

# Da Pilato a Lady Macbeth: lavarsene le mani per lavar via il senso di colpa.

Loreta Cannito, Gilberto Gigliotti

---

Alleviare il senso di colpa lavandocene le mani, proprio come Ponzio Pilato. Oltre ad essere una comune – e decisamente raccomandabile – norma igienica, cosa ci dice la ricerca psicologica del rito dell'abluzione come strumento per ripulire anche la coscienza?

Il senso di colpa è definito come una risposta fisiologica e cognitiva spiacevole data dalla constatazione di aver violato una norma o causato uno svantaggio ad altri con una propria azione o con la sua omissione.

Assieme alla vergogna, all'imbarazzo, alla timidezza e all'orgoglio, la colpa è considerata un'emozione secondaria facente parte delle cosiddette emozioni complesse e dell'auto consapevolezza. Il primo scopo funzionale del senso di colpa infatti, è quella di comunicare a sé e agli altri di aver commesso un errore al quale bisogna porre rimedio. Non è insolito infatti esperire sensazioni corporee (e.g. nodo alla gola) che risultano essere la diretta conseguenza del processo di elaborazione dell'errore

commesso e della consapevolizzazione di aver arrecato un danno a qualcosa o qualcuno. In questo senso, la colpa è un'emozione prettamente sociale in quanto è presupposto ed intrinsecamente necessario il riferimento ad un'entità esterna all'individuo. Pertanto, sebbene la colpa sia associata ad uno stato psico-fisiologico spiacevole, la sua funzione evolutiva assume una connotazione positiva. In particolare, è stato notato come il senso di colpa presenti una relazione stabile e diretta con il comportamento successivo, tanto che in seguito ad un'azione scorretta o immorale cerchiamo di mettere in atto un comportamento prosociale con maggiore frequenza e caparbietà (Tangney et al., 2007; Baumeister et al., 1994; Carlsmith & Gross, 1969; Freedman et al., 1967). Tale comportamento prosociale "riparativo" tuttavia, può essere diretto anche verso un destinatario differente rispetto a quello cui era stata diretta l'azione immorale. Pertanto è stato suggerito che l'applicazione di comportamenti altruistici e prosociali vadano a mitigare

il senso di colpa (riducendo così le sensazioni spiacevoli ad esso associate) per l'azione precedentemente compiuta (Xu et al., 2011), piuttosto che promuovere un miglioramento per il soggetto che ha subito il torto.

Ma con quale criterio ciascuno di noi stabilisce di volta in volta se e quanto dovremmo sentirci in colpa?

### **Le differenze individuali e senso di colpa**

Differenze nella capacità di esperire il senso di colpa sono frutto dell'azione congiunta di predisposizioni individuali e fattori situazionali. In primo luogo, in letteratura sono state a lungo indagate differenze legate ad una macro-categorizzazione di genere. Per esempio è stato mostrato che, benché le donne riportino maggiore propensione alla vergogna e alla colpa, gli uomini presentano maggiore colpa di tratto (Benetti-McQuoid, & Bursik, 2005). Nondimeno è stato studiato il rapporto tra intensità del senso di colpa e variazioni patologiche nella struttura di personalità e nelle rappresentazioni della responsabilità percepita, come avviene in alcuni disturbi clinici quali psicopatìa o disturbo ossessivo compulsivo (e.g. Stewart & Shapiro, 2011).

Anche differenze strutturali e funzionali nei pattern neurali sono state chiamate in causa quali possibili fonti di influenza sul senso di colpa. Per esempio, con

l'utilizzo della risonanza magnetica funzionale è stato possibile dimostrare che la rievocazione di episodi autobiografici legati all'esperienza di colpa è sostenuta dall'attività di due aree corticali: una regione della *corteccia orbito-frontale destra* il cui grado di attivazione era inoltre fortemente correlato al punteggio riportato nella misurazione della colpa di tratto e la *corteccia pre-frontale dorso-mediale* la cui attività è considerata critica per la Theory of Mind (Takahashi et al., 2004). Tale definizione racchiude numerosi contributi provenienti da diversi settori d'indagine il cui obiettivo è quello di approfondire la capacità di rappresentare mentalmente sé stessi e gli altri e le conseguenze legate alle azioni di ciascuno. È noto infatti come tale abilità sia carente o nulla in alcuni specifici quadri clinici, come i disturbi afferenti allo spettro autistico o i disturbi antisociali.

Questi ed altri fattori "predispongono" differenzialmente gli individui al senso di colpa e, pertanto, è difficile se non impossibile annullarne l'influenza (Hare, 1998). Tuttavia, ci sono diverse ragioni teoriche per credere che i fattori situazionali, su cui è più semplice applicare una manipolazione sperimentale, possano contribuire ad influenzare il senso di colpa percepito dagli individui.

### **L'inflizione del dolore e il lavaggio del corpo**

I recenti contributi sperimentali presenti in letteratura hanno indagato due principali metodi per la riduzione del senso di colpa: l'auto-inflizione del dolore e le pratiche legate alla pulizia e al lavaggio del corpo (Xu et al., 2014; Xu et al., 2011; Gluckich et al., 2001).

