

La felicità tra libertà e dipendenza: con qualche nota dal punto di vista della sociologia delle emozioni

Paola Di Nicola, Debora Viviani, *Felicità tra libertà e dipendenza: la via impervia per il Paradiso*, FrancoAngeli, Milano, 2022, pp. 137.

Parole chiave

Felicità, libertà e dipendenza, sociologia delle emozioni

Paolo Iagulli insegna Storia del pensiero sociologico e Sociologia generale presso il Dipartimento di Scienze politiche dell'Università degli Studi di Bari 'Aldo Moro' (paolo.iagulli@uniba.it)

“[L]a felicità è un concetto molto familiare e al tempo stesso sconosciuto. Tutti sanno cosa significa, fino a quando non chiediamo a un lui o a una lei, a un singolo concreto, di definire precisamente cosa sia”: così Zygmunt Bauman (2017, p. 19), il quale, in realtà, nelle pagine successive di un suo breve contributo, fornisce alcune definizioni del concetto e lo precisa con la consueta efficacia. Di certo, come ha ben mostrato pochi anni fa un libro (non solo) filosofico che ha indagato molti possibili ambiti in cui essa può dispiegarsi, la felicità è “un luogo simbolico capace di rivelare, forse più di molti altri, la condizione di una data società, il suo stato di salute o di crisi [e] le complesse trasformazioni della soggettività” (D’Andrea, Donaggio, Pulcini, Turnaturi

2016, p. 10). Ebbene, che la felicità possa essere definita e tematizzata, per ciò che qui più interessa, anche sul terreno della sociologia, lo mostra convincentemente il libro che qui presento: comincerò con una sua breve ricostruzione, poi proverò a formulare qualche notazione dal punto di vista della sociologia delle emozioni.

Il volume di Di Nicola e Viviani presenta, intrecciati, un interessante lavoro teorico e i risultati di una ricerca empirica qualitativa, condotta attraverso due *web discussions* con 40 partecipanti (20 donne e 20 uomini). Nei primi due capitoli, Debora Viviani esplora la nozione di felicità con le lenti della sociologia dei processi culturali, pur senza tralasciare, all'inizio, di ricordarne i suoi fondamenti filosofici (cfr. pp. 17-18). Tale nozione è, per lei, soprattutto legata alla cultura e ai contesti storico-sociali. Nelle odierne società occidentali neo-liberistiche, in cui il soggetto è (o sembra) meno in relazione con gli altri, molto autonomo e "*homo faber* del proprio destino" (p. 21), anche la felicità appare una questione del tutto personale, oggetto di responsabilità individuale; così importante da esserle stata assegnata il valore di metro di giudizio della vita stessa del soggetto (cfr. p. 23), la felicità è costantemente (ossessivamente?) cercata ed esibita: da un lato, cercata, ad esempio, attraverso un lavoro sulle proprie emozioni; dall'altro, oggetto di una sorta di performance. La felicità appare "il risultato di un percorso di autorealizzazione" (p. 33), cui non è affatto estranea la cura del corpo. Dietro ciò, peraltro, e Viviani lo ripete più volte, c'è la società dei consumi. Il terzo capitolo, firmato sempre da Viviani, conferma a livello di ricerca empirica la riflessione teorica appena sinteticamente ricordata: la quasi totalità dei partecipanti allo studio ritiene che la felicità (non diversamente da altre emozioni) sia oggetto di progettualità e responsabilità individuale; essi "definiscono il raggiungimento della felicità (...) un lavoro personale" (p. 50) che passa attraverso la conoscenza del proprio sé e delle proprie potenzialità e dichiarano inoltre che "esiste una stretta correlazione tra benessere fisico e felicità" (p. 55). Se ciò è quanto emerge in particolare dalla ricerca, fa molto bene Viviani ad evidenziare che la felicità appare anche come "un dovere personale, un richiamo che arriva al soggetto dal contesto sociale"

(p. 72), e specificamente dalle aspettative sociali: “la propria felicità si muove attraverso un percorso di libertà, che è [però] socialmente tracciato” (p. 78).

