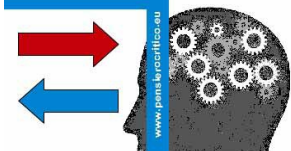
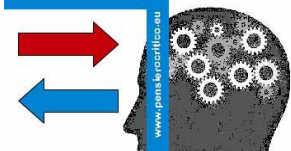


Il potere che le storie hanno su ognuno di noi dipende da quanto esse definiscono e chiariscono la nostra personale esistenza

Lo psicologo Jerome Bruner, nel corso di tutta la sua opera, ha evidenziato l'importanza delle narrazioni per la costruzione del "senso del sè" di ogni individuo nell'ambito della cultura di appartenenza. Egli scrive nel libro "La ricerca del significato": *"Ho voluto dimostrare come l'esistenza e il sè che noi stessi costruiamo sono i prodotti di questo processo di costruzione del significato. Ma ho anche voluto chiarire che i sè non sono nuclei di coscienza isolati, racchiusi nella mente, bensì sono "distribuiti" in senso interpersonale. E i sè non possono avere origine come reazione istantanea al presente, poiché assumono significato alla luce delle circostanze storiche che danno forma alla cultura di cui essi sono espressione."* Dunque, secondo Bruner, il "sè" di ogni individuo riceve un *significato* dall'ambiente sociale nel quale l'individuo si trova a vivere, e questo significato è generato dalle narrazioni che circolano in quell'ambiente. Per questo motivo il primo indice dell'impovertimento di una cultura è quello della riduzione delle risorse narrative. Dittature, povertà e migrazioni riducono la capacità di dare all'esperienza la forma di un racconto, perché la vita quotidiana viene dominata dal peggior racconto possibile che non ammette alternative. In situazioni normali appare chiara la funzione delle narrazioni per la creazione del "senso del sè" nell'infanzia, così come la esprime Bruner: *"I racconti trasformano la realtà in una "realtà attenuata". Io ritengo che i bambini, naturalmente grazie alle circostanze, siano predisposti a iniziare la loro carriera di narratori in questo spirito. E noi li dotiamo dei modelli e di un insieme di strumenti procedurali per lo sviluppo di tali capacità, senza le quali non saremmo mai in grado di sopportare i conflitti e le contraddizioni generati dalla vita sociale: diventeremmo inadatti alla vita della*



*cultura." Questo spiega perché i bambini, da piccoli, sono così avidi di storie e non si stancano mai di chiederle ai genitori: perché hanno bisogno, per crescere emotivamente e cognitivamente, di una "realtà attenuata" che gli consenta di accettare l'ambiente sociale senza grossi traumi. Purtroppo la stanchezza o l'inadeguatezza dei genitori spesso li lasciano in balia delle storie raccontate dalla pubblicità e dall'intrattenimento televisivo commerciale. L'origine della necessità di raccontare storie potrebbe essere molto antica, come ipotizza lo psicologo Michael Corballis nel libro "La mente che vaga": *E' probabile che le storie traggano origine dal nostro passato di raccoglitori-cacciatori, da come i nostri primi antenati trasmettevano le proprie esperienze di procacciamento del cibo. Parte di questo passato può essere catturato guardando ai cacciatori-raccoglitori di oggi. Tra gli Archè del Paraguay orientale, si dice che ogni uomo riferisca nei dettagli agli altri di ogni esemplare di selvaggina incontrato quel giorno, e il risultato dell'incontro. Ciò permette al gruppo di familiarizzare con il terreno, con i luoghi dove è probabile trovare la selvaggina, con le tecniche di caccia, i successi e i fallimenti. [...] I bambini sarebbero stati affascinati dai racconti narrati dagli uomini, e magari ripetuti dalle donne, acquisendo così conoscenza sulle fonti di cibo e sulle tecniche di caccia, prima di cominciare loro stessi a cacciare. [...] Nelle prime fasi, è probabile che le storie siano state narrate in forma di pantomime, con le persone che recitavano le proprie esperienze. Ma la pantomima è inefficiente e spesso ambigua, sicché occorre sviluppare un sistema di simboli i cui significati fossero chiari e compresi dai membri della comunità.*" Il neuroscienziato Michael Gazzaniga sostiene che ciò che egli ha chiamato "L'interprete" (che comprende amigdala, gangli della base e altri organi posti nell'emisfero sinistro), crea in ogni persona la sensazione di avere un "sé unitario" e, soprattutto, determina il valore che ognuno attribuisce agli aggregati culturali che l'intero cervello forma. Sarebbe l'interprete a mettere in*



forma di storia, tutto ciò che ci accade, cioè a dare un senso al nostro mondo. La nostra consapevolezza si crea nell'emisfero sinistro per effetto degli organi che compongono l'Interprete, il quale è continuamente alla ricerca di elementi che "appaiono alla coscienza" nell'emisfero destro. Potremmo dire che "L'Interprete" è un'astrazione che crea tutte le astrazioni che ogni persona è in grado di creare dai propri pensieri. Lo psicologo Gabriele Lo Iacono mette in luce gli studi sperimentali dello psicologo James Pennebaker (vedi bibliografia) sull'importanza della scrittura di narrazioni personali nel superamento di traumi ed esperienze stressanti. Egli scrive: *"È da molto tempo che la psicologia narrativa riconosce l'importanza di dare senso agli episodi della propria vita traducendoli in un formato simile a una storia. Gergen e Gergen (1988) chiamano narrazioni di sé (self-narratives) questi particolari tipi di storie che ci aiutano a spiegare gli episodi critici della nostra vita. La base per una buona narrazione di sé, secondo Gergen e Gergen, è simile ai criteri ritenuti importanti per una buona storia in generale: la presenza di un motivo principale o scopo della storia, l'inserimento di eventi importanti pertinenti con questo scopo e la disposizione degli eventi in un ordine sensato (Gergen e Gergen, 1987; Gergen e Gergen, 1988)."* Le ricerche sperimentali di Pennebaker hanno dunque dimostrato che l'attività del tenere un diario della propria storia personale, cioè mettere in forma di storia le proprie esperienze stressanti, aiuta a risolverle. Alcuni esperimenti, hanno dimostrato che leggere opere di narrativa migliora l'empatia delle persone, mentre con le opere saggistiche ciò non accade. Il potere che le storie hanno su ognuno di noi dipende da quanto esse definiscono e chiariscono la nostra personale esistenza.