

[Alberto Siracusano](#) <sup>1</sup> Professore Ordinario di Psichiatria, Università di Roma Tor Vergata

"La rabbia: una emozione trascurata"

La rabbia è un'emozione trascurata, poche sono le ricerche che la studiano. Più frequentemente vengono analizzati nei dettagli i comportamenti a essa collegati, soprattutto aggressività, violenza, ostilità.

Ira, collera, rabbia costituiscono i rami di un'intricata foresta emotiva in cui si intrecciano, in modo spesso caotico, emozioni, sentimenti, stati d'animo, difficili da riconoscere, da distinguere, da definire.

La rabbia per essere capita ha bisogno di essere scomposta nelle diverse tessere che formano il mosaico di questo intricato sentimento. Le prospettive di osservazione sono scientifiche, comportamentali, ambientali, culturali, individuali, gruppali. Per fronteggiare la rabbia, dobbiamo partire dal presupposto che si tratta di una passione che deve essere sottoposta al controllo della razionalità. Il male di rabbia deve essere combattuto in tutti i modi, e la società deve essere la prima a riconoscerlo e a fronteggiarne il dilagare.