L'interrogativo che sostanzia il quarto e quinto capitolo, firmati da Paola Di Nicola, è se ciò che è emerso sulla felicità a livello individuale possa essere predicato anche a carico della felicità in relazione alla vita di coppia. Detto in estrema sintesi: quanto l'individualismo affettivo caratterizza le relazioni di coppia? La relazione di coppia è davvero soltanto o prevalentemente il frutto di un progetto di autorealizzazione individuale? E la felicità quale ruolo gioca nelle relazioni di coppia? Per ciò che riguarda i primi due interrogativi, da un lato, è indubbia una tendenza “a vedersi e viverci come soggetti affettivamente ed emotivamente autosufficienti e non necessitanti di legami (...) [che è] alimentata da una logica liberista [diretta] a liberare gli individui dalle strutture di appartenenza” (p. 95, nota 18); una tendenza che favorisce, tra le altre cose, la ricerca di relazioni ‘facili’ (connessioni più che relazioni, per dirla con Bauman) e una cultura della freddezza emotiva (che ‘deve’ essere raggiunta attraverso un lavoro/controllo sulle proprie emozioni); dall'altro lato, però, evidenzia Di Nicola, ci sono segnali di segno contrario: per fare solo due esempi, molte coppie passano dalla ‘connessione’ a relazioni affettive stabili, e la stessa diffusione di siti di incontro rappresenta, almeno in alcuni casi, la manifestazione di un desiderio di legami che può addirittura basarsi sulla “virtù della dipendenza” dagli altri (cfr. p. 96). Del resto, se l'amore fa ancora soffrire, probabilmente è perché, afferma Di Nicola, “nelle relazioni amorose manca, viene negata a livello ideologico (nuove tesserature dell'immaginario sociale) la centralità della relazione con l'altro” (p. 97); una centralità che si afferma invece nella realtà, e che viene confermata dalla ricerca empirica nella parte in cui essa ha ad oggetto il rapporto tra la felicità e le relazioni di coppia. Se, infatti, per tutti i partecipanti alla *web discussion* “la felicità nella relazione di coppia è fondamentale: se una coppia non è felice, la relazione non ha motivo di esistere” (p. 115), per molti dei partecipanti a essa, la freddezza, il mancato coinvolgimento, una scarsa/assente fiducia e reciprocità sono

i principali fattori che minano la felicità di coppia determinandone l'implosione (cfr. p. 121). “Nonostante l'importanza della libertà e del non essere condizionati dall'altro, un elemento costitutivo di una relazione di coppia felice è il sostegno, l'appoggio, avere qualcuno accanto che, in realtà, è un riconoscimento implicito del fatto che la mia felicità dipenda da qualcuno che si prenda cura di me” (p. 110). Insomma, la libertà è spesso considerata una condizione per la felicità che, tuttavia, soprattutto nelle relazioni di coppia, “non può esimersi dal racchiudere al suo interno una relazione di dipendenza, non subita, ma, almeno, parzialmente voluta” (p. 126).

Per concludere questa breve ricostruzione di un libro che presenta invece molti interessanti approfondimenti, sembra utile ricordare la tesi generale che lo anima e che può esprimersi nel seguente interrogativo: in una società che sembra aver 'liberalizzato' una felicità per tutti che passa 'solo' attraverso un lavoro sulle proprie emozioni a essa finalizzato, è davvero plausibile l'immagine di un attore sociale del tutto padrone di sé stesso, così autonomo da poter contare esclusivamente sulle proprie risorse/capacità e superare ogni forma di dipendenza e condizionamento? Come dovrebbe essere già chiaro da quanto sinora detto, la risposta delle autrici è negativa. Naturalmente, Di Nicola e Viviani non negano il valore della libertà e, più concretamente, la possibilità di lavorare anche emotivamente per raggiungere la felicità; tuttavia, esse scrivono, “[a]nche all'interno del paradigma della felicità (...) la strada è ben segnata e nel seguirla si sperimentano due forme di dipendenza: la dipendenza da chi e cosa ci dice quale strada dobbiamo imboccare per raggiungere la felicità (e quindi ci si muove entro una cornice di libertà limitata); e la dipendenza data dal bisogno di riconoscimento e accettazione degli altri, anche come mera approvazione del lavoro bene fatto che si fa o si è fatto su se stessi” (pp. 10-11).

