

# Le emozioni primarie e secondarie



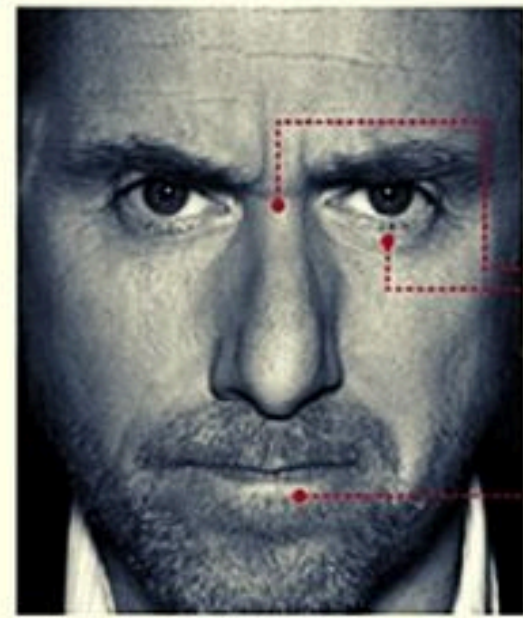
---

Mima una emozione che conosci e chiedi al tuo compagno di riconoscerla, poi scambiatevi e riconosci tu quella che mima lui o lei

---



## ESPRESSIONI FACCIALI - TIM ROTH



**anger**

- ① eyebrows down and together
- ② eyes glare
- ③ narrowing of the lips



**disgust**

- ① nose wrinkling
- ② upper lip raised



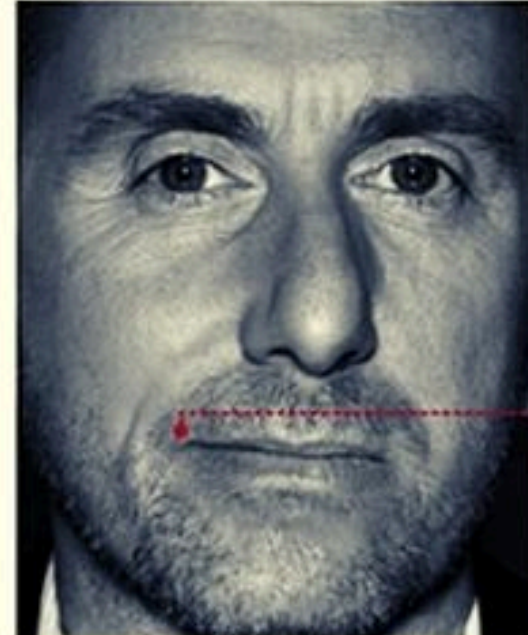
**fear**

- ① eyebrows raised and pulled together
- ② raised upper eyelids
- ③ tensed lower eyelids
- ④ lips slightly stretched horizontally back to ears



**sadness**

- ① drooping upper eyelids
- ② losing focus in eyes
- ③ slight pulling down of lip corners



**contempt**

- ① lip corner tightened and raised on only one side of face



**surprise**

- Lasts for only one second:
- ① eyebrows raised
- ② eyes widened
- ③ mouth open

Ci siete riusciti? Perché le emozioni sono così riconoscibili? Vediamolo insieme

Le emozioni primarie sono emozioni innate e sono riscontrabili in qualsiasi popolazione, per questo sono definite primarie ovvero universali.

Vorrei porre l'accento sul lavoro messo a punto da Ekman nel 2008.

Questo psicologo americano racconta di essere stato in un remoto villaggio sulle alture della Papua Nuova Guinea per studiare gli abitanti del posto e verificare se fosse possibile riscontrare anche tra loro le stesse emozioni provate da altri popoli.

Fu proprio seguendo questa Tribù che Ekman poté notare come le espressioni di base fossero universali perché riscontrabili in popolazioni diverse, anche in quella dei Fore che è isolata dal resto del mondo. Così decise di stilare una lista di emozioni divise in primarie e secondarie.

