

Metodi di ricerca in psicologia

I principali metodi di ricerca in psicologia sono:

Metodo sperimentale: nel metodo sperimentale il ricercatore, basandosi su ipotesi formulate in precedenza, mira a dimostrare l'esistenza di relazioni di causa-effetto tra variabile indipendente e dipendente. Prendere in considerazione un fenomeno implica una formulazione di ipotesi, ovvero un postulato circa l'esistenza di determinate relazioni di dipendenza funzionale fra gli aspetti specifici del fenomeno: le variabili. Successivamente, grazie alla verifica delle ipotesi fatte, si cerca di spiegare che cosa accade quando quel particolare fenomeno accade. Per individuare le ipotesi e formulare un adeguato progetto di ricerca occorre innanzitutto avere un'idea precisa dell'oggetto di studio analizzando la letteratura esistente. Per realizzare correttamente un progetto di ricerca, occorre esercitare un controllo accurato su tutte le variabili in grado di influenzare l'andamento della ricerca, sia quelle sperimentali che quelle extrasperimentali, garantisce il rigore e la precisione del piano sperimentale. È possibile, infatti, che i risultati ottenuti dalla ricerca non siano attribuibili esclusivamente alla manipolazione delle variabili indipendenti, ma siano dovuti a fattori esterni interferenti non adeguatamente controllati. Vi sono due tipologie di controllo: metodologico e statistico. Il controllo metodologico svolge una funzione preventiva in quanto mira a prevenire errori procedurali che possono minare l'andamento della ricerca stessa. Questa prima forma di controllo si realizza in due momenti principali della sperimentazione: il campionamento dove il ricercatore, durante la progettazione deve delimitare una popolazione di individui sulla quale svolgere lo studio del fenomeno e dovrà possedere le medesime caratteristiche della popolazione oggetto di esame. La seconda tappa è la realizzazione del piano sperimentale. Questo controllo riguarda in primo luogo le variazioni della situazione. Inoltre, il controllo sul piano sperimentale riguarda gli effetti dovuti al numero e il tipo delle variabili introdotte dallo sperimentatore. A seconda del numero delle variabili indipendenti introdotte si possono avere disegni unifattoriali o multifattoriali. Così in relazione al tipo di variabili, il controllo può riguardare variabili inter-soggetti (between subject) se le variabili agiscono in modo diverso in gruppi di soggetti diversi o variabili intra-soggetti (within subject), se invece le variabili agiscono in maniera diversa su un unico gruppo di soggetti. A livello statistico il controllo avviene a livello di statistica inferenziale in quanto solo attraverso tale tipo di verifica è possibile stabilire se accettare o meno l'ipotesi sperimentale e avvalorare in tal modo il progetto di ricerca. Per quanto riguarda la raccolta dati il metodo maggiormente utilizzato nella ricerca sperimentale è il questionario che è considerato uno strumento "rigido" e "standardizzato" che permette elevata comparabilità delle risposte, tempi di rilevazione modesti con conseguente riduzione dei costi; inoltre è versatile per forma e contenuti e

può essere impiegato nelle situazioni più vaste sia in ricerca sperimentale che applicata, garantisce l'anonimato e può raggiungere un ampio numero di rispondenti. Ha come limiti di basarsi su resoconti soggettivi, quindi falsificabili e/o peccare nell'accuratezza a causa di scarsa consapevolezza, mancata motivazione o mancata comprensione delle domande.

Metodo osservativo: in generale, questo approccio metodologico può essere utilizzato quando non si ha un'idea precisa delle variabili da prendere in considerazione, e si desidera raccogliere dati per formulare ipotesi interpretative, oppure quando si desidera testare o applicare una griglia di comportamenti per valutare la presenza e/o l'entità di certi fenomeni in un contesto relazionale specifico, nel momento e nel loro sviluppo nel tempo. Infatti il metodo osservativo si pone obiettivi prevalentemente descrittivi. Per osservare il loro comportamento ci si può avvalere di 2 forme: un'osservazione naturale, non programmata e meno accurata, e un'osservazione controllata o sistematica, così detta perché permette di osservare il comportamento spontaneo in una situazione manipolata e controllata dall'esaminatore (ad esempio la Strange Situation). Solitamente gli esaminatori decidono in anticipo cosa osservare e registrano solo quegli avvenimenti che li interessano, altre volte invece i comportamenti da osservare vengono registrati ad intervalli di tempo regolari (ogni ora, ogni settimana) e in questo caso occorre essere molto attenti, perché i comportamenti variano nel corso del tempo. Per non incorrere in errore, può essere utile avvalersi di più osservatori, per evitare che l'osservazione venga distorta da pregiudizi o aspettative dell'esaminatore. L'osservazione sistematica può rispondere a molte domande ed ha il pregio, rispetto all'osservazione naturale, di permettere un accurato controllo sia del comportamento che si studia che delle variabili che possono influenzarlo. Il suo limite maggiore è rappresentato dal fatto che il campo di osservazione non è familiare e, pertanto, il comportamento osservato può non verificarsi come in condizioni naturali. La ricerca di tipo osservativo richiede comunque una fase di progettazione in cui specificare le caratteristiche dei soggetti, gli indicatori comportamentali che si intende osservare e in quale contesto. L'osservazione consente di integrare i dati ottenuti attraverso altre tecniche con indicazioni tratte da una gamma molto ampia di comportamenti verbali e non verbali, permettendo una visione globale dell'individuo. Prevede una sistematica e pianificata applicazione di un sistema di procedure per la raccolta dei dati di cui siano state precedentemente verificate validità ed attendibilità. Di solito l'osservazione implica un osservatore esterno alla situazione che registra, secondo procedure determinate, ciò che avviene. Tuttavia nelle ricerche sul campo avviene la cosiddetta osservazione partecipante, in cui il ricercatore, oltre ad osservare la situazione, in genere ad insaputa dei soggetti, prende anche parte attiva alla situazione. La consapevolezza di essere osservati può fortemente influenzare il comportamento delle persone (effetto Hawthorne), di conseguenza la reattività del soggetto risulta una delle principali fonti di

errore di questa tecnica. Le procedure di osservazione si avvalgono in genere di come il sistema di categorie osservative di Bales (1950) che trova applicazione nell'analisi dell'interazione di gruppo: si basa su dodici categorie, relative a comportamenti socioemotivi positivi e negativi e a comportamenti di tipo adattivo, che corrispondono a sei aree di problemi (ad esempio il controllo dell'ansia e della tensione, l'integrazione nel gruppo, la comunicazione). L'osservatore classifica, quindi, ogni comportamento osservato in una delle categorie previste. L'utilizzo del metodo osservativo viene privilegiato nelle indagini realizzate nell'ambito della psicologia dello sviluppo, in particolare in quelle relative alla prima infanzia, in quanto i bambini, non sono in grado di fornire informazioni esaustive rispetto a ciò che li riguarda. Tra i vantaggi dell'osservazione possiamo annoverare la possibilità di studiare un comportamento nel suo contesto naturale, tuttavia l'osservazione sul campo ha come svantaggio la mancanza di controllo da parte del ricercatore sulla situazione. Inoltre nell'osservazione, nonostante l'uso delle griglie, ci possono essere difficoltà di quantificazione dei dati.

Metodo clinico: predilige lo studio del singolo, sia questo un soggetto, una famiglia o una coppia. La questione fondamentale su cui si sviluppò l'opposizione tra metodo sperimentale e metodo clinico si impernia sul fatto che, mentre il metodo sperimentale si fonda su una concezione obiettiva del dato psicologico, la psicologia clinica considera l'intervento psicologico come imprescindibile dal rapporto umano. Questo metodo ha il vantaggio di raccogliere una vasta gamma d'informazioni. Lo strumento principale attraverso cui vengono raccolte queste informazioni è il colloquio a cui può essere affiancato l'uso di test e questionari. L'approccio metodologico di tipo clinico si presta a contesti diversi come quello diagnostico, terapeutico, di orientamento e counseling in cui è importante la comprensione dell'individuo nella sua soggettività. Nel colloquio clinico è richiesto al conduttore di possedere buone capacità di osservatore, di saper instaurare un'alleanza diagnostica. Solitamente la scaletta dei colloqui iniziali prevede un primo momento, volto a comprendere la motivazione della visita del paziente/cliente e a scambiarsi i convenevoli. Segue poi una fase di apertura del colloquio, in seguito alla quale si tenterà di specificare il problema, di valutare tutte le possibili variabili ad esso collegate e di estendere la raccolta delle informazioni dalla storia personale del paziente alla storia del problema ed alla condizione attuale. Il colloquio utilizza materiale verbale ed esplora il sistema cognitivo-verbale; in secondo luogo il colloquio rappresenta un setting di osservazione specifico e ben strutturato e quindi consente in parte anche un'esplorazione del sistema comportamentale-motorio. In terzo luogo costituisce un comportamento interpersonale significativo e dunque consente l'analisi delle variabili relazionali che si stabiliscono tra paziente e terapeuta. In realtà non è propriamente opportuno parlare di un'unica seduta, dal momento che l'assessment iniziale prevede in genere 2-3 colloqui. Sarebbe

opportuno creare un clima di empatia e di accettazione e porsi come un facilitatore (quello che in ambito clinico viene definita alleanza terapeutica).

Metodo psicanalitico: nella teoria della tecnica psicoanalitica si chiamano “libere associazioni” la regola fondamentale per la ricognizione dell’inconscio. Si chiede al paziente di rinunciare volontariamente, per quanto gli riesce, alla censura cosciente e di esprimere liberamente i suoi pensieri, sentimenti, speranze, sensazioni, idee, senza badare se gli sembrano sgradevoli, sconvenienti o non pertinenti. Secondo Freud, tutte le linee di pensiero hanno un senso perché le esigenze terapeutiche del paziente portano sempre le sue associazioni nella direzione di ciò che è significativo. Freud sostiene che la conoscenza dell’inconscio si può ottenere anche mediante altri due metodi: l’interpretazione dei sogni e quella degli atti mancati. Il sogno appare come una formazione di compromesso tra conscio ed inconscio, risultante da desideri che premono per una soddisfazione che è inaccettabile alla coscienza. Dunque non è altro che l’appagamento sostitutivo di un desiderio inaccettabile rimosso. Nel sogno il contenuto manifesto non è che l’espressione accessibile alla coscienza di un contenuto latente denso di desideri, ricordi infantili, pensieri e conflitti rimossi. L’essenza del sogno è il lavoro di deformazione sul contenuto latente per trasformarlo in contenuto manifesto. L’atto mancato, come i lapsus, gli errori di scrittura e lettura, l’oblio dei nomi e lo smarrimento di oggetti sono tipiche manifestazioni dell’inconscio. Ha il valore di un sintomo perché rivela l’esistenza di un conflitto tra l’intenzione cosciente e la pulsione rimossa, che si esprime approfittando di una momentanea riduzione della sorveglianza dell’Io.

Ricerca psicosociale: le ricerche in tale ambito riguardano principalmente finalità prevalentemente applicative e sono attivate da domande provenienti da istituzioni sociali. Questo tipo di ricerca è usato principalmente in psicologia del lavoro, dove è applicata la metodologia della ricerca intervento, un tipo di ricerca che è al contempo momento di conoscenza scientifica della realtà e contributo attivo al suo cambiamento. In termini generali l’obiettivo della ricerca psicosociale concerne l’identificazione non soltanto di un comportamento o di stati emozionali o mentali ma anche degli eventi ambientali in relazione con esso. L’intervista costituisce una delle tecniche più utilizzate, assieme al questionario, nella ricerca psicosociale, soprattutto per realizzare inchieste e sondaggi. Questa tecnica può essere applicata in varie fasi del processo di ricerca: da quelle iniziali di identificazione di aree di studio rilevanti, di esplorazione del problema, di messa a punto degli strumenti, a quelle della raccolta sistematica dei dati. L’intervista può essere più o meno rigidamente formalizzata, lungo un continuum che va dall’intervista non strutturata a quella completamente strutturata. L’intervista rappresenta il più diffuso metodo di selezione, tuttavia è frequentemente accompagnata da altre tecniche di valutazione (test psicometrici, prove pratiche,

prove di simulazione). Questo momento del processo selettivo è di fondamentale importanza in quanto consente di ottenere informazioni utili ai fini della valutazione del candidato, non ottenibili da altra fonte ma solo dal contatto diretto. In generale l'intervista di selezione può essere suddivisa in tre fasi: pre-intervista, intervista e post-intervista. Su queste agiscono le influenze di tre classi di variabili relative all'intervistato (quali ad esempio le sue caratteristiche demografiche, scolastiche, professionali, intellettive, motivazionali), l'intervistatore (quali, oltre alle caratteristiche dell'intervistato, la sua esperienza e i suoi eventuali pregiudizi e stereotipi), il contesto sia per come oggettivamente condiziona l'intervista di selezione (ad esempio la specifica realtà politica, economica, giuridica) sia per come può venire soggettivamente percepito dall'intervistatore (in riferimento ad esempio al rischio di un'assunzione sbagliata).

