

Malati di ambizione

di Paola Emilia Cicerone

Che cosa spinge l'uomo al successo? La genetica ora lo ha scoperto. E detta le regole per conquistare il mondo.

La mia unica ambizione, sosteneva lo scrittore Charles Bukowsky, è quella di non essere nessuno. Un punto di vista interessante, ma poco condiviso da una società che premia, almeno temporaneamente, il successo e la capacità di arrivare in vetta, costi quel che costi. E la pressione è tale che non poteva che nascere una scienza, dell'ambizione. Per definire quella che per l'umorista americano Jerome K. Jerome era semplicemente "vanità passata di grado". E individuarne l'origine. Giacché, e su questo gli antropologi concordano, l'ambizione è un tratto evolutivo della nostra specie e, come afferma Edward Lowe della Soka University of America, "in qualunque modo una cultura definisca e valuti lo stato sociale, in ogni comunità ci sono persone che lo perseguono aggressivamente e altre no".

Cosa ci fa appartenere all'uno o all'altro gruppo umano? Ambiziosi si nasce o si diventa? Esiste un gene dell'ambizione, nasciamo programmati per sfidare il mondo o si tratta di un piacere che scopriamo strada facendo? Uno studio americano realizzato alla Washington University di Saint Louis nel Missouri mostra che gli studenti più dotati di persistenza, ossia della capacità, strettamente connessa all'ambizione, di impegnarsi fino al raggiungimento di un obiettivo, hanno un'attivazione particolarmente spiccata di una specifica zona del cervello, detta area limbica, strettamente collegata all'elaborazione delle emozioni. I ricercatori hanno arruolato un gruppo di studenti e gli hanno sottoposto un questionario appositamente designato non ad attivare l'intelligenza, la cultura o altre attitudini, ma proprio il livello di determinazione dei soggetti. Poi hanno fotografato i cervelli degli studenti in azione e hanno visto, appunto, che ad attivarsi era una specifica area cerebrale. È impossibile dire se a guidare i comportamenti ambiziosi e ad accendere l'area cerebrale siano le differenze del cervello presenti sin dalla nascita o quelle poi generate dal complesso interagire di geni e ambiente. "Dagli studi sui gemelli realizzati negli Stati Uniti, ma anche in Australia, sappiamo che l'ambizione è ereditaria al 50 per cento circa", afferma uno dei responsabili dello studio, lo psichiatra Robert Cloninger, autore di 'Sentirsi Bene. La scienza del benessere' (CIC Edizioni Internazionali 2006): "Insomma, che metà dell'ambizione di una persona deriva dal suo patrimonio genetico, e il rimanente dalle sue esperienze di vita".

La persistenza però non è tutto: "L'ambizione può essere scissa in almeno tre elementi", sostiene Dean Simonton, psicologo dell'Università della California, Davis: "Oltre alla capacità di tener testa agli ostacoli e resistere alla delusione, c'è la volontà di raggiungere uno status socio-economico migliore dell'attuale, e un elevato livello di energia finalizzata al raggiungimento di tale obiettivo". A questo si aggiunge un certo grado di fiducia in se stessi, che tuttavia non è assolutamente indispensabile, così come non lo è l'intelligenza: "A meno che l'obiettivo non sia quello di vincere un premio Nobel", scherza Simonton: "L'intelligenza può aiutare a realizzare determinate ambizioni, ma non è una componente essenziale dell'ambizione. A volte è solo questione di trovare lo stimolo giusto". Così può accadere che due individui evidentemente determinati e ambiziosi come Steve Jobs e Steve Wozniak, i fondatori della Apple, abbiano preso strade così diverse pur partendo dallo stesso punto. Oggi, chi più si ricorda del genio Wozniak che a 34 anni si è ritrovato multimiliardario e ha mollato tutto? Mentre il collega Jobs non manca di stupire di anno in anno con continue e ambiziosissime iniziative (dalla riforma della Disney all' i-Pod fino alla Pixar). È palese che nel cervello dei due ci sono cose diverse. Solo genetica?

Risponde Gian Vittorio Caprara, ordinario di Psicologia della Personalità dell'Università di Roma La Sapienza: "Ad avere origini genetiche è l'energia, la spinta al successo, insomma il materiale grezzo che ci serve a definire gli obiettivi". E anche la capacità di reggere le sfide, "di gestire bene

le situazioni stressanti in cui dall'ambiente arrivano richieste impegnative", aggiunge Antonella Delle Fave, docente di Psicologia generale all'Università degli studi di Milano.

"L'ambizione ha un ruolo preciso nell'evoluzione, perché contribuisce alla sopravvivenza del più forte, alla propagazione dei geni più efficienti", spiega Simonton. Anche tra gli animali infatti ci sono leader nati: tra i lupi, i maschi alfa si riconoscono fin dalla cucciolata per la curiosità con la quale esplorano l'ambiente e si battono per il cibo e l'attenzione della mamma, e restano così fino a 10-11 anni, quando muoiono lasciando dietro di sé una numerosa discendenza, mentre i gregari si riproducono meno di frequente e di solito non arrivano ai quattro anni.