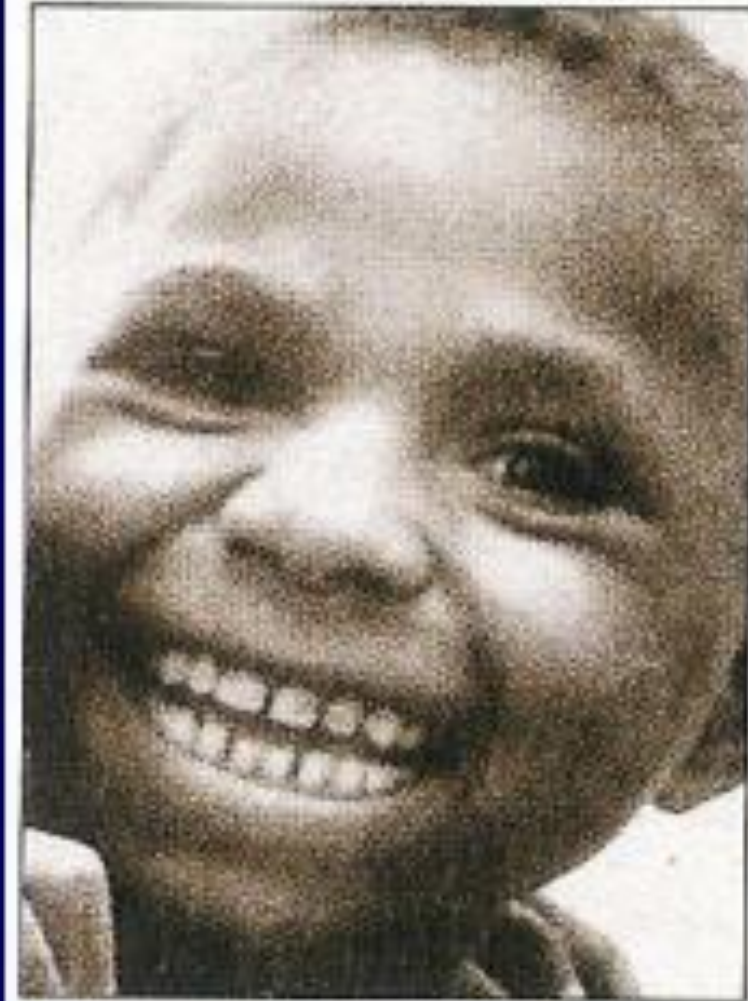


## L'espressione delle emozioni

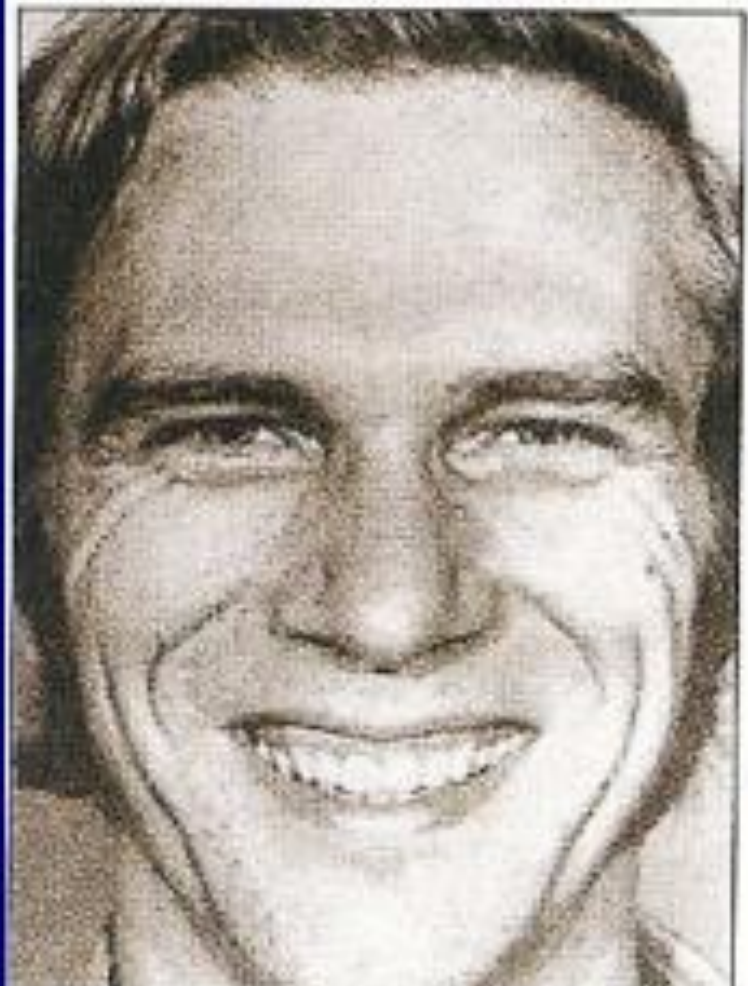
### *La comunicazione non verbale: la mimica facciale*

