc.) e risposte motorie espressive (alterazioni della mimica facciale, dei gesti, della voce, della postura, ecc.)
- livello psicologico: esperienza personale, assolutamente soggettiva, dell'attivazione emotiva. Si tratta di stati e tonalità affettive lungo l'asse buono/cattivo o l'asse positivo/negativo e di processi cognitivi che includono interpretazioni, ricordi e aspettative dell'individuo, sia come contenuti, sia come modalità di elaborare il proprio rapporto con la realtà.

L'insorgere di una singola emozione, come risposta ad uno stimolo esterno/interno, interrompe il flusso continuo di coscienza, modificando l'attività cognitiva e richiamando le risorse individuali e indirizzandole verso uno o più scopi.

Le emozioni:

- forniscono un orientamento immediato rispetto a ciò che appare piacevole o spiacevole (valenza edonica);
- consentono di considerare alcune situazioni come rilevanti per i nostri scopi, favorendo in tal modo una prima e immediata categorizzazione degli eventi, alla base di un'attribuzione più elaborata dei significati, che avviene successivamente.

Attraverso le emozioni mettiamo in atto dunque dei *processi valutativi*.

Ogni emozione si sviluppa in un particolare *intervallo di tempo* in cui prende forma, si trasforma, tocca diverse intensità;

la sua natura primaria è innata e incoercibile e l'evento fisiologico iniziale è istantaneo e inconsapevole anche se esistono moltissime opportunità per imbrigliarla e controllarla;

la finalità è di prepararci a un'azione avente lo scopo di favorire o fuggire una certa situazione.

## EMOZIONI E CERVELLO

Emozioni come risultato di un processo che comprende sia funzioni cognitive superiori che schemi comportati automatici, operanti a livello inconscio; queste due componenti (esplicita e implicita) sono mediate da substrati neurali distinti, sebbene fortemente interagenti.

Le risposte emotive sembrano mediate primariamente da *strutture sottocorticali*: amigdala (elemento di integrazione fondamentale tra valutazione, espressione ed esperienza emotiva); ipotalamo (coordinamento dell'espressione comportamentale delle emozioni); varie aree del tronco encefalico (parte più primitiva del cervello, regola funzioni vegetative fondamentali: tono muscolare, postura, circolazione sanguigna, respirazione, digestione.....).

L'intervento della *corteccia frontale* è fondamentale per il rilievo delle componenti cognitive nelle diverse manifestazioni emozionali grazie al suo ruolo di interpretazione degli stimoli sensoriali; la corteccia interviene inoltre nella regolazione dei processi emozionali

Consapevolezza dell'esperienza affettiva e capacità di adattamento delle risposte emozionali all'ambiente, hanno trasformato le emozioni da reazione istintiva, legata alla capacità di sopravvivenza, ad elemento fondamentale delle interazioni sociali e componente pregnante dell'esperienza cosciente.



**Emozioni primarie:** risposta automatica e istintiva agli stimoli esterni

Darwin (1872) individuò un *repertorio biologico di base destinato a restare in parte inalterato*, nonostante la varietà di caratteri emotivi che riflettono il contesto culturale e vengono assimilate in virtù dell'apprendimento e dello sviluppo dei processi cognitivi.

Gli studi di Ekman (1978) hanno confermato l'universalità dell'espressione delle emozioni di base, connesse con i comportamenti funzionali alla sopravvivenza, riscontrando in 21 paesi concordanza sul riconoscimento di felicità, tristezza, disgusto e in quasi tutte anche paura e collera, un po' meno per la sorpresa.

Le emozioni primarie, per Ekman, hanno un chiaro radicamento biologico e filogenetico e che presentano nove caratteristiche ben precise:

1. *Presenza di distinti segnali non verbali*
2. *Presenza in altri primati.*
3. *Distinte reazioni fisiologiche.*
4. *Presenza di eventi antecedenti distinti e universali.*
5. *Coerenza tra le risposte emozionali.*
6. *Rapida insorgenza*
8. *Valutazione cognitiva automatica.*
9. *Occorrenza spontanea.*



## Comparsa delle reazioni emotive nel neonato

*Sconforto, Sorriso, Disgusto* sono le più precoci, con funzione comunicativa di segnalazione e di “richiamo” essenziali per la sopravvivenza e il benessere del bambino; innescano e orientano le prime interazioni, creando i primi legami affettivi.

*Rabbia, Paura, Vergogna, Sorpresa* sono successive e riflettono i primi tentativi di confrontarsi con la novità e con le frustrazioni. Tali reazioni sono strategie primitive di evitamento e allontanamento delle fonti di dispiacere e di pericolo e di avvicinamento e richiamo delle possibili sorgenti di benessere; fanno da sostegno ai vari processi di differenziazione dell'esperienza e di costruzione del sé.