Allo stesso modo nelle famiglie umane ci sono vincenti e falliti, e persone che sembrano apparentemente inattaccabili dal fuoco dell'ambizione. Cosa determina il loro destino? E fino a che punto è possibile costruire un vincente? Gli psicologi ritengono che l'ambiente ideale sia quello che pone obiettivi ambiziosi ma realistici, valorizzando i successi senza drammatizzare le sconfitte: "Le persone imparano a impegnarsi per raggiungere un obiettivo se si convincono che il loro sforzo sarà premiato: può essere d'aiuto porsi delle mete non troppo difficili da raggiungere, in modo da acquisire fiducia in se stessi", osserva Cloninger.

"In una cultura codina l'ambizione può essere valutata negativamente mentre, al contrario, un eccesso di avventurismo vitalistico può portare a esaltarla in modo acritico", spiega Caprara: "In Italia corriamo il rischio opposto, che si affermi tra le nuove generazioni una cultura della rassegnazione rafforzata da una complicità familiare e sociale". A dimostrare quanto conti l'ambiente sociale soccorre una ricerca di Marcelo Suarez-Orozco della New York University che ha studiato il comportamento degli ispanici immigrati. Le 400 famiglie da lui esaminate provenivano da piccoli villaggi rurali dell'Asia, dell'America Latina e dei Caraibi in cui è del tutto assente il clima competitivo di New York. Eppure, sbarcati negli Usa, gli immigrati hanno cambiato radicalmente il loro atteggiamento: i bimbi a scuola vanno meglio dei loro compagni americani e anche gli adulti lottano con una determinazione del tutto inedita alle loro latitudini. "Un secolo fa," ha commentato Orozco, "per acquisire lo status della classe media americana, gli immigrati avevano bisogno di due o tre passaggi generazionali. Adesso basta una generazione".

Perché chi cresce in una famiglia benestante può ereditare utili strumenti, oppure un atteggiamento di aristocratica indolenza, mentre un'origine modesta può essere la spinta per far meglio o generare una sensazione di impotenza inerte. Secondo gli antropologi, la maggior parte delle persone ambiziose appartiene alla classe media, a famiglie che hanno già raggiunto qualche obiettivo, ma non sono certe di poterlo mantenere: è in questo ambiente che si fa sentire più forte quella che l'antropologo Edward Lowe definisce 'ansia da status'.

Ed è qui che cominciano i guai: cosa succede quando l'ambizione, spesso sotto la spinta di pressioni sociali, si trasforma in frustrazione? "Una società in cui la maggior parte delle ragazze desidera fare la velina, e non senza qualche motivazione valida, è inevitabilmente destinata a generare frustrazioni", spiega Caprara: "Il fallimento e la delusione nascono quando l'ambizione è sbilanciata rispetto alle potenzialità. Per questo può essere utile scoraggiare le ambizioni mal riposte, o quanto meno allargare la gamma delle opzioni possibili, per evitare che le sfide proposte dall'ambiente si trasformino in trappole".

Infatti, a correre i rischi maggiori è proprio chi non si accontenta. "Chi non è gratificato dall'obiettivo in sé ma dallo sforzo per raggiungerlo e continua a porsi traguardi sempre più impegnativi, è a rischio", spiega Maria Grazia Cassitto, psicologa presso il dipartimento di Medicina del Lavoro del Policlinico Mangiagalli Regina Elena di Milano: "Più vulnerabile alle cardiopatie, a causa della continua attivazione che non lascia margini di recupero". Più in generale, tutti gli ambiziosi devono convivere con una certa dose di stress, ma i loro successi contribuiscono a proteggerli. "A essere nocivo è soprattutto il senso di impotenza di chi si sente in trappola, incastrato senza possibilità di progredire", prosegue Cassitto: "Senza dimenticare le vittime dell'ambizione altrui, ossia quanti subiscono l'aggressività di arrivisti senza scrupoli, che può tradursi in un indebolimento delle difese immunitarie oltre che in disturbi emozionali, neurovegetativi e stress correlati".

Dominare stressa. Anche tra i lupi e gli scimpanzè i maschi dominanti hanno problemi di ansia e soffrono di ulcere e attacchi di cuore. Forse per questo, sia tra gli animali che tra gli umani, ci sono molti individui che finiscono con l'adattarsi serenamente a svolgere un ruolo da comprimari. Ma anche questo è un problema, il famoso 'potere che logora chi non ce l'ha' di andreeviana memoria. Quindi: i genitori che pensano di proteggere i figli creando ambienti ovattati e non chiedendo loro di impegnarsi nel mondo, si ricordino che, come conclude Caprara, "un'ambizione commisurata all'ambiente e alle proprie capacità è una carica positiva ricca di potenzialità e di soddisfazioni". Anzi, oggi gli psicologi sono convinti che il potere logora solo chi non ce l'ha. Le vittime dello stress non sono tanto i manager, gratificati dagli stessi impegni che dovrebbero stressarli, ma i subalterni perennemente in balia di decisioni e volontà altrui. È la status sindrome denunciata dall'epidemiologo inglese Michael Marmot, che descrive il benessere come "un rapporto equilibrato tra sforzi e gratificazioni". La faccenda sta assumendo proporzioni tali che se n'è parlato al 28 congresso mondiale di Medicina del lavoro, da poco concluso a Milano: "Si sta verificando un aumento di patologie croniche stress correlate legate all'attuale ordinamento socio-economico", spiega Robert Karasek dell'Università del Massachusetts: "È come se la mancanza di controllo sulla propria vita si traducesse in un'alterazione dei sistemi di autoregolazione del nostro organismo".

Fonte: <http://espresso.repubblica.it/dettaglio/Malati%20di%20ambizione/1340269>