Le espressioni mimiche delle emozioni variano nei diversi contesti culturali?

Soggetti  
appartenenti alla  
cultura Fore della  
Nuova Guinea



Soggetti  
occidentali  
degli Stati  
Uniti



Secondo  
Paul Ekman  
immagini come  
queste  
confermerebbero  
la tesi  
dell'universalità  
delle emozioni e  
delle loro  
espressioni  
facciali.



# LE EMOZIONI

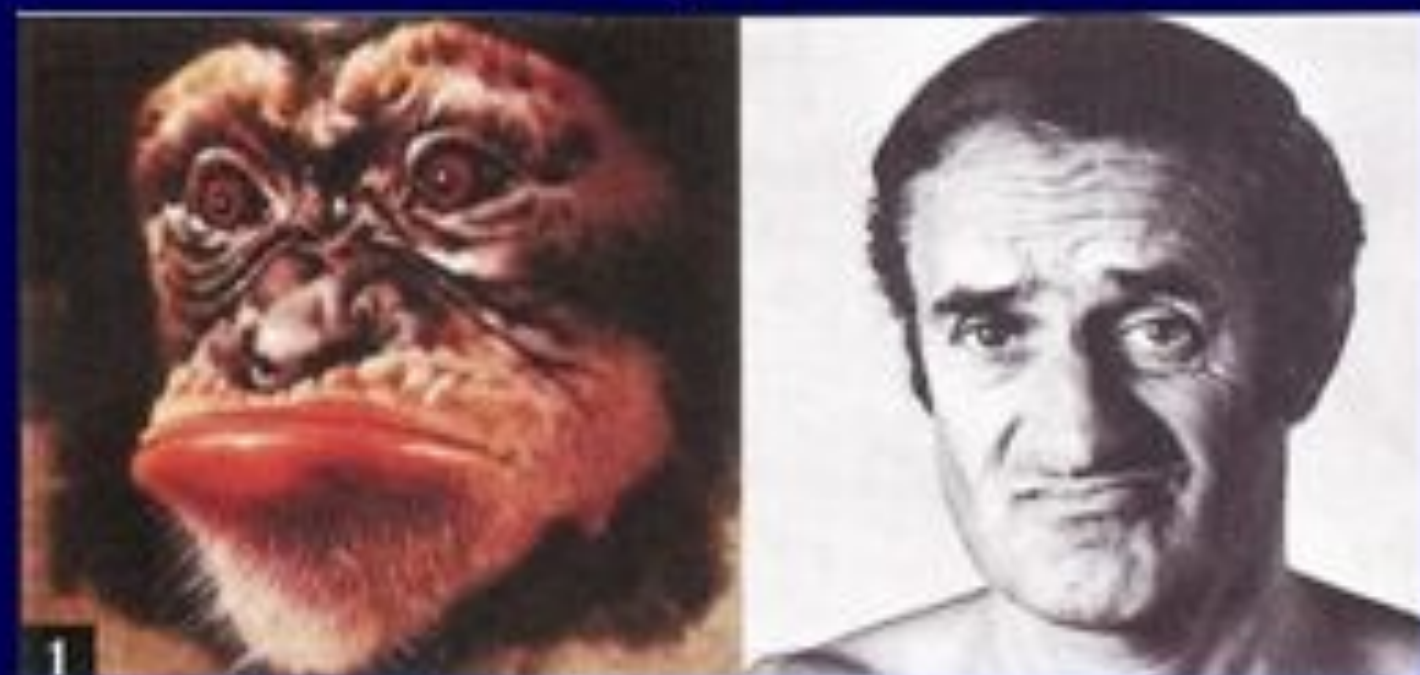
L'espressione delle emozioni

*La comunicazione non verbale: la mimica facciale*

Nella sua opera *L'espressione delle emozioni nell'uomo e negli animali* (1872) Charles Darwin espose il risultato di 34 anni di ricerca sulla analogia tra le espressioni mimiche degli animali e quelle dell'uomo e concluse che esse sono il prodotto dell'evoluzione.

Si osservi il sottostante confronto tra scimpanzé e uomo

1 – Dubbio, Incredulità



2 – Sorriso



3 – Preoccupazione



4 – Risata





Le abbiamo incontrate in un cartone....





# GRIGLIA DELLE EMOZIONI

| STIMOLO                                                   | EMOZIONE                                                                                      | BISOGNO            | AZIONE                     |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|
| SOPRUSO                                                   |  RABBIA     | ESSERE RISPETTATO  | COMPORTAMENTO<br>ASSERTIVO |
| PERDITA                                                   |  TRISTEZZA | ESSERE SOSTENUTO   | CHIEDERE SOSTEGNO          |
| PERICOLO                                                  |  PAURA    | ESSERE RASSICURATO | CHIEDERE<br>RASSICURAZIONE |
| RICONOSCIMENTO<br>SULL'ESSERE, SENTIRE,<br>PENSARE E FARE |  GIOIA    | CONDIVISIONE       | CONDIVIDERLA               |



# Le emozioni primarie 6 più 1

Le emozioni primarie o di base sono:

1. rabbia, generata dalla frustrazione che si può manifestare attraverso l'aggressività;