L'equipaggiamento emozionale di natura biologica consente immediatamente al bambino di interagire efficacemente con l'ambiente; la gamma di emozioni e di affetti che su questo si innesta e si sviluppa, grazie al concorso dei processi maturativi e delle interazioni sociali, assicura successivamente l'adattamento e il pieno sviluppo della personalità individuale, sia per quanto concerne la sua organizzazione interna, sia per quanto concerne il suo adattamento sociale (emozioni con funzione di comunicazione sociale e funzione autocomunicativa: informano altresì noi stessi del nostro stato in rapporto all'ambiente e alle altre persone.)

## PROSPETTIVA JUNGHIANA

La psicologia analitica junghiana (Bellotti, 2015) ha come suo fondamento la dimensione dell'affettività:

- quale *nesso associativo* del vissuto temporale della coscienza
- quale *dimensione patica* della soggettività.

Nel pensiero di Jung (Hillman, 1985) possiamo trovare due aspetti del concetto di sentimento:

- sentimento come *funzione* che “ama”, che si mette in relazione, che esprime giudizi, collega, nega, valuta;
- i sentimenti come *contenuti* (speranze, desideri, collera, ...) che agiscono nell'esperimento associativo come fattori che disturbano o facilitano l'associazione stessa.

## AFFETTO COME NESSO ASSOCIATIVO

Jung ci ha dato una chiave interpretativa del sentimento che si riferisce alla nostra reale vita psichica e alle sue radici nei complessi.

L'Affetto risulta il nesso associativo per il funzionamento della coscienza, che si configura come somma di rappresentazioni legate tra loro non da nessi causali ma appunto di natura affettiva.

“Le singole rappresentazioni - scrive Jung (1907) - sono legate tra loro secondo le diverse leggi dell'associazionismo (somiglianza, coesistenza, ....). Ciò che le seleziona e raggruppa in insiemi più grandi è un affetto.”

Grazie alle ricerche condotte attraverso il *metodo delle associazioni verbali* in soggetti normali e malati, egli giunge alla identificazione dei complessi a tonalità affettiva, definiti (Ruberto, 1995) come *le più piccole strutture psichiche concepibili*

A partire da questa lettura possiamo dire che la coscienza risponde a due temporalità, in rapporto dialettico fra loro: una cronologica che riguarda l'apertura al mondo e una affettiva che connota la soggettività.

## Complessi a tonalità affettiva

“Il fondamento essenziale della nostra personalità è l'affettività. Pensiero e azione non sono, per così dire, che un sintomo dell'affettività. Gli elementi della vita psichica, sensazioni, rappresentazioni e sentimenti sono presenti alla coscienza sotto forma di determinate unità, che per tentare un'analogia con la chimica, si possono paragonare alle molecole.”

Le tre componenti che distinguiamo in ogni immagine mentale, percezione sensoriale, componenti intellettuali (rappresentazione, immagini mnemoniche, giudizi, ecc.), tono affettivo, sono “unite in un saldo legame, cosicchè non appena compare l'immagine mnemonica di X, di regola sono presenti anche tutti gli elementi ad essa associati.”

C.G. Jung, *Psicologia della demenza precoc*, 1907

## COMPLESSI E TERAPIA JUNGHIANA

Scrive Hillman (1985):

“Se i complessi sono definiti come gruppi di idee con tonalità di sentimento allora il sentimento è una componente di ciascun complesso e un modo per entrare in ciascun complesso è attraverso i suoi sentimenti.

La terapia junghiana non è come qualche volta viene erroneamente interpretata principalmente una questione di conoscenza di se stessi. La realizzazione, la comprensione di sé è un processo di comprensione attraverso il sentimento, comprendere ciò che si sente, sentire ciò che si è.”

## Definizione di AFFETTO (Jung, vol. 6, 1921):

“per affetto è da intendersi uno stato di sentimento caratterizzato da un lato da percettibili innervazioni corporee, dall’altro da un peculiare disturbo del decorso rappresentativo. Come sinonimo di affetto uso anche emozione.

Contrariamente a Bleuler, distinguo il sentimento dall’affetto per quanto frontiere precise non ne esistano: ogni sentimento infatti, quando acquisisce una certa intensità, dà luogo ad innervazioni corporee, trasformandosi quindi in affetto.

