

IL SENTIMENTO: CLIMA IN CUI AGISCE LA PERSONALITÀ

Sentimenti che agiscono nella sfera della relazione e nelle situazioni sociali

L'essere umano non sta nella sua realtà senza provare interiormente nulla; ciò è impossibile. In qualunque situazione l'uomo si trovi sente dentro di sé che non è solo l'emozione del momento, ma qualcosa di più complesso e più coinvolgente. E' come immerso in una clima, in una atmosfera, un pathos psicologico che arricchisce e qualifica la percezione: questo è il sentimento. Senza sentimento non c'è una reale percezione, poiché l'essere umano percepisce e immediatamente sente dentro di sé ciò che percepisce. Trasforma la mera percezione visiva, uditiva, tattile e gustativa in sentimento che la colora e la amplifica.

La percezione, quindi, non è solo e puramente cognitiva, dovuta alle sensazioni suscitate dai cinque sensi e alla elaborazione logica, al rimando e al significato che lega quella situazione a ciò che c'è in memoria. Tutta quell'esperienza è colorata da un particolare e personale sentire, costituito da un insieme di sentimenti. Ciò spiega la presenza in un singolo uomo di vari sentimenti nei quali è vissuta la

situazione. Per esempio: mi trovo al mare sotto il sole caldo; ascolto il ritmo dolce delle onde e vedo il cielo sereno, azzurro sopra di me; ma tutto ciò che è colto dai miei organi di senso non è sufficiente a qualificare l'esperienza che vivo, in quanto posso sperimentare un sentimento di solitudine, o un sentimento di completezza del mio spirito in base al sentimento dominante in quel periodo della mia vita. Sono tanti i sentimenti che possono coinvolgere il nostro sentire, qui ne elenchiamo alcuni:

Sentimento partecipativo

Sentimento di pace

Sentimento di armonia

Sentimento di colpa

Sentimento di compassione

Sentimento di benevolenza

Sentimento di paura

Sentimento di incompiutezza

Sentimento di inutilità

Sentimento di ostilità

Sentimento di gioia

Sentimento di vuoto

Sentimento di pienezza di sé

Sentimento di inadeguatezza

Sentimento di coraggio

Quella situazione al mare è colorata dai sentimenti forti che vivo in quel momento della mia vita. Quindi non è solo il sole che mi scalda a farmi stare bene, c'è il sentimento di pace e di armonia che suscita il sentimento della gioia. Viceversa non è il caldo del sole che mi infastidisce, ma il sentimento di colpa, di inutilità, di vuoto a rendere spiacevole la mia permanenza fino a farmi andare via di là, magari arrabbiato, perché infastidito, ma non dal calore del sole, piuttosto da ciò che brucia dentro di me. In questo senso si diceva poco sopra che siamo immersi in un clima, in un pathos sentimentale. I sentimenti sono composti da vari elementi psicologici: emozioni, ricordi, idee come ideali, e come etica, ecc. Quello di cui ora ci occuperemo sono le emozioni.

L'evoluzione delle emozioni nell'evoluzione del soggetto

Prima dei sentimenti sperimentiamo una situazione interiore che sta tra l'evento psicologico e l'evento somatico: sono le proto emozioni o, definite altrimenti, le emozioni primarie.