

# Perché ridiamo?

di Sophie Scott – Ridere è un'azione molto strana, ha un suono particolare, primitivo. Ricorda più il richiamo di un animale che il linguaggio. Ci sono molti esempi di risata, non ne esiste solo una. Può essere gioiosa oppure ci sono quelle risate che tolgono il respiro, ci sono risate timide o quelle fragorose. Insomma le risate ci spingono a fare rumore molto strani.

Per capire la risata, dovete osservare una parte del corpo su cui psicologi e neuroscienziati normalmente non si soffermano, la cassa toracica. Tutti noi utilizziamo la cassa toracica ogni giorno per respirare. Non smettiamo mai di farlo. Appena iniziate a parlare, iniziate ad usare la respirazione in modo differente. Parlando, la cassa toracica produce piccoli movimenti per spremere fuori l'aria. Infatti siamo gli unici animali in grado di farlo. Per questo riusciamo a parlare.

Scientificamente, sappiamo poco della risata, ma a quanto pare tutto quello che crediamo di sapere è sbagliato. Non è difficile, ad esempio, sentire qualcuno dire che gli umani sono gli unici animali a ridere. È la stessa cosa che pensava anche Nietzsche. Al contrario, molti mammiferi sono capaci di ridere. È ben descritta e osservata nei primati, ma vale anche per i ratti, e in ciascun caso – umani, primati, ratti – pare associata a cose quali il solletico.

Per gli umani vale lo stesso. È associata al gioco, e tutti i mammiferi giocano. Si ride 30 volte di più se si è in compagnia piuttosto che da soli, e la maggior parte delle risate è prodotta in contesti sociali, come in una conversazione.

Se chiedete a delle persone quando ridono, diranno che accade durante le commedie e parleranno di umorismo e

barzellette. Osservandoli vi accorgete che ridono con i loro amici. E quando ridiamo con qualcuno, raramente ridiamo per le barzellette.

Ridiamo per mostrare alle persone che le capiamo, che concordiamo con loro, che facciamo parte dello stesso gruppo. Ridiamo per dimostrare che ci piacciono. Magari anche che li amiamo. E lo facciamo mentre parlate, la risata veicola molte emozioni.

Il motivo per cui ridevamo sentendo altre risate, è che in termini comportamentali il ridere ha un effetto contagioso. La risata può essere trasmessa da un altro, ed è più facile farsi contagiare da qualcuno che si conosce. Come con lo sbadiglio. Se un vostro amico ride di gusto, vi sarà quasi impossibile resistere. Dovete pensare al significato sociale della risata visto che è in questo che ha origine.

I neuroscienziati pensano che ci possano esistere due tipi di risate. È forse possibile che le basi neurali della risata spontanea, involontaria, siano differenti rispetto a quelle della più contenuta risata sociale. È possibile che la risata abbia due diversi tipi di origine.

Esiste la risata spontanea e quella fittizia.

Le persone capiscono la differenza tra la risata vera ed una impostata. Ci appaiono differenti. La risata involontaria ci risulta diversa dalla risata sociale. Sono acusticamente diverse. La risata impostata ci suona un po' falsa. In verità, non lo è: è importante in termini sociali. La usiamo molto e in tante situazioni ed è una cosa a sé stante.

E come reagisce il cervello al sentire una risata?

Nel sentire risate spontanee e impostate il cervello reagisce in modo completamente e significativamente diverso. A quanto pare nell'ascoltare qualcuno ridere spontaneamente si percepiscono suoni inesistenti in altri contesti. È molto

chiaro e sembra essere associato a sofisticate elaborazioni auditive di questi nuovi suoni. Al contrario, sentendo qualcuno che ride in maniera impostata reagiscono aree del cervello adibite a capire gli stati mentali altrui.

Credo significhi quando si sente qualcuno fare ridere per finta, cerchiamo di capire perché sta ridendo. C'è sempre un significato. Si cerca sempre di contestualizzare.

Abbiamo anche potuto studiare come cambia l'ascolto della risata durante la crescita.

La Royal Society ha condotto degli esperimenti e ha capito che invecchiando, si migliora nell'individuare le risate vere. Quindi i bambini di sei anni non possono capire la differenza. Invecchiando, miglioriamo ma non si raggiunge il picco della performance fino ai 30 o 40 anni. Non si comprende pienamente la risata durante la pubertà.

Inoltre più siamo giovani è più siamo inclini alla risate, al divertirsi. Invecchiando diventiamo tutti più scontrosi, o, comprendendo sempre di più la risata, le risate altrui non ci offrono più soddisfazione.

Ridere fa bene, allunga la vita si dice, e forse è vero. Infatti tutti lo facciamo in continuazione. Lo si fa con tale frequenza da non farci caso. Tutti sottostimiamo quanto si ride, e farlo con qualcuno ci consente di accedere ad un sistema evolutivo antico che i mammiferi hanno sviluppato per creare e mantenere legami sociali, e chiaramente per regolare le emozioni, per farci sentire meglio. Quindi ridete e divertitevi, è la cosa più bella del mondo. O quasi.

*Tratto dal Ted di Sophie Scott  
traduzione di Vittorio Carrannante*