2. paura, emozione dominata dall'istinto che ha come obiettivo la sopravvivenza del soggetto ad una situazione pericolosa;
3. tristezza, si origina a seguito di una perdita o da uno scopo non raggiunto;
4. gioia, stato d'animo positivo di chi ritiene soddisfatti tutti i propri desideri;
5. sorpresa, si origina da un evento inaspettato, seguito da paura o gioia;
6. disprezzo, sentimento e atteggiamento di totale mancanza di stima e disdegnato rifiuto verso persone o cose, considerate prive di dignità morale o intellettuale;
7. disgusto, risposta repulsiva caratterizzata da un'espressione facciale specifica.

# A cosa servono e quando si attivano

Come vedete sono adattive, come faremmo senza di loro?

## Gioia

- prepara e mantiene le condizioni fisiche e mentali per raggiungere o aver raggiunto uno scopo

## Rabbia

- si attiva quando subiamo un sorpreso. serve per accrescere la propria competenza e affermarsi sugli altri

## Tristezza

- è legata alla perdita e ha la funzione di fermarsi per recuperare le forze

## Paura

- estremamente adattiva e ci prepara a una situazione specifica di pericolo

## Disgusto

- altamente adattivo blocca l'assunzione di sostanze dannose, tiene lontano da sostanze sconosciute o potenzialmente dannose



---

# Le emozioni secondarie

Le emozioni secondarie, invece, sono quelle che originano dalla combinazione delle emozioni primarie e si sviluppano con la crescita dell'individuo e con l'interazione sociale.

Quindi, le seconde sono delle emozioni più complesse e hanno bisogno di più elementi esterni o pensieri eterogenei per essere attivate.

Si sviluppano successivamente nell'individuo con la crescita e la maturazione del sistema nervoso, in particolare della neocorteccia.



**Ecco come si  
miscelano per  
colorare e dare le  
sfumature a tutte  
le sensazioni della  
nostra esistenza**

## INSIDE OUT: LE COMBINAZIONI DI EMOZIONI