Tuttavia per motivi di ordine pratico preferisco distinguere l’affetto dal sentimento, giacchè quest’ultimo può essere una funzione di cui la volontà può disporre a suo piacimento, il che di solito non si può dire dell’affetto. Inoltre l’affetto si distingue chiaramente dal sentimento per le innervazioni corporee manifeste, mentre al sentimento queste innervazioni mancano in gran parte o sono di così lieve intensità da potere essere accertate soltanto con apparecchi assai sensibili, per esempio a mezzo del fenomeno psicogalvanico. (...) Io considero gli affetti particolarmente pronunciati, accompagnati cioè da violente innervazioni corporee, come appartenenti al campo della funzione sensoriale e non a quello della funzione di sentimento.”

La distinzione di Jung tra sentimento ed emozione-affetto è quantitativa: i sentimenti diventano affetti quando fanno scattare “innervazioni somatiche”.

“Tuttavia - dice Hillman (1985) - in questo argomento non si addentra a sufficienza e un esame della letteratura accademica ci dà modo di considerare gli affetti come dinamismi di scarica, piuttosto primordiali, parziali, unilaterali, abbastanza vicini a quello cui si riferiscono gli studiosi del comportamento animale quando parlano di reazioni innate (istintive) o gli psichiatri quando parlano di reazioni primitive.

In questo senso gli affetti appartengono sia ai processi pulsionali che ai processi sentimentali (del sentire) in quanto sono processi psichici della cui energia la coscienza può in certi casi disporre e in certi casi non disporre; solo in talune circostanze cioè essi sono sottoposti al controllo della coscienza.”



## Le funzioni di orientamento della coscienza

Le funzioni della coscienza appartengono allo sviluppo della personalità conscia, formano parte dell'Io, la sua consistenza, le sue abitudini, l'unità e la memoria, il suo caratteristico modo di funzionare, sono parte dell'intenzionalità della coscienza e mostrano come essa operi nei confronti di sé stessa e degli altri. Jung, com'è noto, ne individua quattro:

- **Pensiero:** è la capacità di comprendere la natura di una cosa, di darle un nome e di metterla in relazione con le altre cose;
- **Sentimento:** differente dall'affetto/emozione, è una considerazione del valore delle cose, oppure un punto di vista e una prospettiva su qualcosa;
- **Sensazione:** tutti i fatti accessibili alla coscienza, dandoci notizia della loro presenza ma non della loro essenza;
- **Intuizione:** la capacità di comprendere verso quale meta le cose siano dirette, quali siano le possibilità in atto senza il ricorso a prove o cognizioni coscienti.

“Dobbiamo concepire - Hillman (1985) - queste funzioni come quattro modi di organizzare e patire la vita e dobbiamo seguire ulteriormente Jung nel sostenere che questi quattro modi sono fondamentali per la psiche e che non ce ne sono più di quattro. Essi cioè sarebbero dati in modo archetipico con la struttura psichica, necessari e sufficienti.”

Jung pensava infatti che il *numero quattro*, ricavato per via empirica e psicologica, fosse adatto ad esprimere, a livello del simbolo, un quid che secondo lui era comprensivo quanto una descrizione della coscienza e che contenesse in qualche modo l'idea di una totalità.

Le quattro funzioni sono divise in due coppie: una razionale (pensiero e sentimento) e una irrazionale (sensazione e intuizione). Precisa Jung (1921) che il concetto irrazionale “non è usato nel senso di antirazionale ma di estrarazionale, ossia di ciò che non può essere fondato sulla ragione. Razionale – di contro - è ciò che è ragionevole, conforme ai valori obiettivi, costituiti attraverso la media delle esperienze concernenti i fatti psicologici sia esterni che interni.”

Jung riteneva che le funzioni avessero un *fondamento biologico* e una *componente psichica* parzialmente controllabile da parte dell'individuo.

Solitamente una delle quattro funzioni è più sviluppata e fornisce un'impronta particolare alla mentalità generale: si trovano così otto *predisposizioni tipiche*, anche in funzione dell'atteggiamento fondamentale estrovertito o introvertito: pensiero estroverso, pensiero introverso, sentimento estroverso, sentimento introverso, sensazione estroverso, sensazione introverso, intuizione estroverso, intuizione introverso.

Accanto alla funzione principale, ciascuno utilizza anche una *seconda, ausiliaria*, che fa parte dell'altra coppia (della razionale se la funzione superiore appartiene alla coppia irrazionale e viceversa).

La funzione opposta alla funzione superiore, denominata *funzione inferiore*, resta non sviluppata, infantile, arcaica e certe volte totalmente inconscia e non integrata nell'Io.

## LE MOLTE FORME DEL SENTIRE

Il sentimento - dice Jung - è il contenuto, o materia, della funzione del sentire, determinato dalla discriminazione attuata dal sentire stesso.

