

State attenti se siete capaci

Internet, sms, social network e videogiochi mettono in crisi una prerogativa fondamentale dell'intelligenza, con molti problemi e qualche vantaggio. Il nuovo libro di Daniel Goleman



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

PIERO BIANUCCI

Per tutelare la sicurezza dei ciclisti l'azienda dei trasporti pubblici di Londra si è affidata a un test psicologico. Lo trovate su innumerevoli siti Internet, il filmato dura un minuto. Mostra una partita di pallacanestro e invita a contare i palleggi tra i giocatori. Mentre la palla passa di mano in mano, un orso (finto) saltella da un lato all'altro del campo. Meno di una persona su 10 se ne accorge. L'attenzione è tutta tesa a contare i palleggi e rimuove ciò il cervello considera un disturbo. Il messaggio è semplice ed efficace: l'automobilista è predisposto a vedere le altre auto, non i ciclisti che sbucano all'improvviso (in Italia anche contromano). Vedere non è guardare. Mentre il «vedere» è una funzione per così dire sempre accesa che quasi non avvertiamo più, il «guardare» implica una intenzionalità. Passeggiando «vedo» la città intorno a me, ma «guardo» quel paio di scarpe in una vetrina.

L'attenzione è un meccanismo fon-

damentale del cervello. Dal punto di vista neurologico corrisponde a una sincronia detta «aggancio di fase» che si stabilisce nella corteccia prefrontale. Di solito consideriamo intelligenza e creatività doti superiori e indipendenti. Ma senza attenzione non esistono né intelligenza né creatività. Ce lo spiega per 350 pagine Daniel Goleman nel suo ultimo libro, *Focus. Perché fare attenzione ci rende migliori e più felici* (in uscita da Rizzoli, tradotto da Daniele Didero).

Goleman, 67 anni, psicologo laureato a Harvard (Usa), scrittore e giornalista, è diventato famoso come lo scopritore dell'intelligenza emotiva, espressione che dà il titolo al suo best seller del 1995, seguito da *Intelligenza sociale* e *Intelligenza ecologica*. Affrontando il tema dell'attenzione Goleman cerca ora di risalire alle radici neurologiche del suo discorso.

Il concetto di quoziente intellettivo (QI) nasce in Europa ed è una idea tardo-positivista dello psicologo francese Alfred Binet datata 1905. Negli Stati Uniti l'hanno mitizzato e

applicato su larga scala. Fino a quando, nel 1983, Howard Gardner, professore di scienze cognitive all'Università di Harvard, non lo ha in parte demolito introducendo nel suo saggio *Formae mentis* la nozione di «intelligenza multipla». Non esiste, per Gardner, una intelligenza assoluta, ma un insieme di intelligenze che in ognuno di noi sono più o meno sviluppate, un po' per predisposizione genetica e molto per motivi ambientali e culturali. Vista da Gardner, l'intelligenza è un poligono irregolare a sette lati. A ogni lato, più o meno lungo a seconda



LA CONNESSIONE PERENNE Produce distrazione personale ma più attenzione collettiva verso i temi sociali e ecologici

dei casi personali, corrisponde un tipo di abilità: abbiamo una intelligenza logico-matematica, una linguistica, spaziale, musicale, cinestetica, interpersonale e intrapersonale. Daniel Goleman ha aggiunto il lato dell'intelligenza emotiva, e poi quelli meno identificabili dell'intelligenza sociale e dell'intelligenza ecologica. Le tre intelligenze di Goleman, peraltro, sono implicite in quella interpersonale di Gardner. Quanto all'attenzione, è un meccanismo che troviamo un po' in tutte le forme di intelligenza, e specialmente nelle intelligenze inter e intra personale di Gardner.

La cosa interessante dell'ultimo libro di Goleman è la fenomenologia dell'attenzione: talvolta è troppo aneddotica (quando descrive il comportamento del guardiano di un supermercato o i preparativi di Susan Butcher, quattro volte vincitrice della corsa più dura del mondo, la Iditarod, 1800 chilometri in slitta trainata da cani sui ghiacci dell'Artico), ma sempre mirata a coinvolgere il lettore.

Concentrazione e selettività sono modalità essenziali dell'attenzione. Sono complementari, ma la prima è più rivolta all'interno della coscienza, la seconda all'esterno, per isolarne le componenti più significative. Persone geniali come Einstein capaci di grande concentrazione interiore nell'affrontare un problema scientifico, nella vita

manifestano sorprendenti distrazioni (Einstein usava un biglietto da mille dollari come segnapagina). La concentrazione richiede un

processo selettivo, come quello che porta a contare i palleggi dei giocatori senza vedere l'orso che balla tra gli atleti. Ma non basta per generare una mente geniale. Genialità è mettere in contatto aree diverse e lontane del cervello notando analogie o rovesciando il punto di vista sul problema.

L'attenzione - osserva Goleman - oggi è in crisi. Internet, sms, social network, videogiochi, la perenne connessione e la globale contemporaneità del mondo sono fattori responsabili del deficit di attenzione che affligge tanti ragazzi e tanti adulti. Il giudizio però non è del tutto negativo: a parte la dipendenza dalla rete, che è patologia, la connettività produce sì distrazione personale, ma anche una maggiore attenzione collettiva verso grandi pro-

blemi politici, sociali, ecologici. Ciò non toglie che sia importante coltivare l'attenzione emotiva ed empatica in contrapposizione alla «cecità sistemica» che ci distoglie, ad esempio, dai pericoli di una finanza spregiudicata o dall'orrore delle guerre che i tg ci presentano. La lezione dei «neuroni specchio» scoperti da Rizzolatti e dal suo gruppo dell'Università di Parma compare tra le righe, ma non è abbastanza considerata. Invece molto spazio Goleman dedica alla figura del leader. Il leader deve avere attenzione selettiva ed empatica per il suo popolo ma di questo popolo deve anche dirigere l'attenzione verso i propri obiettivi, in modo più o meno occulto. Una dialettica tra attenzione e *misdirection*, la tecnica che usano i «maghi» alla Silvan. In Italia ne sappiamo qualcosa.