Motivazione

Definizione: La motivazione è definita da Atkinson e McClelland la spinta o stato interiore che orienta l'azione individuale per il raggiungimento di uno scopo. Per motivazione si intende uno stato interno che attiva, dirige e mantiene nel tempo il comportamento di un individuo. La motivazione non può essere studiata senza tener conto delle emozioni: il binomio motivazione-emozione è alla base dell'intero campo affettivo e lo si può descrivere in termini di tensione dove si manifesta il rapporto ambiguo tra interiorità ed esteriorità. Mentre lo studio della motivazione consente di indagare sul perché un dato comportamento venga attivato, lo studio delle emozioni permette un'analisi del come un organismo reagisca, adottando dei cambiamenti nei vissuti soggettivi. Le motivazioni possono essere coscienti o inconscie, semplici o complesse, transitorie o permanenti, primarie, ossia di natura fisiologica, o secondarie, di natura personale o sociale, a cui si aggiungono le motivazioni superiori, come gli ideali o i modelli esistenziali. È tuttavia raro che una condotta sia il risultato diretto ed esclusivo di una singola spinta motivazionale, il più delle volte è il frutto di una combinazione di motivazioni. È possibile fare una prima distinzione tra motivazioni biologiche, innate, che fanno riferimento a elementi fisiologici, ed elementi motivazionali di tipo psicologico-cognitivo, il cui dispiegamento è avvenuto durante l'esperienza. La motivazione è un concetto molto ampio che viene suddiviso in tre filoni principali: 1) la motivazione estrinseca (avviene quando un soggetto si impegna in un'attività per scopi che sono estrinseci all'attività stessa, quali, ad esempio, ricevere lodi, riconoscimenti, buoni voti o per evitare situazioni spiacevoli, quali un castigo o una brutta figura); 2) la motivazione intrinseca (avviene quando un soggetto si impegna in un'attività perché la trova stimolante e gratificante di per se stessa, e prova soddisfazione nel sentirsi sempre più competente. La motivazione intrinseca è basata sulla curiosità, che viene attivata quando un individuo incontra caratteristiche ambientali strane, sorprendenti, nuove); 3) l'orientamento motivazionale (Dal termine "motivazione" si è giunti a valutare "orientamento motivazionale" come più appropriato, in quanto, secondo l'approccio cognitivista, un individuo costruisce attivamente il suo orientamento motivazionale. Ciò avviene grazie alla rappresentazione degli obiettivi che l'individuo stesso vuole raggiungere o evitare; in quanto percepisce i propri mezzi e limiti, attraverso la stima di sé, e l'attribuzione causale, cioè attribuire i propri successi/insuccessi a cause interne/esterne, stabili/instabili, controllabili/incontrollabili).

Modelli Teorici: La "teoria pulsionale biologica" identifica la motivazione con il bisogno fisiologico che attiva uno stato di eccitamento nell'organismo e ricerca la sua estinzione. Secondo il concetto di "attivazione" la condotta finalizzata deriva dall'innesco di un meccanismo fisiologico che scatta quando i bisogni superano uno specifico livello di soglia. Si tratta dunque di un modello

meccanicistico che serve per mantenere un determinato equilibrio interno dell'organismo, ossia di un meccanismo di controllo a retroazione definito "omeostasi". Il concetto venne introdotto per la prima volta da Bernard. Stellar ha successivamente proposto un modello multifattoriale ed integrativo delle motivazioni omeostatiche che prevede un rapporto diretto tra l'intensità della motivazione e il livello di attività di particolari centri nervosi siti nell'ipotalamo. Tuttavia il processo dell'omeostasi va bene per spiegare le motivazioni primarie (fame, bisogno di dormire, bisogno di cure parentali, bisogno di esplorare il mondo esterno, sessualità) o fisiologiche, ma non spiega come la pulsione influenzi il corso del comportamento umano che è altamente complesso. Questo aspetto è stato affrontato dalla teoria pulsionale di Freud e dalle teorie etologiche.

La "teoria pulsionale di Freud" fece del concetto di motivazione un elemento fondamentale dello sviluppo e del funzionamento psichico. Una pulsione è un costituente psichico geneticamente determinato il quale opera producendo uno stato di eccitazione psichica, di tensione che spinge l'individuo all'attività. Freud sposta lo studio della motivazione dal piano conscio al piano inconscio facendo della motivazione un elemento fondamentale dello sviluppo e del funzionamento psichico. Una pulsione (Trieb) è un costituente psichico geneticamente determinato che, producendo uno stato di eccitazione psichica, spinge l'individuo all'attività; va differenziata dall'istinto, che è la capacità innata di reagire ad un insieme di stimoli attraverso condotte preformate di natura motoria. La pulsione non include invece una risposta motoria in quanto, in essa l'attività che segue l'eccitazione psichica viene mediata dall'Io. Mentre negli animali la soddisfazione diretta della pulsione è sempre ricercata, gli esseri umani, essendo dotati di processi cognitivi superiori e vivendo in base a regole sociali, non possono dare libero sfogo in modo immediato a tali pulsioni istintivi. Il rivoluzionario contributo di Freud alla teoria pulsionale della motivazione sta nell'individuazione del processo di sublimazione. Questo meccanismo di difesa non necessita di contro-investimenti e ha come risultato un arricchimento dell'Io piuttosto che un suo impoverimento. Essa consiste essenzialmente nel ricorso ad una modalità sostitutiva di soddisfacimento delle pulsioni attraverso un'attività che rientra nell'accettabilità e nell'approvazione sociale. Tali attività sostitutiva si conforma alle richieste dell'ambiente, viene autorizzata dal Super-Io e nello stesso tempo fornisce una certa misura di gratificazione ad un derivato pulsionale infantile che nella sua forma originaria era stato ripudiato. Quindi gli uomini, quando non dispongono dell'oggetto appropriato, soddisfano le proprie pulsioni con una sostituzione di oggetto, così la pulsione negata, divenuta inconscia, viene sostituita da un'altra eticamente accettabile. Alcuni critici di Freud hanno sostenuto l'impossibilità che i comportamenti motivati derivino da due sole pulsioni di base. Questa visione è stata etichettata da alcuni come riduzionistica e autori, come Adler, hanno introdotto altre categorie pulsionali ritenendole

preminenti (per esempio la pulsione di dominio e la sua traduzione comportamentale come ricerca del controllo o del potere) oppure hanno integrato nella dimensione inconscia non solo le pulsioni primarie ma anche modelli archetipici di orientamento nella personalità o individuazione, come nella teoria proposta dalla psicologia analitica di Jung. Tali modelli, ed in particolare quella della psicologia dell'Io, postulano quindi che la motivazione sia ampiamente determinata non tanto dalle pulsioni primarie quanto da elaborazioni consapevoli e razionali. L'attributo delle pulsioni di spingere l'uomo all'attività colpì Freud per la sua analogia col concetto di energia fisica che viene definita appunto come la capacità di compiere un lavoro.

La "teoria etologica" di Lorenz ha posto in primo piano l'importanza delle relazioni sociali dell'individuo. Secondo questa teoria le pulsioni sono strutturalmente specie-specifiche, cioè istinti caratteristici della singola specie. Spesso dietro a comportamenti apparentemente consapevoli ed intelligenti, si nascondono azioni complesse ma in realtà automatiche. La sequenza comportamentale specie-specifica innata non è imm modificabile: lo stimolo naturale scatenante, a certe condizioni, può essere sostituito da uno stimolo appreso, ma questo apprendimento, chiamato "imprinting" (marchiatura, ossia modificazione indelebile), è possibile solo in brevi periodi iniziali della vita, i cosiddetti "periodi critici o sensibili", che hanno una durata diversa da specie a specie. Secondo alcune ricerche l'uomo avrebbe periodi sensibili non solo più lunghi, rispetto a tutti gli altri animali, ma anche molteplici e sfalsati temporalmente fra loro per ogni condotta ne è un esempio il bambino selvaggio di Aveyron se un bimbo non è venuto a contatto con stimoli verbali nei primi 3 anni questo provoca una refrattarietà ad una stimolazione tardiva. Vari autori hanno messo in evidenza che le motivazioni primarie non sono bisogni fisiologici tout-court. Vanno letti in questo senso il famoso esperimento di Harlow, che ha evidenziato nelle piccole scimmie l'importanza del contatto con la madre di stoffa invece di una madre metallica benché nutritiva; gli studi di Spitz sull'effetto che ha l'essenza della madre o di un adulto allevante sui bambini piccoli, nonché la "teoria dell'attaccamento" di Bowlby, che definisce l'attaccamento come un sistema motivazionale innato, inconsapevole, innescato dalla paura. La parola imprinting esprime il concetto di modificazione indelebile. Questa indelebilità non è da intendersi come assoluta, ma relativa: mentre un apprendimento o condizionamento decade abbastanza in fretta e torna al livello generale di efficienza dopo una seconda esposizione allo stimolo, l'imprinting si ottiene con una sola esposizione allo stimolo attivo durante la fase sensibile e, se non viene contrastato sistematicamente con un apprendimento in senso contrario, resta attivo molto a lungo, tendenzialmente quanto la vita del soggetto. Ciò che è importante ricordare dell'imprinting è che se un individuo non è stato adeguatamente "improntato" nel periodo sensibile della sua vita per una data funzione e condotta, egli poi sarà refrattario ad una stimolazione tardiva.

La “teoria motivazionale dell’attivazione o arousal” sostiene, contrariamente alle precedenti teorie, che la spinta ad agire dipende dal livello di stimolazione e dal grado di attivazione dell’organismo. Esistono, oltre alle motivazioni primarie, motivazioni secondarie che fanno la loro comparsa più tardi sulla scala filogenetica e che interessa in modo particolare gli esseri umani. Queste riguardano aspetti che muovono il comportamento umano verso condotte di tipo sociale, e, dal punto di vista dello studio, vengono spesso ricondotte a variabili di tipo cognitivo-affettivo. Alcune motivazioni secondarie sono: la motivazione al successo, il bisogno d’approvazione, di completamento, di competenza, di affiliazione e il comportamento altruistico.

La “teoria della piramide dei bisogni” di Maslow identifica sei fasi di crescita, successive e consecutive, tutte incentrate su bisogni, dal più semplice (legato all’aspetto fisiologico) al più complesso (legato all’autorealizzazione): bisogni fisiologici; bisogno di sicurezza, contatto e protezione; bisogni di appartenenza; bisogni di stima; bisogni di indipendenza e autonomia; bisogno di autorealizzazione. Un bisogno insoddisfatto, concentra le energie motivazionali entro condotte atte a soddisfare quel bisogno, non accedendo ai bisogni superiori nella scala.

Secondo l’approccio comportamentista i comportamenti anche complessi sono originariamente motivati da bisogni fisiologici di base ad essi connessi attraverso processi di condizionamento, che avvengono grazie a ripetuti risultati positivi o rinforzi. In un esperimento Miller mostrò il potere motivante della paura appresa nei ratti. Nel suo esperimento alcuni ratti posti in una gabbia bianca dal fondo metallico elettrificato, riuscivano, azionando una leva, a fuggire in un’altra gabbia comunicante dal fondo nero e privo di elettricità. Dopo un certo numero di prove, i ratti fuggivano nella gabbia nera anche se il fondo della prima non era più elettrificato. L’originaria motivazione ad evitare il dolore aveva determinato l’apprendimento di una serie di nuovi comportamenti connessi alla paura, anch’essa appresa, per il colore bianco. Brown estende questo modello all’uomo: afferma che gran parte dei comportamenti umani sia in realtà motivato dalla paura e dall’ansia.