Sentire in senso ampio e nel linguaggio comune significa avvertire un qualsiasi *stato di coscienza* indotto in noi dal mondo esterno attraverso i sensi o un qualsiasi stato affettivo insorgente nell'animo.

“La psicologia accademica - Hillman (1985) - ha cercato di separare concettualmente *feeling* e *sensing* in termini di interno e esterno: sentiamo (*feel*) stati soggettivi e sentiamo (*sense*) oggetti esterni. Ma possiamo sentire (sentimento) eventi e valori oggettivi esterni nelle azioni etiche e negli oggetti d'arte, e possiamo anche sentire (sensazione) all'interno i nostri processi soggettivi. Facciamo confusione tra le due accezioni di sentire anche quando parliamo di qualcuno come di un “sensitivo”, mentre in realtà vogliamo intendere una finezza di sentimento, una suscettibilità, una qualità di più acuta sensibilità. I “sensitivi” in parapsicologia sono coloro che possiedono una funzione intuitiva sorprendente. È quindi curioso che si ritrovi questa mescolanza di termini là dove sentimento, sensazione e intuizione sono indistinti. Queste differenze non sono così chiare come la mente vorrebbe, perché il linguaggio non segue la verità logica bensì quella psicologica. Evidentemente la separazione delle funzioni non è nettamente definita.”

## LA FUNZIONE SENTIMENTO

La funzione sentimento è quel processo psicologico che in noi valuta. Mediante essa giudichiamo una situazione, una persona, un oggetto, un momento, in termini di valore.

Jung individua due significati del concetto di sentimento: il primo - come abbiamo già visto - indica un *processo che si svolge fra l'Io e un dato contenuto*, e precisamente un processo che conferisce al contenuto un determinato valore nel senso di un'accettazione o di un rifiuto;

oltre a ciò il sentimento è però anche un processo che, indipendentemente dal contenuto momentaneo della coscienza o da momentanee sensazioni, può comparire per così dire isolato come "*stato d'animo*"; anch'esso, come il primo, significa *una valutazione*, non però di un singolo determinato contenuto della coscienza, bensì dell'intera situazione momentanea della coscienza stessa, e precisamente nel senso di un'accettazione o di un rifiuto.

Come il pensare ordina i contenuti della coscienza secondo concetti, così il sentire ordina i contenuti della coscienza secondo il loro *valore*.

## Sentimento come funzione di relazione

Via via che si sviluppa, si forma in noi un'acuta capacità di apprezzare i valori e anche i sistemi di valore e i nostri giudizi di sentimento poggiano allora sempre più su una gerarchia razionale, sia nel campo del gusto estetico che in quello delle virtù etiche o delle forme sociali e delle relazioni umane. Quanto più concreto è il sentire, tanto più soggettivo e personale è il valore da esso conferito; per contro, quanto più astratto è il sentire, tanto più generale e obiettivo è questo valore.

Come processo che continua sempre e che dà o riceve tonalità di sentimento, questa funzione collega tanto il soggetto all'oggetto (impartendo un valore) quanto l'oggetto al soggetto (accogliendolo all'interno del sistema di valori soggettivo). Essa funziona quindi come una relazione, ed è spesso chiamata "la funzione di relazione".

Riassumendo: il sentimento mette in relazione il soggetto con (1) l'oggetto, con (2) i contenuti della psiche come valori e con (3) la soggettività come tonalità di sentimento generale e come stato d'animo.

L'atto di sentimento può essere *passivo*, caratterizzato dal fatto che un contenuto eccita o attira il sentimento, ottenendo a forza la partecipazione del sentimento da parte del soggetto. Per contro, l'atto *attivo* di sentimento impartisce valori da parte del soggetto; il sentire attivo è perciò una funzione indirizzata, un atto di volontà.

Il sentimento, in quanto processo, richiede tempo, più tempo di quanto è necessario per la percezione. Al pari del pensiero, il sentimento deve organizzare razionalmente le percezioni e giudicarle; a differenza del pensiero, giudica secondo valori. Quanto più ricco e differenziato è questo sistema di valori, tanto più lento potrà essere il processo del sentimento. (Lo stesso avviene per il pensiero: quanto più differenziato è il mondo ideativo, tanto più lenta può essere l'espressione finale di un nuovo pensiero.)

Quando l'atteggiamento generale dell'individuo si orienta secondo la funzione del sentire parliamo di un tipo di sentimento.

I sistemi di valore del sentimento, e i giudizi che da essi derivano, non sono logici, sono però razionali. La funzione sentimento quando è sviluppata, è la ragione del cuore, che la ragione della mente non comprende del tutto.