Mi sia consentita, relativamente a quanto appena sopra rilevato, una personale suggestione. Di Nicola e Viviani parlano di un dilemma tra libertà e responsabilità che caratterizzerebbe (e io sono completamente d'accordo) il tema sociologico della felicità; come assai sinteticamente ricordato, esso è 'risolto' dalle autrici riconoscendo il ruolo di entrambe:

la felicità, per così dire, oscilla tra libertà e dipendenza. Ebbene, non appare mai esplicitato e tantomeno sviluppato, ma è a mio parere presente (latente) nella loro riflessione, un importante presupposto teorico-sociologico generale: considerando quelli che possono essere ritenuti i principali paradigmi della teoria sociologica, se, come mi sembra di poter affermare, la libertà è riconducibile al paradigma dell'azione e la dipendenza al paradigma della struttura, la 'soluzione' al dilemma libertà/dipendenza in tema di felicità appare più plausibilmente rinvenibile nel terzo paradigma, quello della relazione.

Proverò ora a formulare, come anticipato, qualche osservazione sul libro firmato da Di Nicola e Viviani dal punto di vista della sociologia delle emozioni. In primo luogo, vorrei notare che, per quanto si tratti di un lavoro sociologico, le autrici non mancano di fare riferimento a studi e nozioni psicologiche relative alla felicità e più in generale alle emozioni. Da un certo punto di vista, questa mia notazione può sembrare banale, essendo la felicità un'emozione (o uno stato d'animo: non è naturalmente qui possibile addentrarci nella distinzione tra i diversi fenomeni emotivi) e quindi un argomento certamente riconducibile al dominio della psicologia. Ma va ricordato che, nell'ambito della sociologia delle emozioni, esiste un approccio, ancorché minoritario, radicalmente costruzionista che, considerando le emozioni come il frutto di una costruzione meramente socio-culturale, arriva a negare, o quasi, che le emozioni abbiano anche una componente organico-biologica, da un lato, e psicologica, dall'altro (cfr. Iagulli 2011, pp. 65-66). Ebbene, la nozione di emozione che emerge dal volume di Nicola e Viviani non è affatto radicalmente costruzionista e quindi riduzionistica, bensì interazionista. La nozione sociologica interazionista di emozione è quella secondo cui i fenomeni emotivi sono sì significativamente legati a fattori socio-culturali, ma sono anche entità organico-biologiche e psicologiche (cfr. *ivi*, pp. 41-65). Basterebbe ricordare, al riguardo, gli studi della più importante tra le fondatrici/fondatori della sociologia delle emozioni, Arlie Russell Hochschild (cfr. Hochschild 2013; Cerulo 2018), che peraltro le autrici citano più volte. Insomma, Di Nicola e Viviani, meritoriamente, non sembrano mai dimenticare o disattendere il fatto

che la felicità, come le altre emozioni, è anche un fenomeno organico e psicologico, oltre che sociologico e sociologicamente rilevante.

In secondo luogo, quanto appena osservato non significa che la cultura non sia centrale nel loro libro: tutt'altro, come in parte già rilevato. È, infatti, il legame che la felicità (come altre emozioni) ha con la cultura e con i diversi contesti storico-sociali a determinarne le dinamiche tra libertà e dipendenza e, più radicalmente, a condizionare la sua stessa nozione e i confini della condizione dell'essere felici. Che, come osservano le autrici, e per limitarci a qualche esempio, la felicità e più in generale il benessere emotivo siano diventati una performance, o l'oggetto di una performance, e l'obiettivo di un impegnativo lavoro emozionale, che la società sembri aver gerarchizzato emozioni e stati d'animo e che quindi tristezza, ansia e dolore siano ora collocati in basso in una tale gerarchia, dipende da fattori di ordine culturale, da valori diffusi, da aspettative sociali talvolta stringenti. Il libro qui presentato è, quindi, di estremo interesse anche per la sociologia della cultura (del resto, se vogliamo utilizzare etichette che possono apparire un po' accademiche e/o riduttive le autrici sono proprio sociologhe dei processi culturali), oltre che per la sociologia delle emozioni. Per ciò che riguarda quest'ultima, cui siamo qui in particolare interessati, il ruolo della cultura per l'esperienza e la manifestazione delle emozioni è certamente uno dei suoi capisaldi. Nel 1995, in un contributo che, presentando la sociologia delle emozioni americana, nata un paio di decenni prima, di fatto la introdusse in Italia, Gabriella Turnaturi ne evidenziò sei assunti fondamentali. Ebbene, almeno tre di essi erano chiaramente riconducibili alla cultura di una società:

1. le emozioni, come altri aspetti della condotta umana quali comportamenti, idee e percezioni, si costituiscono socialmente;
2. ogni società ha le proprie regole su quali emozioni siano accettabili e su come esse debbano manifestarsi;
3. le emozioni e la loro espressione sono storicamente (e quindi culturalmente) legate ai cambiamenti delle pratiche relazionali e delle costruzioni mentali che a esse si accompagnano (cfr. Turnaturi 1995, p. 13).

Ciò però, sottolineava ancora Turnaturi, non deve portare a tralasciare il versante fisiologico dell'esperienza emozionale: è necessario "concentrarsi sulla ricerca di un'interfaccia tra gli aspetti culturali e quelli biologici" (*Ibidem*). E ciò è proprio quanto notavamo in precedenza, riconoscendolo al lavoro di Di Nicola e Viviani.

In terzo luogo, e conclusivamente, vorrei dire qualcosa sulla scelta del tema da parte delle autrici. Come appena detto ricordando il contributo di Turnaturi, la sociologia delle emozioni è arrivata tardi in Italia, ma negli ultimi dieci, quindici anni circa sta recuperando, per così il dire, il tempo perduto. È significativo, ad esempio, che alcune delle principali riviste sociologiche italiane abbiano nel frattempo dedicato un numero monografico al tema delle emozioni. Lo è altresì il fatto che, sebbene ancora pochi per ciascun argomento, è possibile registrare ormai lavori sociologici italiani sul ruolo delle emozioni in diversi ambiti riflessivi: ad esempio, negli studi sulla sfera pubblica e politica, negli studi sulle organizzazioni, sui consumi, sulla salute e sul lavoro di cura (cfr. Cerulo 2018, pp. 213-214). Per ciò che riguarda volumi sociologici su specifiche emozioni o sentimenti, essi hanno in alcuni casi preceduto la (relativa) diffusione della sociologia delle emozioni in Italia: basterebbe pensare ai molti libri di Francesco Alberoni. Più recentemente, sono stati scritti libri sulla vergogna, sull'invidia, sulla paura, sul risentimento e, in misura maggiore, sull'amore. Ebbene, almeno a mia conoscenza, un libro sociologico italiano sulla felicità mancava. Peraltro, neppure a livello internazionale la felicità è stata particolarmente approfondita a livello sociologico, come mostra ad esempio il fatto che, sia pure alcuni anni fa, il monumentale *Handbook of the Sociology of Emotions*, nella parte dedicata alle singole emozioni, non ne faceva menzione. Una ragione in più, anche se certo non l'unica, come spero di essere riuscito a mostrare, per registrare con favore l'ingresso del volume di Di Nicola e Viviani nella sempre più promettente 'biblioteca' della sociologia delle emozioni italiana.

Riferimenti bibliografici

Bauman, Z.

2017, *Meglio essere felici*, Castelvecchi, Roma.

Cerulo, M.

2018, *Sociologia delle emozioni*, il Mulino, Bologna.

D'Andrea, D., Donaggio E., Pulcini E., Turnaturi, G. (a cura di)

2016, *Felicità italiane. Un campionario filosofico*, il Mulino, Bologna.

Hochschild, A. R.

2013, *Lavoro emozionale e struttura sociale* (a cura di M. Cerulo), Armando, Roma (1979).

Iagulli, P.

2011, *La sociologia delle emozioni. Un'introduzione*, FrancoAngeli, Milano.

Stets, J., Turner, J. H. (a cura di)

2006, *Handbook of the Sociology of Emotions*, Springer, New York.

Turnaturi, G.

1995, *Introduzione*, in G. Turnaturi (a cura di), *La sociologia delle emozioni*, Anabasi, Milano, pp. 7-24.