Il modello cognitivista considera motivazioni e bisogni concetti dinamici, che mutano in rapporto al numero di informazioni provenienti dall’ambiente: l’elaborazione delle informazioni in entrata provoca una continua ristrutturazione dei piani progettuali per il conseguimento di determinati obiettivi. Il concetto di motivazione varia in rapporto all’intensità del comportamento motivato, alla sua persistenza e alla meta verso cui è orientato. È necessario considerare che i bisogni più sofisticati, quelli che Maslow definisce di “realizzazione del Sé”, implicano un impegno superiore dei processi cognitivi rispetto a quello richiesto dai bisogni fisiologici. Un ruolo significativo è attribuito ai processi cognitivi che catalogano gli stimoli in relazione ai motivi, determinando natura

e intensità dei vettori motivazionali. I motivi impliciti che spingono all'azione, sono originati dagli incentivi esterni che attivano specifiche reazioni emotive. Successivamente, con l'apprendimento, si sviluppa uno schema cognitivo che organizza queste reazioni emotive in categorie positive e negative, delineando così gli stimoli da ricercare e quelli da allontanare. Con l'esperienza e l'apprendimento, un numero sempre maggiore di situazioni si associa a questi forti incentivi, consolidando il motivo e trasformandolo in motivazione esplicita. La "teoria dei bisogni di base" elaborata da McClelland ha posto una pietra miliare per lo studio delle determinanti cognitive della motivazione.

Metodi d'Indagine: Per quanto riguarda i metodi d'indagine ci si può avvalere di questionari che misurano il vario grado di motivazione ad intraprendere una determinata attività tra le tante, nonché del colloquio, strumento elettivo quando si indagano le dinamiche motivazionali che agiscono in ambito clinico, ad esempio lo studio delle motivazioni inconse che determinano il comportamento del consumatore costituisce una linea di ricerca ancora utilizzata nel campo della psicologia dei consumi: interviste mirate, ovvero che vanno "in profondità" rappresentano uno strumento molto potente per differenziare aspetti motivazionali specifici da altri e per indagare, al di là di indebite forzature, su quella che è la sfera privata del Sé. Le interviste "in profondità", insieme ad altre tecniche, come quelle proiettive, hanno avuto il grande merito di spezzare il forte legame esistente tra motivazione e razionalità, evidenziando il ruolo dei fattori emotivi attraverso l'osservazione del comportamento non verbale. Un test molto usato per valutare la motivazione a realizzare, al potere e quindi a raggiungere il successo, è il reattivo d'immaginazione di McClelland, derivato dal T.A.T. di Murray, molto utilizzato nella psicologia del lavoro. Un test che invece valuta la motivazione ad evitare il successo è il test anxiety questionnaire. Un altro contributo determinante per la misurazione dei motivi si deve a Cattell, il quale, per arrivare all'identificazione e alla misurazione di un motivo prevalente nell'individuo, ha impiegato, diversamente dai metodi qualitativi di Murray basati sul giudizio di esperti, i metodi quantitativi dell'analisi fattoriale per l'estrazione delle dimensioni in grado di spiegare la maggior quantità di varianza in un dato insieme di misurazioni. Tali metodi variano: dagli inventari dei motivi alle liste di affermazioni rispetto alle quali affermare il proprio grado di accordo per esprimere quanto la persona vi si riconosce. In generale, i motivi individuati con il self-report sono definiti "espliciti" o "auto-attribuiti", mentre quelli raccolti dai pensieri immaginativi sono considerati "impliciti" perché la persona non li descrive consapevolmente ed esplicitamente. I primi sono cognitivamente più elaborati, i secondi inconsci e più strettamente legati alle emozioni ed agli incentivi naturali. I motivi impliciti, inoltre, predicono più efficacemente il comportamento in situazioni prive di costrizioni; tendono a predire meglio nel tempo i trend dell'azione; sono particolarmente sensibili agli incentivi esterni legati intrinsecamente

al tipo di attività lavorativa svolta perché più profondi e meno condizionati da pressioni sociali. I motivi auto-attribuiti, come rilevati negli inventari, predicono invece più accuratamente gli atteggiamenti e le scelte che la persona tende a fare; sono sensibili agli incentivi sociali, cioè influenzano più probabilmente la prestazione se nella situazione sono presenti figure con caratteristiche affini ai motivi dichiarati, le quali agiscono da rinforzo di questi ultimi.

Ambiti Applicativi: L'individuazione di diversi livelli motivazionali riveste una grande importanza anche sul piano applicativo, in particolare per la motivazione al consumo, al lavoro e alla leadership, in ambito scolastico-educativo, ma anche nel setting terapeutico. In quest'ultimo le motivazioni del paziente ad iniziare un lavoro psicoterapeutico sono fondamentali per la buona riuscita del processo stesso, nonché per la valutazione clinica della personalità del paziente. Possiamo distinguere tra motivazioni estrinseche, che sono le spinte o influenze esterne, come quando i familiari o il medico convincono il paziente a chiedere aiuto, dalle motivazioni intrinseche che riguardano invece le motivazioni spontanee del paziente. È chiaro che queste ultime siano fondamentali nella creazione di una buona alleanza terapeutica. Ugualmente importanti sono le motivazioni dello psicologo ad iniziare e portare avanti un lavoro psicologico con un determinato paziente. A questo proposito possiamo distinguere tra due livelli di analisi: il primo riguarda le motivazioni che derivano dalla vita e dalla storia personale del clinico; mentre il secondo riguarda le motivazioni che derivano dal valore che il clinico attribuisce alla propria professione. Questo secondo livello può essere analizzato secondo uno schema proposto da McClelland, relativo ad alcuni bisogni sottesi dalle motivazioni sociali: bisogno di affiliazione (il clinico soddisfa il bisogno emotivo di stabilire e mantenere un legame affettivo con l'altro. Si tratta generalmente di un bisogno positivo, che però ha una sua valenza negativa se il paziente viene strumentalizzato diventando per lui fonte di soddisfazione o frustrazione. Il rapporto in questo caso diviene dipendente); bisogno di potere; bisogno di successo e affermazione.

Quadro Storico

La Psicologia scientifica si è costituita come disciplina autonoma intorno alla seconda metà dell'800. Gli storici della Psicologia sono concordi nel datare la nascita della Psicologia Scientifica in coincidenza con la creazione a Lipsia nel 1879 del primo laboratorio di ricerca psicologica da parte di Wilhelm Wundt. Successivamente negli Stati Uniti, William James fonda il primo laboratorio psicologico a Harvard, e Stanley Hall crea un'importante scuola di psicologia a Princeton. Determinante è la decisione di applicare la metodologia delle scienze naturali all'indagine sulla "psiche". La psicologia è per certi aspetti una disciplina che si colloca nel mezzo di un ideale che vede da un lato le scienze naturali e dall'altro le scienze sociali. L'enorme complessità del comportamento umano spiega il perché in psicologia non esista un approccio unitario universalmente condiviso; lo stesso ambito di comportamento, infatti, è stato esplorato da diverse scuole di pensiero. Di seguito verranno descritti gli approcci principali per avere una panoramica storica della psicologia.

La Psicologia Fisiologica: La psicologia fisiologica (o psicofisiologia) ha studiato le basi corporee dei processi mentali (sensazione, percezione, attivazione, coscienza). Precursore dell'approccio fisiologico è stato il filosofo inglese Stuart Mill, il quale ha teorizzato una rottura netta con il dualismo cartesiano, per cui anche la mente ha un funzionamento meccanico a base somatica, spiegabile secondo gli stessi processi del corpo. Pioniere della ricerca neurofisiologica fu Muller, autore della teoria dell'impulso nervoso specifico, in base alla quale le strutture nervose sono selettive e specifiche al tipo di informazione trasmessa, a prescindere dalla qualità fisica dello stimolo nervoso.

In base ad un postulato di questo modello ogni recettore comporta una specifica sensazione che si proietta su di una specifica area cerebrale. Un importante allievo di Muller fu Helmholtz, le cui ricerche sulla fisiologia sensoriale della visione e dell'udito hanno influenzato molte generazioni. Un importante contributo in tale ambito lo si deve inoltre a Fechner, il quale ha proposto per la prima volta l'utilizzo di metodologie oggettive per la misura delle funzioni della mente, rappresentando di fatto un importante punto di snodo tra la fisiologia e la nascente psicologia scientifica.

L'Introspezionismo e l'Associazione: Il fondatore del primo laboratorio di psicologia, Wilhelm Wundt, fu anche il fautore di un particolare metodo di studio basato sull'introspezione sistematizzata. Questa metodica di studio si fondava sull'auto-osservazione e sulla descrizione minuziosa e sistematica del vissuto del soggetto. Per Wundt, oggetto dell'indagine era "l'esperienza

umana immediata”, ovvero quella parte della coscienza soggettiva che è immediatamente rintracciabile, contrapposta all’esperienza mediata dalla riflessione. Le variabili psichiche sottoposte a controllo di laboratorio sono i processi sensoriali semplici; lo strumento di conoscenza è l’introspezione; lo scopo è indagare sulla struttura della mente, individuandone le componenti e le leggi dell’interazione. In questo programma era implicata l’esigenza di scomporre la coscienza in elementi, secondo i criteri dell’associazionismo sostenuti dalla filosofia empirica. I difetti radicali del metodo, che portarono al suo abbandono dopo alcuni decenni, sono la dimostrata soggettività dei dati ottenuti e l’inapplicabilità per gran parte dei soggetti. Il metodo introspettivo, si presentava appropriato ad una posizione strutturalista che si interessava all’interrelazione delle varie parti del sistema nervoso e di come queste operano insieme. Lo strutturalismo è un approccio psicologico proseguito negli Stati Uniti dall’allievo di Wundt, E.B. Titchener. Unanimemente riconosciuto come il primo modello di psicologia sperimentale, lo strutturalismo adottava le metodiche e le procedure della chimica e della fisica di fine ‘800, tra cui il laboratorio e il metodo galileiano, con l’obiettivo di dare una impronta scientifica alla psicologia.

La Psicologia della Forma o Gestalt Psychologie: La scuola tedesca della Gestalt, in posizione antitetica rispetto all’associazionismo di Wundt, analizza il funzionamento della mente, non più attraverso l’analisi delle singole parti del vissuto dei processi sensoriali semplici del soggetto, bensì attraverso la sintesi della globalità dell’esperienza: comprendere l’organizzazione della struttura nel suo insieme a partire dall’esame di un fenomeno. I gestaltisti più importanti sono Wertheimer, Köhler e Koffka, essi sostengono che l’insieme è qualcosa che va al di là della semplice somma delle sue parti, e che per comprendere il funzionamento dell’architettura psichica, non ci si può limitare all’analisi di queste ultime. Ogni aspetto dello psichismo, infatti, si fonde con gli altri a costituire una gestalt, una forma, la quale come in una composizione musicale, possiede delle qualità che non sono rintracciabili nella semplice scomposizione in singole note, ma deve essere compresa ed apprezzata nella sua unità. Le principali ricerche della Gestalt sono notoriamente legate alla percezione (in particolare visiva ed uditiva), ma si trovano importanti contributi anche in altri ambiti tra cui, lo studio della psicologia dei gruppi, dell’intelligenza, della psicologia sociale e delle dinamiche relazionali.

La Psicologia Dinamica o Psicologia del profondo: Sigmund Freud, tra la fine del ‘900 e l’inizio del XX secolo, a partire dall’osservazione clinica di pazienti che soffrivano di disturbi mentali e somatici della nevrosi isterica, sviluppò il suo modello teorico che costituì una assoluta novità. La psicologia d’ora in poi dovette fare i conti con quel concetto di inconscio introdotto da Freud il quale ebbe l’intuizione di postulare un’unità di base del complesso mente-corpo in senso

bidirezionale (la mente agisce sul corpo e viceversa), insieme ad una pluralità di livelli della funzione mentale (un livello inconscio, uno preconsciouso ed uno conscio). Il modello si chiama “psicodinamico” perché fa riferimento ad una relazione mobile, dinamica, fra queste tre istanze psichiche. In un secondo momento Freud ha riformulato la sua teoria psicodinamica postulando l’esistenza delle tre istanze psichiche dette Io, Es e Super-Io. Le critiche mosse al modello freudiano, dal punto di vista epistemologico, si basavano sul fatto che questo postulava l’esistenza di un’entità o livello che per definizione non è direttamente osservabile: l’inconscio o Es. Questo, difatti, è individuabile solo indirettamente o per via interpretativa sulla presenza o assenza di certi particolari fenomeni (lapsus, atti mancati, sogni, passaggi all’atto ecc...) che sono interpretati come espressione di tale istanza psichica. Il metodo della ricerca psicoanalitica è quello dell’osservazione sistematizzata dei fenomeni psichici e comportamentali, mentre la tecnica di comprensione è ermeneutica o interpretativa. Presupposto dell’interpretazione è il determinismo logico: l’idea che nessun aspetto, anche il più apparentemente secondario e marginale, della condotta o del vissuto di un individuo sia dovuto al caso ma deriva costantemente da una causa o fattore preciso. Il compito dello psicoanalista è quello di cercare il senso nascosto al di là delle apparenze: ad un primo livello letterale e superficiale corrisponde la dimensione conscia del soggetto; ad un livello metaforico e simbolico corrisponde il cosiddetto pre-conscio ed infine ad un livello di significato profondo corrisponde l’inconscio vero e proprio. Anche per questo la psicodinamica di origine freudiana è stata anche chiamata psicologia del profondo.

