

Per rievocare un'emozione ci aiutiamo con l'espressione

Facciamo un sorriso per ricordare la felicità, una smorfia per ricordare il dolore, aggrottiamo le sopracciglia per ricordare la rabbia: «Le teorie dell'emozione incorporata sostengono che per capire un'emozione riproduciamo prima i movimenti del viso dell'espressione provocata da quell'emozione», spiega Jenny Baumeister, ricercatrice della Sissa. «Se osserviamo qualcuno che sorride, per comprendere ciò che prova sorridiamo. Abbiamo applicato questa osservazione nel campo della memoria e abbiamo testato se lo stesso può essere vero anche quando si cer-

ca di ricordare un'emozione». Baumeister è infatti prima autrice di uno studio pubblicato su "Acta Psychologica", che ha verificato se la riproduzione dell'espressione emotiva aumenta la capacità di ricordare l'emozione corrispondente. Negli esperimenti i soggetti rispondevano a un test. Quando i soggetti dovevano ricordare potevano avere la faccia libera, oppure 'bloccata' con una maschera di argilla. I risultati sono chiari: la prestazione nei test mnemonici nelle condizioni con la faccia bloccata è significativamente peggiore che con il viso 'pulito'.