Il primo approccio fonda il suo razionale teorico su numerosi esempi storici che sono arrivati fino a noi. La storia infatti è piena di esempi di dolore ritualizzato o autoinflitto volto a raggiungere la purificazione (Glucklich, 2001). Le persone sentono di poter ottenere una "riparazione" per i propri comportamenti immorali semplicemente sperimentando il dolore; questo potrebbe essere il motivo per cui cercare l'auto-punizione è una risposta fondamentale ai sentimenti di colpa (Nelissen & Zeelenberg, 2009). Una ragione per la quale le persone credono che il dolore e la sofferenza possono servire come espiazione per il peccato potrebbe essere dovuta al fatto che l'esperienza del dolore fisico vada a compensare i sensi di colpa associati al comportamento immorale (Tangney et al., 2007). Tuttavia, ad oggi, c'è davvero poca ricerca sui benefici psicologici dell'esperienza del dolore.

Anche la pulizia fisica, così come l'auto inflizione del dolore, è da sempre un elemento centrale nelle cerimonie religiose. Questa pratica si basa sul presupposto che ci sia un'associazione psicologica tra purezza fisica e purezza morale.

## L'effetto Macbeth

La protagonista femminile dell'omonimo dramma shakesperiano, Lady Macbeth, ormai demente e divorata dal senso di colpa a causa dei suoi innumerevoli crimini, cammina nel sonno e si lava compulsivamente le mani, tentando di cancellare l'immagine del sangue delle vittime

*"Will all great Neptune's ocean wash this blood clean from my hand?"*



Lady Macbeth dice a Macbeth di lavare le mani per lavar via il senso di colpa per l'omicidio di Re Duncan – Fonte: worldhistory

Da qui il nome dell'"effetto Macbeth". Il bisogno di purificarsi per porre rimedio ad una minaccia alla propria integrità morale (Zhong & Liljenquist 2006) stimola una maggiore accessibilità mentale dei concetti relativi alla pulizia e da un maggiore desiderio per l'acquisto di prodotti per l'igiene corporea.

È stato inoltre dimostrato che la pulizia fisica allevia le conseguenze del comportamento non etico e riduce le minacce alla propria immagine morale. Pertanto, quelle che normalmente vengono considerate routine quotidiana

di igiene (come lavarsi le mani) per quanto semplici e necessarie possano apparire, possono fornire un potente antidoto per alleviare la minaccia percepita alla propria integrità morale consentendo alle persone di “lavar veramente via i propri peccati”.

L'indagine della relazione tra i costrutti appena citati risulta particolarmente rilevante al fine di una corretta valutazione di alcuni quadri patologici così come delle policies internazionali.

È ormai noto, infatti, che il livello di disonestà di una nazione (Ramamoorti, 2008; Kamaliah et al., 2018). così come degli operatori dipendenti di un'organizzazione (Dimmock et al., 2018) causi un impatto economico-finanziario negativo per tutta la struttura organica.

Pertanto, una maggiore conoscenza di tali fenomeni consentirebbe lo studio e l'applicazione di possibili programmi di training, nudging e persuasione volti a contenere e a migliorare l'esito di tale fenomeno sulle performance economiche.

## Bibliografia

1. Baumeister, R., Stillwell, A., & Heatherton, T. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115, 243– 267.  
doi:10.1037/0033-2909.115.2.243
2. Tangney, J., Stuewig, J., & Mashek, D. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345– 372.  
doi:10.1146/annurev.psych.56.091103.070145
3. Xu, H., Begue, L., & Shankland, R. (2011). Guilt and guiltlessness: an integrative review. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(7), 440-457.
4. Hemphill, J. F., Hare, R. D., & Wong, S. (1998). Psychopathy and recidivism: A review. *Legal and criminological Psychology*, 3(1), 139-170.
5. Freedman, J. L., Wallington, S. A., & Bless, E. (1967). Compliance without pressure: The effect of guilt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7(2p1), 117.
6. Xu, H., Bègue, L., & Bushman, B. (2014). Washing the guilt away: effects of personal versus vicarious cleansing on guilty feelings and prosocial behavior. *Frontiers in human neuroscience*, 8, 97.
7. Carlsmith, J. M., & Gross, A. E. (1969). Some effects of guilt on compliance. *Journal of personality and social psychology*, 11(3), 232.
8. Nelissen, R., & Zeelenberg, M. (2009). When guilt evokes self-punishment: evidence for the existence of a Dobby Effect. *Emotion*, 9(1), 118
9. Zhong, C. B., & Liljenquist, K. (2006). Washing away your sins: Threatened morality and physical cleansing. *Science*, 313(5792), 1451-1452.
10. Xu, H., Begue, L., & Shankland, R. (2011). Guilt and guiltlessness: an integrative review. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(7), 440-457.
11. Glucklich, A. (2001). The Tortures of the Inquisition and the Invention of Modern Guilt. *Sacred Pain: Hurting the Body for the Sake of the Soul*, 153-178.
12. Ramamoorti, S. (2008). The psychology and sociology of fraud: Integrating the behavioral sciences component into fraud and forensic accounting curricula. *Issues in Accounting Education*, 23(4), 521-533.)
13. Kamaliah, K., Marjuni, N. S., Mohamed, N., Mohd-Sanusi, Z., & Anugerah, R. (2018). Effectiveness of monitoring mechanisms and mitigation of fraud incidents in the public sector. *Administration & Public Management Review*, (30).
14. Benetti-McQuoid, J., & Bursik, K. (2005). Individual differences in experiences of and responses to guilt and shame: Examining the lenses of gender and gender role. *Sex roles*, 53(1-2), 133-142.
15. Stewart, S. E., & Shapiro, L. (2011). Pathological guilt: A persistent yet overlooked treatment factor in obsessive-compulsive disorder. *Annals of Clinical Psychiatry*, 23(1), 63-70.