Il Comportamentismo (Behaviourismo): Il comportamentismo (o Behaviorismo) è una dottrina, o per meglio dire un approccio concettuale, fondato da J.B. Watson agli inizi del XX secolo, basato sulla considerazione che il comportamento esplicito è l’unica unità di analisi possibile dello psichismo umano. Nessun fattore intermedio fra S (stimolo) e R (risposta) viene preso in considerazione dalla scuola comportamentista. Secondo Watson, per giungere ad uno studio realmente scientifico del comportamento umano bisogna escludere a priori il costrutto teorico di mente, per focalizzare la ricerca sperimentale solo sui comportamenti manifesti. La mente viene quindi considerata una sorta di black box, una scatola nera il cui funzionamento interno è inconoscibile e, per certi aspetti, irrilevante: quello che importa veramente per i comportamentisti è giungere ad un’approfondita comprensione empirica e sperimentale delle relazioni tra certi tipi di stimoli e certi tipi di risposte comportamentali. Non sono esaminati i processi elaborativi mentali, non perché si ritenga che non esistano, ma perché la costruzione di una psicologia oggettiva impone l’esclusione di ogni elemento che non sia direttamente osservabile e quindi misurabile. Il suo programma di ricerca ebbe forte impulso dal lavoro di ricerca sperimentale dello psicologo statunitense Frederic Skinner, che ne fu probabilmente il più grande esponente storico.

La strategia di ricerca trova pertanto ragione di esistere nel metodo sperimentale di laboratorio che consente di isolare e manipolare le variabili indipendenti (ambientali) osservandone gli effetti su singole variabili dipendenti (comportamenti). Confermato dalle contemporanee ricerche di Pavlov sull'attività riflessa, il modello stimolo-risposta sembra per molto tempo ai comportamentisti la chiave conoscitiva per la previsione e il controllo del comportamento: modificando le variabili indipendenti sarà possibile prevedere la corrispettiva modifica di quelle dipendenti e manipolando le prime sarà possibile determinare le seconde. Il campo per eccellenza delle indagini e degli studi da parte dei comportamentisti diventa pertanto l'apprendimento. Un contributo importante, ad esempio, è il concetto di modellamento e plasmabilità delle differenze individuali, ovvero l'idea democratica che le differenze interindividuali non siano innate, ereditarie o strutturali, ma dipendano nella loro totalità dall'apprendimento e dall'ambiente di vita.

Il Cognitivismo: Verso la fine degli anni 50' si accende un dibattito tra i comportamentisti e i primi esponenti di una nuova corrente psicologica: il cognitivismo. Il nodo della questione era se dover considerare o meno gli stati mentali interni del soggetto nell'ambito della spiegazione psicologica del comportamento umano. In realtà questa corrente psicologica non costituiva una vera e propria scuola, avendo al proprio interno un'eterogeneità di presupposti, di procedure di ricerca, di obiettivi e di modelli teorici. Tuttavia i suoi vari esponenti hanno da subito condiviso una serie di elementi comuni tra cui: l'interesse per gli eventi mentali interni al soggetto; l'interpretazione dell'organismo come dotato sin dalla nascita di competenze specifiche; la concezione dell'individuo quale costruttore della propria rappresentazione del mondo. Il cognitivismo, pertanto, si presenta quale approccio metodologico allo studio della psiche che tende a privilegiare lo studio delle capacità degli individui di acquisire, organizzare, ricordare e fare uso concreto della conoscenza per guidare le proprie azioni. I cognitivisti studiano la mente umana attraverso inferenze tratte dai comportamenti osservabili.

All'interno del cognitivismo si possono distinguere due correnti. La prima, denominata Human Information Processing (HIP, elaborazione dell'informazione umana), si ispira alla cibernetica, sostenendo l'analogia tra operazioni della mente umana e processi di elaborazione dei dati eseguiti dai computer. Questa ricerca si rifanno alla possibilità di riprodurre il funzionamento mentale con dei programmi ad hoc che vengono messi alla prova con il computer. Se la simulazione al calcolatore è assimilabile al reale funzionamento della psiche umana, il prodotto finale dell'elaborazione dovrebbe portare ad un tipo di comprensione, di apprendimento, di memorizzazione, di reazione comportamentale analogo a quello umano. Un programma di calcolatore però non può per definizione comprendere fattori di tipo affettivo, mentre il

comportamento umano ne è fortemente influenzato. Alcuni dei cognitivisti fra i quali Neisser, Hull, Tolman, seguirono un paradigma di ricerca che si avvicinava a quello comportamentista, pur interponendo fra stimolo (S) e risposta (R), un elemento intermedio; l'elaborazione mentale (O). Questo modello (paradigma S-O-R) è stato anche definito "modello della elaborazione della informazione" (information processing).

Accanto alla corrente dell'information processing (HIP), si sviluppò la corrente, così detta ecologica, ispirata dallo studioso della percezione J. Gibson. In base a questa la mente è in grado di riconoscere in modo diretto le strutture di informazione provenienti dall'ambiente, senza il verificarsi di operazioni di rielaborazione. Le teorie ecologiche sottolineano inoltre l'importanza della funzione adattativa dei sistemi psichici e la loro plasticità, mentre l'orientamento HIP tende a concepire la struttura mentale come fissa e priva della capacità di trasformarsi in relazione alle varie esigenze ambientali. Infine, per la corrente HIP l'informazione trattata dai sistemi psicologici è essenzialmente rappresentata da simboli astratti e le operazioni compiute dalla mente sono computazioni. Al contrario, per il cognitivismo ecologico l'informazione è essenzialmente struttura, organizzazione dell'ambiente e l'operazione fondamentale della mente è quella di cogliere relazioni.

Epistemologia Genetica: L'epistemologia genetica di **Piaget** ha per oggetto la **conoscenza** così **come essa si sviluppa nell'interazione organismo-ambiente** o, come affermato da Piaget, **il problema della relazione fra il soggetto che agisce o pensa e gli oggetti della sua esperienza**. Coniugando metodo sperimentale e metodo clinico, l'indagine si propone di rivelare il funzionamento delle strutture cognitive nei diversi stadi dell'esperienza e le trasformazioni che si attuano nel passaggio dall'uno all'altro stadio. **Secondo la teoria piagetiana l'attività senso-motoria, organizzatrice di schemi cognitivi, determina la costruzione del reale secondo un processo di assimilazioni e accomodamenti combinati tra individuo e ambiente**. Accomodamento e assimilazione generano un equilibrio che riorganizza le strutture mentali e determina lo sviluppo ontogenetico. **Secondo il modello cognitivista di Piaget (1964) il linguaggio dipende dal pensiero**: il linguaggio riflette, piuttosto che determinare, lo sviluppo cognitivo. Il linguaggio è un sottosistema all'interno di una più generale capacità cognitiva, ovvero la capacità simbolica. **Secondo Piaget esiste un circolo genetico tra linguaggio e pensiero, per cui uno si appoggia necessariamente all'altro; entrambi dipendono dall'intelligenza che è anteriore al linguaggio e indipendente da esso**. Per Piaget il primo modo di conoscere il mondo è quello di agire su di esso con schemi senso-motori. Intorno ai 18 mesi, quando lo stadio senso-motorio si conclude e si forma un'intelligenza di tipo rappresentativo, il linguaggio fa la sua

comparsa insieme ad altre forme di simbolizzazione. **Il linguaggio sarebbe dunque reso possibile da un più generale sviluppo cognitivo e dalla concomitante comparsa di nuovi processi mentali, quindi non da insegnamenti o stimoli, come riteneva Skinner, né da strutture innate specificatamente linguistiche, come sosteneva Chomsky.** Si tratta, inizialmente, di un linguaggio egocentrico, subordinato al pensiero, e solo con l'aumentare dell'età (fino a 7 anni) il linguaggio diventerebbe comunicativo e sociale. Per l'autore esistono tre tipi di linguaggio egocentrico: le ripetizioni ecolaliche (puro gioco funzionale con le parole); i monologhi, in cui il bambino è come se parlasse ad alta voce e i monologhi collettivi, in cui il bambino coinvolge gli altri nell'azione, ma senza preoccuparsi di essere ascoltato o capito. Quest'ultimo tipo di linguaggio egocentrico ed il linguaggio socializzato hanno in comune l'interazione sociale ma cambia il livello di competenza: nel linguaggio egocentrico non c'è ancora la capacità di farsi capire.

Prospettiva storico-culturale: Le principali questioni affrontate dalla teoria storico-culturale, nata in Russia all'inizio degli anni '20, e di cui i principali esponenti si riscontrano in Vygotskij, Leontjev e Lurija, erano sia teoriche (rapporti tra psicologia e marxismo, rapporti tra psicologia e scienze naturali) sia pratiche (che ruolo doveva avere la psicologia nella società comunista, che ruolo doveva svolgere lo psicologo nelle scuole, nelle fabbriche, negli ospedali ecc.). Il problema principale affrontato dalla teoria storico-culturale è il rapporto tra il comportamento degli animali e quello dell'uomo da una parte e lo sviluppo delle funzioni psichiche dal bambino all'uomo dall'altra. La prospettiva Vygotskijana è una prospettiva in primo luogo evolutiva sia in senso filogenetico (animale-uomo) che ontogenetico (bambino-uomo). I processi fisiologici e comportamentali, sostiene Vygotskij, possono essere simili tra uomo e animali, ma tra l'uno e l'altro, vi è un salto nelle modalità di interazione con l'ambiente: l'uomo si avvale in modo caratteristico degli strumenti, ovvero utensili e simboli, in primo luogo il linguaggio. L'interesse per il rapporto tra il linguaggio e le altre funzioni mentali superiori dell'uomo caratterizza il contributo di Vygotskij. A differenza di Piaget, Vygotskij muove dalla premessa che pensiero e linguaggio abbiano radici differenti e che il passaggio dall'uno all'altro non sia automatico, ma richieda una complessa e dinamica trasposizione. Lo sviluppo di entrambi è poi inscindibile dal contesto sociale di crescita dell'individuo. Il linguaggio prende avvio, secondo Vygotskij, nell'ambito del rapporto interpersonale, nelle interazioni del bambino con i genitori, gli altri adulti e i coetanei. Inizialmente, dunque, (intorno ai 2 anni) il bambino usa il linguaggio per comunicare alle persone le proprie necessità e il proprio pensiero. Successivamente prende avvio l'interiorizzazione del linguaggio come strumento che consente di guidare dall'interno, sul piano intrapsichico, i propri processi cognitivi ed il proprio comportamento. Di tale funzione regolativa del linguaggio, che viene svolta in un primo tempo a voce alta, per poi farsi completamente interiorizzata verso i 7 anni, possiamo

trovare traccia quando osserviamo un bambino (ma anche un adulto) “ricordare” a se stesso le operazioni da eseguire per svolgere un compito, o “ricapitolare” le azioni che hanno portato a certe conseguenze. Il contributo di Vigotskij, oltre che cogliere l’interdipendenza del pensiero e del linguaggio, sottolinea come quest’ultimo costituisca essenzialmente uno strumento di natura sociale. Questa impostazione teorica ha trovato espansione presso la corrente di pensiero che spiega il linguaggio soprattutto in termini di interazione sociale.

Questa prospettiva diventa centrale a partire dagli anni ‘80 e si collega all’attenzione sempre maggiore riservata dagli psicologi al fatto che l’infante non solo possiede abilità cognitive complesse, ma è anche una creatura intrinsecamente sociale, dotata di un’ampia gamma di comportamenti interattivi; poiché l’attenzione è posta sull’influenza dell’ambiente nei confronti delle caratteristiche personali e interpersonali e poiché, secondo tale prospettiva, la società fornisce in parte anche i pensieri tale prospettiva ha come metodologia indagini transculturali che mettano a confronto ciò che accade in luoghi diversi durante periodi storici caratterizzati da rilevanti trasformazioni sociali.

Apprendimento

Definizione: Il termine apprendimento è definibile come qualunque processo tramite il quale l'esperienza vissuta da un individuo in un certo momento è in grado di alterare il comportamento in un momento successivo. Implica un'interazione con l'ambiente e questa interazione deve produrre un cambiamento nel comportamento ovvero la variazione ambientale deve avere una funzione stimolo, cioè provocare una risposta.

Modelli Teorici: La prospettiva comportamentista caratterizza l'apprendimento in termini di stimoli e risposte osservabili. Durante lo sviluppo storico del comportamentismo, lo scopo di questa prospettiva si identificò nel chiarire i processi fondamentali dell'apprendimento che potevano essere descritti in termini di stimoli e risposte. Secondo il fisiologo russo Pavlov (1849-1936) l'apprendimento era dovuto ad un processo di condizionamento per cui uno stimolo che inizialmente non provocava alcuna risposta (stimolo neutro), dopo alcune associazioni di questo con uno stimolo che elicitava sempre in modo naturale una risposta (stimolo incondizionato) sostituisce quest'ultimo divenendo a sua volta uno stimolo capace di provocare la specifica risposta (stimolo condizionato); per Pavlov, però, le risposte erano sempre di tipo neurovegetativo. Questo tipo di condizionamento studiato da Pavlov è chiamato condizionamento classico o vegetativo o rispondente. Per studiare i riflessi di salivazione nei cani, Pavlov controllò deliberatamente i segnali che precedevano l'offerta di cibo. In un esperimento, ad esempio, egli suonava un campanello immediatamente prima di introdurre in bocca il cibo al cane. Dopo varie prove in cui il suono era stato abbinato all'offerta del cibo, il cane iniziava a salivare in risposta al campanello soltanto, anche in assenza di cibo. Pavlov definì questa nuova forma di risposta. Il campanello è lo stimolo condizionato (inizialmente neutro), il cibo lo stimolo incondizionato e la salivazione (inizialmente risposta incondizionata) è risposta condizionata, poiché dipendeva dalle specifiche condizioni che avevano caratterizzato la precedente esperienza del cane, vale a dire dall'associazione tra il suono del campanello e lo stimolo costituito dall'introduzione del cibo nella bocca.

Watson fornì una dimostrazione diretta della possibilità di indurre una risposta emotiva condizionata (la paura) in un essere umano (in questo caso un bambino). Coerentemente con la sua visione comportamentale, Watson (1924) definì la paura non come un sentimento, ma come un preciso insieme di risposte osservabili. Sulla base di questa definizione Watson trovò due stimoli incondizionati capaci di evocare una risposta di paura nei bambini piccoli: un suono forte e inatteso, e l'improvviso venir meno dell'appoggio (come quando un bambino sfugge alla presa dell'adulto). L'altro processo di apprendimento sul quale Skinner concentrò particolarmente la sua attenzione, e da lui definito condizionamento operante, è il processo per cui le conseguenze di una risposta fanno

aumentare, o diminuire, le probabilità che essa sia nuovamente prodotta. Le azioni che paiono finalizzate a produrre o a ottenere certi cambiamenti ambientali o certi stimoli vengono definite risposte operanti, in quanto operano sul mondo in modo da produrre un particolare effetto. Skinner, intorno al 1930, ideò una speciale apparecchiatura per studiare l'apprendimento negli animali. Questo apparecchio chiamato comunemente "gabbia di Skinner", consiste in una gabbia contenente all'interno una leva su cui l'animale può agire in modo da produrre un preciso effetto, ad esempio ricevere una pallina di cibo o un po' d'acqua. Il vantaggio insito nell'apparecchio di Skinner consiste nel fatto che l'animale, dopo aver prodotto una risposta e averne sperimentati gli effetti, si trova ancora all'interno della gabbia e nella condizione di poter continuare a produrre risposte. Le risposte (come le pressioni su una leva) possono essere facilmente rilevate e contate da dispositivi automatici e il processo di apprendimento può quindi essere descritto in termini di cambiamento del tasso di risposta. Fu Skinner a coniare i termini di risposta operante per indicare qualunque atto comportamentale che produce un effetto sull'ambiente, e condizionamento operante per il processo con cui l'effetto di una risposta operante modifica le probabilità che essa sia nuovamente prodotta. In un tipico esperimento con la gabbia di Skinner il rilascio di una pallina di cibo, che segue alla risposta di pressione della leva costituisce un rinforzo. Nella terminologia di Skinner, rinforzo sta a indicare qualsiasi processo che aumenta le probabilità che una certa risposta venga di nuovo prodotta. Il rinforzo può essere positivo o negativo. Skinner definisce anche la punizione come opposto del rinforzo, ovvero il processo tramite il quale le conseguenze di una risposta rendono meno probabile che la stessa risposta si ripeta in futuro. Per Skinner e i suoi seguaci il condizionamento operante non è solo un tipo di apprendimento da sottoporre a indagine scientifica, ma è la chiave interpretativa di elezione di tutti i fenomeni psicologici. Tutte le azioni degli individui possono essere considerate risposte operanti che vengono prodotte grazie al rinforzo che hanno ottenuto in passate esperienze. In alcuni casi si è perfettamente consci delle relazioni che legano le azioni al rinforzo, in altri casi si può essere del tutto inconsapevoli di tale relazione.

Molti psicologi loro contemporanei obiettavano ai comportamentisti che dai comportamenti osservabili è possibile inferire l'esistenza di costrutti mentali i quali, pur non essendo visibili, potevano tuttavia essere molto utili per prevedere e spiegare ciò che un organismo imparerà o farà. Alcuni di questi psicologi definirono la propria corrente comportamentismo liberale (liberalized behaviorism) o teoria S-O-R, dove S sta per stimolo, O sta per organismo o, più precisamente, per una qualunque forma di interpretazione dello stimolo che avviene all'interno dell'organismo e ne determina la risposta ed infine R sta per risposta.

L'impostazione teorica sostenuta dal comportamentismo liberale oggi viene indicata col nome di psicologia cognitiva. La prospettiva cognitivista caratterizza l'apprendimento in termini di

informazione immagazzinata nella mente. I cognitivisti sostengono che, per capire il ruolo degli stimoli in un processo di condizionamento, è necessario considerarne non solo la natura fisica, ma anche il significato che assumono per l'individuo sottoposto al condizionamento. Secondo il paradigma cognitivista l'apprendimento avviene attraverso un meccanismo intuitivo: l'insight. Questo porta il soggetto a capire le relazioni essenziali della situazione e l'apprendimento implica sempre una ristrutturazione del campo cognitivo. Sia i comportamentisti sia i cognitivista trascurano il peso della motivazione ed altre variabili relative a differenze individuali. La teoria cognitivista presuppone che i disturbi del comportamento siano anche il risultato di schemi di pensiero disadattivo. I metodi cognitivi si incentrano sulle capacità di ridurre il problema, di prendere le distanze e di decentrarsi, le tecniche più conosciute sono certamente quelle di ristrutturazione cognitiva. L'apprendimento per "insight" avviene attraverso la comprensione della logica di un problema e non per prove ed errori. La soluzione del problema viene individuata grazie ad una ristrutturazione cognitiva della situazione, cioè alla creazione di un immagine mentale del tutto nuova dei rapporti fra i dati del problema e delle loro reciproche relazioni presenti e future. I classici esperimenti sull'apprendimento per insight sono stati compiuti da Köler con degli scimpanzé. In un esperimento lo scimpanzé si trova all'interno della gabbia e al di fuori di questa, sul pavimento c'è una banana. All'interno della gabbia si trova un bastone corto e all'esterno uno più lungo. Lo scimpanzé per prima cosa tenta di afferrare la banana attraverso le sbarre e, poi, accortosi del bastone all'interno della gabbia, tenta senza successo di utilizzarlo. Uno scimpanzé intelligente probabilmente si accorge del bastone più lungo fuori dalla gabbia, lo afferra con quello corto, e lo userà per prendere la banana. Il modo in cui le soluzioni di problemi vengono trasferite alla soluzione di altri problemi è stato studiato da anche da Harlow. Nei suoi esperimenti la scimmia viene posta di fronte ad una discriminazione tra due alternative: del cibo viene sempre messo sotto uno di due oggetti. L'estensione della capacità di soluzione di problemi come conseguenza della precedente esperienza di altri problemi è definita acquisizione delle "condizioni di apprendimento": la risoluzione di un problema non conduce al solo apprendimento di una risposta, essa rappresenta un'estensione delle stesse potenzialità di apprendimento. Le varie forme di apprendimento sono fra loro interconnesse e lo sviluppo dell'una influenza positivamente anche quello delle altre. Come ha mostrato Piaget lo sviluppo dell'intelligenza operatoria concreta e astratta è largamente subordinato all'ampiezza della gamma di esperienze effettuate nello stadio delle esplorazioni e delle manipolazioni, ovvero nello stadio dell'intelligenza senso-motoria. Un'altra modalità di apprendimento cognitivo è l'apprendimento osservativo o vicario, cioè l'apprendimento attraverso l'imitazione e la riproduzione. Durante il processo di apprendimento l'attenzione nei confronti del comportamento osservato viene mantenuta anche senza essere direttamente premiata o rinforzata.

La capacità di ricordare e richiamare il modello comportamentale a distanza di tempo, quando si verificano le condizioni appropriate, è ciò che distingue l'apprendimento osservativo dalla semplice riproduzione passiva. Per ottenere un valido recupero mestico è necessario che il percolato sia stato organizzato in modo coerente e ben codificato. La riproduzione passiva costituisce una sorta di registrazione senza alcuna codificazione che dia significato o una direzione sensata alla sequenza motoria da imitare. La possibilità di organizzare il materiale costituisce, invece, un fattore importante di facilitazione nell'apprendimento riproduttivo.

Relativamente all'interpretazione cognitivista uno dei primi teorici cognitivisti, Tolman (1959), definì il condizionamento operante come l'apprendimento di relazioni mezzo-fine. Si può descrivere una relazione mezzo-fine come la conoscenza, o la convinzione, del soggetto che in una determinata situazione una particolare risposta produrrà uno specifico effetto. Al tempo degli studi di Tolman (tra gli anni '20 e '40 del Novecento), i comportamentisti tendevano ad interpretare in termini di stimoli-risposte l'apprendimento dei ratti a percorrere un labirinto. Tolman fu indotto dai risultati delle sue ricerche a respingere questa interpretazione e a proporre che un animale lasciato libero di esplorare un luogo non apprende una specifica sequenza di risposte, ma piuttosto acquisisce una mappa cognitiva, cioè una rappresentazione mentale dell'organizzazione spaziale del territorio esplorato avanzando l'ipotesi che questa rappresentazione si formi unicamente in base all'attività di esplorazione effettuata dall'animale, anche nella totale assenza di ricompense. Tolman concluse che le ricompense influenzano non tanto ciò che gli animali apprendono, ma piuttosto ciò che fanno. Gli animali imparano a localizzare i diversi siti del loro ambiente, che vi abbiano trovato una ricompensa oppure no, ma vi si dirigono di corsa soltanto se hanno fatto esperienza di trovarvi una ricompensa. Tolman coniò il termine di apprendimento latente per indicare un apprendimento che non ha una manifestazione immediata nel comportamento dell'animale.

Gran parte di quanto le persone apprendono deriva dall'osservazione degli altri. Questa forma di apprendimento prende il nome di apprendimento per osservazione (observation learning). Uno dei primi autori che si è occupato dell'apprendimento per imitazione fu Bandura (1977) che ha sottolineato che le persone osservano gli altri non soltanto per acquisire specifiche capacità motorie, ma anche per apprendere modalità, o stili, di comportamento più generali. La teoria elaborata da Bandura per spiegare l'apprendimento per osservazione ha un carattere esplicitamente cognitivista. Questi avanzò l'ipotesi che le persone osservano il comportamento e gli altri per acquisire una conoscenza di ciò che in generale si fa, conoscenza che poi utilizzano nelle situazioni in cui può essere utile. Bandura ha anche sviluppato vari metodi di terapia in cui i pazienti vengono addestrati a superare certe loro paure osservando altre persone impegnarsi proprio in quelle attività che scatenano le loro paure, ad esempio nel maneggiare i serpenti.

Sia la concezione comportamentista sia quella cognitivista interpretano l'apprendimento in termini di processi generali, che si presume operino in una gamma molto ampia e diversificata di situazioni di apprendimento. Per questa ragione si ritiene che queste due concezioni siano, in realtà, due facce di uno stesso approccio teorico, detto approccio dei processi generali.

Per quanto riguarda la presenza di capacità di apprendimento di base nel bambino, è possibile sottolineare che dal momento che i neonati dispongono di riflessi, ci si può chiedere se li si possa sottoporre con successo a condizionamento classico. La risposta degli studiosi è stata affermativa, ma con importanti differenze rispetto agli animali e agli adulti. In particolare, i lattanti sembrano in grado di acquisire meglio uno stimolo condizionato se la nuova associazione da apprendere è dotata di qualche valore adattivo, come nel caso di apprendimenti legati alla nutrizione. Inoltre, si è anche visto che dalle 3-4 settimane di vita in poi, instaurare un condizionamento nel bambino diventa sempre più agevole. I bambini iniziano ad essere sensibili a rinforzi e punizioni, se ci limitiamo ad un piccolo repertorio di azioni (come girare la testa da un lato o succhiare), fin da molto piccoli. Quando il bambino cresce e nuovi comportamenti si sostituiscono gradualmente ai riflessi, diviene possibile poi condizionare una gamma più ampia di azioni, quali la vocalizzazione, il sorriso, la direzione dello sguardo e così via. Dal punto di vista cognitivo, la capacità di imitazione è decisamente più complessa di una semplice associazione stimolo-risposta. Infatti, imitare una particolare azione richiede di prestarvi attenzione selettivamente, individuarne le componenti ed eseguirne accuratamente la medesima sequenza di movimenti: tutto ciò presuppone un certo livello di intelligenza senso-motoria, come ha messo in luce Piaget con una serie di studi condotti negli anni '30 e '40. L'imitazione cambia quindi notevolmente nel corso dello sviluppo, e certe abilità imitative compaiono solo tardivamente. Oggi però sappiamo anche che l'imitazione ha probabilmente una base innata, perché se ne trova qualche manifestazione ben prima di quanto asserito da Piaget. Meltzoff e Moore (1977) parlano di una sorta di predisposizione all'imitazione. Anche altri autori hanno constatato che, facendo osservare a neonati di soli 2 giorni un adulto che compie alcuni semplici gesti (come quello di sporgere la lingua), sui volti dei piccoli compaiono, con frequenza superiore al caso, proprio i gesti osservati.

Metodi d'Indagine: Possiamo fare riferimento a scale cognitive che misurano tra gli altri fattori anche la memoria e l'apprendimento, come la scala W.A.I.S. o altri reattivi quali il profilo di rendimento mestico (P.R.M.), il reattivo delle figure complesse, entrambi di Rey, e il test di memoria comportamentale Rivermead (R.B.M.T.). L'analisi fattoriale della scala W.A.I.S. di Choen ha permesso di identificare oltre al fattore G altri tre importanti fattori: il fattore di comprensione verbale, il fattore di organizzazione percettiva e il fattore di memoria. Il fattore di memoria, riscontrato principalmente nei subtest di ragionamento aritmetico e di memoria di numeri

(scala verbale), comprende sia l'immediata memoria in rapporto a materiale nuovo, sia il ricordo di materiale precedentemente appreso. È stato ipotizzato che la capacità di concentrarsi e di resistere alla distrazione non è estranea a questo fattore. Il profilo di rendimento mestico di Rey, formato da 7 subtest più 2 supplementari, è utile per l'esame individuale della memoria in soggetti adulti. Il reattivo delle figure complesse di Rey permette di distinguere i casi di insufficienza mnemonica dai problemi di organizzazione visuo-motoria. Il test di memoria comportamentale Rivermead è utile nell'evidenziare i deficit di memoria nel quotidiano e permette di seguire eventuali modifiche nel tempo di deficit mnemonici di pazienti cerebrolesioni dopo un eventuale lavoro di riabilitazione. I disturbi di memoria sono tipici oltre che di pazienti affetti da demenza, oligofrenia, cerebrolesioni, anche da pazienti psicotici gravi, dove il disturbo di memoria, legato soprattutto alla memoria a breve termine, è connesso a difficoltà di attenzione verso il mondo esterno, e dei pazienti alcolisti cronici, dove il disturbo mestico è il risultato di un più generale deterioramento delle funzioni mentali.

Ambiti Applicativi: Il condizionamento operante è utilizzato da una branca della psicologia clinica, la terapia del comportamento, per modificare nel modo desiderato il comportamento dei pazienti. Visti nella prospettiva del condizionamento operante, molti dei problemi che portano le persone a cercare l'aiuto di un terapeuta possono essere considerate come cattive abitudini, apprese e mantenute in quanto ricevono un rinforzo sul breve periodo, sebbene siano dannose a lungo termine (es. fumare e gli eccessi nel mangiare e nel bere). Per aiutare il paziente ad abbandonare una cattiva abitudine, un terapeuta del comportamento gli suggerisce varie modalità con cui può modificare le condizioni del rinforzo, facendo in modo di aumentare le ricompense derivanti da attività che ne salvaguardano la salute e al tempo stesso facendo diminuire il rinforzo dei comportamenti nocivi. Persino problemi di natura fisiologica, come l'ipertensione arteriosa e l'emicrania, possono in alcuni casi essere controllati tramite un'interessante applicazione del condizionamento operante detta addestramento al biofeedback. La procedura prevede che venga prodotto un segnale particolare, ad esempio un suono o una luce, ogni volta che si verifica un certo cambiamento fisiologico desiderabile, e la persona viene addestrata a far durare il segnale per periodi di tempo sempre più lunghi. Tra i fenomeni associati al condizionamento operante è possibile citare il modellamento per approssimazioni successive (shaping), l'estinzione e i diversi schemi di rinforzo (continuo, a rapporto fisso, a rapporto variabile, a intervallo fisso e a intervallo variabile), il condizionamento discriminativo, la concatenazione, il rinforzo secondario e i gettoni.

Attenzione

Definizione: L'attenzione è un'importante funzione mentale posta a livello conscio, che può essere rivolta volontariamente o richiamata in modo automatico dalle caratteristiche dello stimolo, ma rimane comunque un fenomeno di cui siamo consapevoli. Essa svolge due importanti funzioni: selezionare gli stimoli e mettere in azione i meccanismi che provvedono a immagazzinare le informazioni nei depositi di memoria a breve termine (MBT) e memoria a lungo termine (MLT) con influenza sull'efficacia delle prestazioni nei compiti di vigilanza. Se non avessimo questa facoltà cognitiva che filtra le informazioni in entrata, saremmo letteralmente sommersi dalla marea di stimoli che arrivano continuamente al cervello. Attenzione e livello di attivazione sono visti come stati correlati, ma non si identificano. L'attivazione dunque può essere vista come un dato globale dell'organismo che si svolge lungo un continuum, mentre l'attenzione è considerata come una funzione selettiva che si correla con il livello di attivazione, ma che non coincide con esso. Il grado di attenzione dipende dal livello di attivazione dell'organismo; proprio in quanto processo di selezione di informazioni l'attenzione può essere definita un "processo cognitivo".

Modelli Teorici: Agli esordi della psicologia scientifica l'attenzione è stata oggetto di studio all'interno di esperimenti riguardanti la coscienza ed in particolare l'introspezione. Con il comportamentismo e la Gestalt l'attenzione fu relegata su un piano assolutamente secondario, per essere nuovamente rivalutata negli anni '50 dal Cognitivismo. In questo stesso periodo gli studi neurofisiologici si affiancarono a quelli più propriamente psicologici. Per quanto riguarda i limiti del sistema sensoriale e della capacità di elaborazione dell'informazione, Kahneman ipotizza che esista un limite di tipo biologico all'elaborazione contemporanea di più informazioni, costituito da limiti di elaborazione del sistema sensoriale; Broadbent ritiene che il limite della capacità attentiva sia ascrivibile ad una selezione che avviene dopo la registrazione sensoriale, mentre altri propendono per l'ipotesi che questa avvenga in memoria, e quindi agli ultimi livelli di elaborazione dell'informazione, spostando così l'accento sulle aspettative del soggetto che influenzano la selezione degli stimoli. Inoltre è molto interessante considerare la relazione esistente tra attenzione e percezione. Nell'ambito percettivo, l'attenzione è un processo di focalizzazione di alcuni tra i molti stimoli percepiti in base alle caratteristiche dello stimolo, ai bisogni interni, alle aspettative e all'esperienza passata. La combinazione tra questi elementi è alla base dei diversi livelli d'attenzione tra individuo e individuo (es. una madre sentirà il pianto del suo bambino al di sopra della conversazione). Mackworth evidenzia due tipi di attenzione: un'attenzione spontanea o involontaria regolata dal flusso degli stimoli esterni, dove la risposta d'orientamento del soggetto viene provocata dalle caratteristiche di un determinato stimolo e un'attenzione volontaria o

controllata regolata dall'attività dei lobi frontali e caratterizzata da un orientamento cosciente del soggetto. L'attività dovuta ai lobi frontali è legata al loro sviluppo, che non si completa che verso i 7 anni di età. Il pieno sviluppo dell'attenzione selettiva e volontaria sarebbe quindi possibile a partire da questa età. Tuttavia è rilevabile un'attenzione involontaria nell'adulto e un'attività di orientamento volontario nei bambini. Quella che matura con lo sviluppo è quindi una sempre maggiore capacità di percezione selettiva delle informazioni utili per una certa prestazione. Posner individua due momenti successivi nella registrazione automatica: l'orientamento (cioè volgersi in direzione dello stimolo) e la detenzione (cioè la registrazione cosciente e il rilevamento dello stimolo). Cohen e Gelber affermano che è opportuno differenziare due tipi di risposte verso lo stimolo: "risposta di orientamento" verso lo stimolo, in cui è lo stimolo a catturare l'attenzione, (ad esempio volgere gli occhi verso qualcosa), e "risposta di fissazione", che opera attraverso un meccanismo diverso che trattiene l'attenzione. In entrambi i processi si riscontra un ruolo attivo da parte del soggetto, giacché processi di questo tipo non possono essere considerati come automatici.

Si può ancora distinguere un'attenzione selettiva con caratteristiche di concentrazione e selezione che manifesta tempi di reazione rapidi ed efficienti e un'ottima discriminazione, e un'attenzione diffusa con predisposizione a libere associazioni che manifesta pensiero creativo. Il meccanismo dell'attenzione selettiva è stato studiato da Cherry che cercò di capire come avviene che fra stimoli molteplici provenienti dal mondo esterno, il soggetto ne selezioni alcuni lasciandone decadere altri. In generale valgono come fattori facilitanti dell'attenzione selettiva psicologica, gli stessi fattori gestaltici di organizzazione presenti nella percezione: la salienza, la buona forma, la coerenza, il contrasto tra figura e sfondo. Di conseguenza stimoli che hanno un buon rilievo percettivo destano una maggiore attenzione e vengono registrati più facilmente (ad esempio nel caso degli stimoli acustici, se la voce bersaglio si distingue dalle altre per timbro, è più facile prestarvi attenzione). Un'altra dimostrazione di ciò è data da un fenomeno noto come "cocktail party" in cui si riesce a prestare attenzione ad una sola conversazione nonostante ve ne siano parecchie in corso che potrebbero interferire. Broadbent asserì che i soggetti hanno la capacità di prestare attenzione ad una sola voce alla volta, evidenziando la relazione negativa, inversamente proporzionale, fra il grado di comprensione di due voci, nel senso che se aumenta la comprensione di una, cala la comprensione dell'altra (uso della tecnica dell'ascolto dicotico). Questa specie di alternanza di attenzione da una voce all'altra potrebbe però essere ricondotta invece che a un suo spostamento, alla divisione simultanea dell'attenzione. Si può cioè prestare attenzione soprattutto ad una voce, ma nello stesso tempo distribuire una piccola porzione dell'attenzione all'altra voce. Questa teoria, nota come Teoria del Filtro Primario, fu proposta da Treisman per spiegare il fatto che a volte si crea un ricordo ombra anche dello stimolo cui non si è prestata attenzione: è un ricordo labile ed

impreciso perché non è stato elaborato percettivamente, per cui non passerà mai dalla MBT alla MLT. Secondo un'altra teoria dell'attenzione, denominata Teoria del Filtro Terminale di Norman, i segnali cui non si presta attenzione arrivano al cervello e vengono elaborati, ma in modo inconscio, limitato, cosicché restano in memoria solo parzialmente. Secondo questa teoria il filtro dell'attenzione si dirigerebbe verso i segnali prescelti per operare su di essi un'elaborazione consapevole e volontaria, che ne consentirebbe una memorizzazione stabile. Si deve notare che anche stimoli familiari e usati di frequente sembrano essere percepiti così automaticamente, che è impossibile ignorarli; un esempio di questo automatismo è dato dallo "stroop-effect" in cui si mostrano ad alcuni soggetti delle parole stampate in colori diversi e si chiede loro di ignorare le parole e di riferire solo il colore dell'inchiostro. Questo compito è perfettamente eseguito salvo che nel caso in cui le parole sono nomi di colori diversi dal colore dell'inchiostro. In questo caso l'impedimento derivava dalla percezione del significato della parola, che normalmente facilita la lettura ma che in questo caso era un elemento di disturbo. Lo stroop-effect può essere considerato un esempio di insuccesso dell'attenzione selettiva.

I fenomeni fisiologici tipici dell'attenzione (dilatazione pupillare, vasocostrizione periferica, vasodilatazione cerebrale, decelerazione dell'attività muscolare) sono presenti in quella che viene definita "risposta di orientamento" (Sokolof): si osservano alla prima presentazione dello stimolo, e si riducono alla ripresentazione dello stimolo (risposta di abituazione). Tale risposta è legata alla coincidenza dello stimolo con una sua traccia presente nella MLT. La risposta di abituazione è più rapida con il crescere dell'età: secondo la teoria di Piaget, ciò può essere legato alla costanza dell'affetto, acquisita dopo una certa età e alla relativa capacità di prevedere gli stimoli acquisita dal bambino. Nei bambini in età scolare non si evidenziano particolari differenze nelle capacità attentive, rispetto agli adulti, mentre differenti sarebbero piuttosto le capacità di formulare strategie diverse per la soluzione di un compito, cioè la capacità di cogliere gli elementi principali di una realtà problematica utili alla soluzione di un compito. Sembrerebbe dunque implicato un diverso livello di sviluppo cognitivo, piuttosto che un aspetto legato all'attenzione.

Un aspetto dello studio dei livelli di vigilanza è quello del livello di attivazione o arousal. La teoria dell'arousal presuppone che lo stato di vigilanza vari lungo un continuum che va dal sonno all'eccitazione diffusa. Il livello di attivazione è considerato un fattore importante nella determinazione dell'efficienza di un soggetto in prestazioni o compiti. A bassi livelli di attivazione l'individuo si distrae facilmente, mentre a livelli troppo elevati l'eccessiva ansietà ha un effetto ugualmente dannoso sull'efficienza, a causa dell'aumento della distraibilità. La "Teoria dei Livelli di Attivazione", inizialmente ipotizzata dagli psicologi, è stata in seguito studiata dai neurofisiologi,

che hanno indagato le modalità di funzionamento del sistema reticolare attivatore e la sua influenza sull'attività della corteccia cerebrale. Oltre a questa, esistono altri indici fisiologici del livello di attivazione: riduzione dell'aritmia cardiaca, aumento della frequenza cardiaca, del diametro pupillare, della conduzione cutanea. Come pocanzi ricordato attenzione e livello di attivazione sono due stati correlati fra di loro ma che non si identificano. Ad alcuni eventi si presta attenzione consciamente mentre altri vengono registrati inconsciamente. Esistono, nel sistema attentivo, delle procedure di registrazione "automatiche" le quali passano le informazioni ad una componente del sistema che stabilisce quali elementi sono degni di attenzione.

Metodi d'Indagine: Per indagare l'attenzione esistono molti test, questi valutano gli impedimenti nell'attenzione e nella concentrazione. I disturbi nella capacità di attenzione o concentrazione sono comuni fra pazienti neurologici, psichiatrici e con intossicazioni da farmaci. Fra i test di attenzione selettiva abbiamo il test di Toulouse e Pièron che si basa sulla cancellatura di segni astratti identici al modello dato e il test della doppia sbarratura di Zazzo. Fra i test di controllo dell'attenzione, che verificano l'integrità dei lobi frontali e la presenza di psicosi, esiste il test di Stroop, che consiste nel leggere una lista di nomi di colori, dire il nome dei colori degli inchiostri con cui la parola è scritta (es. se c'è la parola "verde" scritta in giallo, bisogna dire "giallo"). È importante sottolineare che l'attenzione è anche apprendimento. Sono stati effettuati molti studi sulla qualità dell'apprendimento in condizioni di attenzione diffusa e di attenzione concentrata. I risultati hanno trovato applicazione in ambito pedagogico e in psicologia dell'età evolutiva dove si è potuto constatare che l'attenzione del bambino è prevalentemente spontanea fino ai 7 anni con conseguente scarsa capacità di applicarsi ad un'attività strutturata in modo consapevole. Dagli 8 anni agli 11 compare l'attenzione volontaria che in ambito educativo e scolastico necessita di essere stimolata adeguatamente.

Una tecnica per studiare l'attenzione dei bambini molto piccoli consiste nella registrazione dei movimenti oculari e nello studio delle immagini riflesse nella cornea, nonché la misurazione del tempo che il bambino dedica alla fissazione di uno stimolo piuttosto di un altro (fissazione preferenziale). Sia nel neonato che nell'adulto qualunque genere di risposta dipende non solo dallo stimolo ma dalla condizione in cui si trova l'organismo, misurabile secondo una scala che va dal sonno all'eccitamento.

L'analista nell'ascolto del paziente deve mantenere un'attenzione fluttuante, ossia non deve privilegiare alcun elemento del discorso dell'analizzato in base alle proprie inclinazioni, pregiudizi, ma deve lasciare agire la propria attività inconscia come è richiesto all'analizzato invitato a forme di libere associazioni.

Ambiti Applicativi: Le applicazioni cliniche di tutte le osservazioni e gli studi sull'attenzione hanno portato all'analisi del disturbo da deficit di attenzione che si manifesta nell'infanzia e nell'adolescenza e può essere accompagnato da iperattività. Questi bambini non sanno concentrare l'attenzione ed elaborare le informazioni ad una velocità appropriata; hanno problemi scolastici a causa del rapporto con i compagni e delle difficoltà a rispettare le regole. Il trattamento per questo disturbo è basato sui principi del condizionamento al fine di migliorare il comportamento sociale e il rendimento scolastico. Il comportamento del bambino viene monitorato a casa e a scuola e vengono somministrati rinforzi per i comportamenti appropriati.

I disturbi dell'attenzione possono essere temporanei o strutturali e sono classificabili in: disattenzione (riduzione temporanea dell'attenzione dovuta a stanchezza fisica o mentale), distrazione (interruzione temporanea dell'attenzione per l'azione di stimoli estranei all'attività in corso), distraibilità (propensione naturale strutturale di un soggetto a distrarsi), aprosopia (incapacità strutturale a mantenere l'attenzione).

Comunicazione

Definizione: La comunicazione è quel processo dinamico che avviene tra un emittente e un ricevente. L'emittente invia al ricevente un messaggio di tipo verbale o non verbale, e il ricevente lo elabora codificandolo e ne invia uno in risposta. La comunicazione comprende qualunque tipo di scambio dotato di senso che gli individui intrattengono nel sistema sociale, attraverso segni e simboli che definiscono il loro ruolo sociale.

Modelli Teorici: Lo studio della comunicazione umana è articolato secondo tre settori: sintassi (concerne aspetti quali la codifica, i canali, la capacità, il rumore, la ridondanza, mentre non si interessa del significato dei simboli del messaggio), semantica (lo scambio effettivo di informazione presuppone una convenzione semantica ovvero un accordo tra trasmettitore e ricevente sul significato dei simboli trasmessi con il messaggio) e la pragmatica (concerne l'idoneità della comunicazione di influenzare il comportamento altrui). Si tratta di tre settori concettualmente distinti, ma interdipendenti. Tra le principali teorie della comunicazione vi è il modello di Shannon e Weaver (1949) sviluppato nel corso della loro teoria matematica sulla trasmissione del segnale elettronico. Tale modello si basa su uno schema semplice e lineare adottato negli anni del predominio del comportamentismo: la comunicazione è considerata un comportamento da spiegare secondo la logica S-R (stimolo-risposta) e consta di 5 elementi disposti in ordine lineare: fonte di informazione, codificatore, canale di trasmissione, decodificatore e destinatario. Il messaggio è un'informazione "trasparente" codificata sulla base di un'assunzione di perfetta reversibilità delle operazioni di codifica e di decodifica, tale da rendere possibile una comprensione senza problemi. Il ricevente è una macchina di decodifica passiva e muta. Le principali critiche a questa teoria furono che questa teoria non tiene conto dei processi di risposta del destinatario (feedback) oltre che presentare la comunicazione come un'attività statica in cui avvengono atti separati di comunicazione con un'inizio e una fine in momenti precisi, trascurando l'aspetto di costruzione dei significati.

La scuola di Palo Alto cui i principali esponenti sono: Bateson (1960), Watzlawick, Beavin e Jackson; sono gli autori del famoso testo "La pragmatica della comunicazione" secondo cui comunicazione e comportamento sono sinonimi dal momento che i dati della pragmatica non sono soltanto le parole, le loro interazioni e configurazioni ma anche i fatti non verbali concomitanti e il linguaggio del corpo. Alle azioni del comportamento personale bisogna poi aggiungere i segni della comunicazione inerenti al contesto in cui la comunicazione ha luogo. Tutto il comportamento e non solo il discorso è comunicazione. Inoltre la concezione interattiva della comunicazione implica che l'attenzione non sia rivolta solo agli effetti sul ricevente, ma anche agli effetti che la reazione di quest'ultimo ha sul trasmettitore. Watzlawick, Beavin e Jackson definiscono alcuni assiomi

fondamentali della pragmatica della comunicazione: il primo assioma afferma che “non si può non comunicare”; non esiste qualcosa che sia un non-comportamento, anche il silenzio o le parole, hanno tutti un valore di messaggio. Questo implica che la comunicazione sia tale anche quando non intenzionale, conscia o efficace; il secondo assioma riconosce in ogni comunicazione un aspetto di contenuto e uno di relazione. Il primo trasmette i dati della comunicazione, il secondo il modo in cui si deve assumere tale comunicazione; questo secondo aspetto rientra nella categoria della metacomunicazione, ossia una comunicazione sulla comunicazione; il terzo assioma stabilisce che la natura di una relazione dipenda dalla punteggiatura delle sequenze di comunicazione, che sono dei modelli di scambio. Gli scambi comunicativi non costituiscono una sequenza ininterrotta ma sono organizzati come se seguissero una sorta di punteggiatura; il quarto assioma riconosce due moduli di comunicazione per gli esseri umani uno numerico, che sfrutta le parole e quindi i nomi che convenzionalmente diamo alle cose, e uno analogico, cioè il riferimento agli oggetti mediante le immagini, ossia con ogni mezzo di comunicazione non verbale; in tale comunicazione analogica rientrano la cinesica, i gesti, le espressioni del volto, la prossemica, le inflessioni della voce, il ritmo e la cadenza delle parole; l'ultimo assioma afferma che tutti gli scambi di comunicazione sono classificabili come simmetrici o come complementari, a seconda che siano fondati sulla ricerca di eguaglianza o sulla differenza. Un'interazione complementare si stabilisce per via di un certo contesto sociale e culturale (relazione tra insegnante e allievo, tra terapeuta e paziente) e non viene imposta in modo esplicito: ciascun soggetto si comporta in modo da presupporre il comportamento dell'altro, offrendogli al tempo stesso le ragioni perché tale asimmetria esista e perduri nel tempo. La relazione simmetrica favorisce la competitività e può esitare in un'escalation simmetrica, una vera e propria lotta di potere, mentre quella complementare con ruoli cristallizzati può portare un partner a soffocare la personalità dell'altro, dipendente emotivamente e intellettualmente da lui. La teoria di Watzlawick, Beavin e Jackson è divenuta un punto di riferimento per l'evoluzione di un approccio sistemico, soprattutto rivolto alla psicoterapia familiare, in particolare la tecnica introdotta da questi autori e da Haley è nota con il nome di doppio legame terapeutico. Watzlawick, Beavin e Jackson hanno definito la famiglia come un sistema di interazione governato da regole: il terapeuta in quanto outsider è in grado di provocare quello che il sistema stesso non è in grado di fare, cioè un cambiamento delle proprie regole. Una tecnica efficace è la prescrizione del sintomo che trasforma il comportamento spontaneo, su cui di solito si ritiene di non poter far niente, perché fuori dalla propria volontà, in un comportamento intenzionale, in cui la persona accetta o meno di ubbidire alla prescrizione. La teoria degli atti linguistici di Austin (1962) e Searle (1969) considerano il fenomeno linguistico dal punto di vista pragmatico nel senso che parlare è agire. Nello stabilire un rapporto tra linguaggio e azione Austin introduce la distinzione tra enunciati performativi (non descrivono né riferiscono, ma indicano il fare all'interno di un dato contesto ad

es. “Mi dimetto”) e gli enunciati constatativi o referenziali (sono usati per affermare proposizioni delle quali ci si può chiedere se siano vere o false). Nell’atto linguistico si possono distinguere tre aspetti: la locuzione (l’atto di dire qualcosa, sia nel senso dell’attività fisica necessaria per la produzione di un enunciato, sia della conoscenza e dell’uso del codice grammaticale), la perlocuzione (l’atto perlocutorio fa riferimento al dire qualcosa con la precisa intenzione di produrre determinati effetti su chi ascolta) e l’illocuzione (l’atto illocutorio si riferisce al suo significato convenzionale, al modo preciso in cui usiamo l’atto locutorio in una certa occasione). Il riferimento essenziale è quello del contesto in cui le frasi vengono pronunciate, delle relazioni esistenti tra gli interlocutori, dei rapporti di potere, delle rispettive credenze e aspettative.

Nel “modello della probabilità di elaborazione” (E.L.M.) di Petty e Cacioppo il messaggio persuasivo può seguire due percorsi diversi: una via centrale o elaborazione sistematica (il destinatario elabora attivamente il messaggio, riflettendo sui contenuti proposti e generando argomentazioni e controargomentazioni; in base alla qualità del messaggio può decidere di accettarlo o rifiutarlo); una via periferica o euristica (il destinatario non elabora affatto il contenuto del messaggio ma piuttosto decide di accettarlo o meno basandosi su criteri periferici o superficiali quali la credibilità e l’attraenza della fonte, la lunghezza del messaggio). Gli esiti dell’effetto persuasivo nelle due vie è qualitativamente diverso: l’elaborazione centrale comporta un cambiamento negli atteggiamenti di tipo profondo, duraturo, mentre l’elaborazione periferica produce un cambiamento superficiale. La scelta del percorso dipende sia dalla motivazione che dalle capacità cognitive del destinatario di elaborare il messaggio. Le persone con bassa motivazione e/o capacità cognitive usano indice periferici; persone con alta motivazione e/o buone capacità cognitive elaborano il messaggio attivamente. Le tecniche di misurazione per verificare il percorso scelto furono thought listing (elenco di pensieri): il soggetto elenca tutti i pensieri durante oppure subito dopo l’esposizione al pensiero; permette di avere un indice della quantità dell’attività cognitiva, della sua direzione (pro-contro) e del tipo di pensiero e E.M.G. (elettromiogramma facciale): misura l’attività di certi muscoli facciali che vengono involontariamente attivati quando una persona ha una reazione favorevole o sfavorevole verso il messaggio persuasivo. Il modello di Petty-Cacioppo si è dimostrato di grande utilità nella spiegazione e integrazione di risultati complessi e contraddittori e ne derivano interessanti implicazioni pratiche per la programmazione di comunicazioni persuasive. Negli ultimi anni il panorama delle ricerche in psicologia sociale si è arricchito di nuovi studi che superano il modello tradizionale di indagine della persuasione la quale non è più considerata un’attività comunicativa unidirezionale ma un processo interattivo tra persuasore e persuaso. La scelta del tipo di tattica da utilizzare dipenderà dal contesto, dalle circostanze e dalle relazioni tra noi e gli altri. Le tattiche “indirette” sono quelle in cui la vera prestazione che vogliamo ottenere non è palese: nella tattica del “piede nella porta” si chiede un

piccolo favore per ottenerne uno più grande; nella tattica della “porta in faccia” si fa inizialmente una grande e irragionevole richiesta per ottenerne una diversa e più piccola; nella tattica del “colpo basso” si presenta una richiesta dissimulandone i costi reali, per poi aumentarli quando il soggetto ha già iniziato a seguirla. Per quanto riguarda la comunicazione non verbale è considerata un linguaggio di relazione, un mezzo primario che sostiene e completa la comunicazione verbale, essa comprende una vasta gamma di segnali di tipo cinesico, paralinguistico, intonazionale che integrano, ampliano e a volte sostituiscono il contenuto verbale di una comunicazione. Spesso per capire lo stato emotivo o l’atteggiamento di una persona prestiamo più attenzione all’espressione del volto, allo sguardo, al tono di voce, ai gesti piuttosto che alle parole pronunciate, anche se ciò può avvenire in modo non intenzionale e consapevole sia da parte di chi emette un segnale, sia da parte di chi lo riceve. Mehrabian (1972) ha misurato l’importanza relativa dei 3 fattori: parole, tono di voce e comportamento non verbale (gesti, mimica facciale, postura) in casi in cui non c’era congruenza tra i canali. I risultati evidenziarono che le parole sono poco importanti, dato che determinano solo il 10% dell’impatto, rispetto al 40% del tono di voce e a più del 50% del comportamento non verbale. Si è giunti così al superamento della dicotomia tra comunicazione verbale e non verbale considerati oggi aspetti differenti ma interagenti nello stesso processo comunicativo.

Metodi d’Indagine: Gli studi sulla comunicazione non verbale si sono concentrati sui seguenti aspetti: distanza interpersonale (Hall nei suoi studi sulla prossemica, ossia sul modo in cui le persone per convenzione si dispongono nello spazio, ha individuato 4 distanze a seconda del tipo di interazione ovvero distanza intima (0-35cm) riservata ai rapporti interattivi privati; distanza personale-causale (35-poco più di 1 metro) tenuta nei rapporti di famiglia e con gli amici; distanza sociale (1-3metri) per le occasioni di conversazione e i rapporti di lavoro e distanza pubblica (oltre 3metri) che separa in genere l’oratore da pubblico); mimica facciale e sguardo (la funzione essenziale delle espressioni facciali è quella di rinforzare ciò che viene detto e di fornire dei feedback quando sono gli altri a parlare); orientamento spaziale (il modo in cui le persone si situano nello spazio è indice di atteggiamenti interpersonali); postura (indica il modo in cui le persone si atteggiavano nei diversi possibili movimenti quando sono in piedi, sedute o mentre camminano); apparenza fisica (la bellezza sembra essere un potente fattore nella facilitazione dei rapporti sociali).

Ambiti Applicativi: Nel mondo del marketing la comunicazione persuasiva ha trovato il proprio spazio campagne pubblicitarie, promozionali, istituzionali. Conoscere quali sono le caratteristiche del messaggio con una maggiore influenza persuasiva permette di costruire pubblicità efficaci e adattate al target che si intende raggiungere e di cui si vuol modificare l’atteggiamento. Secondo Gullotta (1995) comunicare è influenzarsi reciprocamente, convincere, ottenere, o rifiutare qualcosa

(comunicazione persuasiva). La comunicazione era intesa come un sistema composta da una fonte, un messaggio e l'audience. Furono svolti una serie di esperimenti in cui venivano manipolate le più importanti variabili attive nella comunicazione persuasiva osservandone gli effetti sul cambiamento di atteggiamento e di comportamento. Per quanto riguarda le caratteristiche della fonte le ricerche hanno evidenziato che la comunicazione è meglio accolta e più efficace se la fonte è attraente, attendibile e non ha interessi persuasivi. Le comunicazioni provenienti da una fonte ad alta credibilità hanno un'efficacia immediata che però si esaurisce col tempo a causa dell'effetto del "dormirci su" (sleeper effect); al contrario i messaggi provenienti da fonti a bassa credibilità hanno poca efficacia iniziale ma il cambiamento di atteggiamento diventa maggiore con il passare del tempo. La comunicazione riguarda sia l'ambito quotidiano sia l'ambito pubblicitario e delle pubbliche relazioni: in ciascuno di questi ambiti la comunicazione ha diverse finalità. Gli agenti della comunicazione possono essere persone umane, esseri viventi o entità artificiali. Infatti è colui che "riceve" la comunicazione ad assegnare a questa un significato, per cui è la potenzialità creativa dell'essere umano ad assegnare significati ad ogni cosa, creando il "sistema comunicazione" con le sue due caratteristiche: l'immaginazione e la creazione di simboli. È tuttavia argomento di discussione se la comunicazione presupponga l'esistenza di coscienza, o se si tratti di un processo che può avvenire anche tra macchine. Se infatti è colui che riceve la comunicazione ad assegnare un significato ogni "cosa" può comunicare. Il concetto di comunicazione comporta la presenza di un'interazione tra soggetti diversi: si tratta in altri termini di una attività che presuppone un certo grado di cooperazione. Ogni processo comunicativo avviene in entrambe le direzioni e, secondo alcuni, non si può parlare di comunicazione là dove il flusso di segni e di informazioni sia unidirezionale. Se un soggetto può parlare a molti senza la necessità di ascoltare, siamo in presenza di una semplice trasmissione di segni o informazioni. Nel processo comunicativo che vede coinvolti gli esseri umani ci troviamo così di fronte a due polarità: da un lato la comunicazione come atto di pura cooperazione, in cui due o più individui "costruiscono insieme" una realtà e una verità condivisa; dall'altro la pura e semplice trasmissione, unidirezionale, senza possibilità di replica, nelle varianti dell'imbonimento televisivo o dei rapporti di caserma. Nel mezzo, naturalmente, vi sono le mille diverse occasioni comunicative che tutti viviamo ogni giorno, in famiglia, a scuola, in ufficio, in città. Le principali applicazioni della conoscenza della comunicazione non verbale sono in ambito clinico-terapeutico: nel colloquio clinico è bene porre l'accento sulla comunicazione non verbale in quanto in grado di rappresentare sentimenti complessi, di comunicare stati emotivi e di essere maggiormente caratterizzata da spontaneità rispetto al linguaggio verbale. Il fatto che si eviti il contatto visivo potrebbe essere evitato per nascondere dei sentimenti inaccettabili, per non stabilire un contatto sociale o per aumentare la distanza interpersonale. Nell'ambito del lavoro: nel processo di selezione la comunicazione non verbale può influenzare le valutazioni del

selezionatore/intervistatore sia pure interagendo con la comunicazione verbale. In alcuni casi la comunicazione non verbale può fornire validi elementi di giudizio sul candidato, sulle sue motivazioni e abilità sociali possedute. Nei rapporti internazionali e di scambio interculturali. Nella progettazione di sistemi di comunicazione. Studi sulla menzogna: consentono di indicare i comportamenti non verbali più probabilmente connessi con l'intento di mentire.

Secondo la Scuola di Palo Alto gli scambi comunicazionali possono essere simmetrici o complementari a seconda che siano fondati sulla ricerca di eguaglianza o di differenza. Sia la simmetria che la complementarità svolgono funzioni importanti e sono necessarie nelle relazioni sane alternandosi e operando in settori diversi; quando una delle due modalità si irrigidisce essa diventa potenzialmente patogena: la relazione simmetrica favorisce la competitività e può esitare in un'escalation simmetrica, una vera e propria lotta di potere, mentre quella complementare con ruoli cristallizzati può portare un partner a soffocare la personalità dell'altro, dipendente emotivamente e intellettualmente da lui. Le possibili risposte sintomatiche sono separazioni, fughe, tentativi di suicidio e depressione. La comunicazione come può generare patologia, allo stesso modo può essere mezzo di guarigione in ambito clinico; il terapeuta, infatti, in quanto outsider è in grado di provocare quello che il sistema stesso non è in grado di fare, cioè un cambiamento delle proprie regole. Un ulteriore concetto chiave della comunicazione è la reciprocità. Il bambino sin dalla nascita sperimenta con i genitori il processo di reciprocità: i genitori stimolano il figlio che invia loro segnali di risposta. È importante che ci sia sincronia tra queste modalità di interazione e che gli stimoli inviati dai genitori al figlio siano di intensità adeguata alle caratteristiche della soglia recettiva del bambino. In caso di organizzazione psicotica sembra che il rapporto di reciprocità nel periodo infantile non abbia rispettato queste regole ma se ne sia distaccato provocando una mancanza di integrazione tra le varie componenti che concorrono all'armonia tra i processi di percezione e di comunicazione. I soggetti psicotici mostrano difficoltà a mantenere l'attenzione focalizzata nel seguire il filo del discorso, distraibilità, lentezza nell'elaborare le informazioni e nell'organizzarle in memoria a breve termine e difficoltà ad evidenziare stimoli rilevanti se inseriti in un rumore di fondo irrilevante.

Emozione

Definizione: reazione affettiva e somatica intensa determinata da uno stimolo ambientale (piacevole o spiacevole) avente valore adattivo. Il binomio motivazione-emozione è alla base dell'intero campo affettivo e lo si può descrivere in termini di tensione in cui si manifesta il rapporto ambiguo tra interiorità ed esteriorità. Tuttavia, mentre lo studio della motivazione consente di indagare sul perché un dato comportamento venga attivato, lo studio delle emozioni permette un'analisi del come un organismo reagisca adottando dei cambiamenti nei vissuti soggettivi. Le emozioni accompagnano quasi ogni momento della nostra vita quotidiana e, se non sono eccessive, favoriscono la messa a punto di strategie adeguate.

Modelli Teorici: Lazarus, nell'ottica di una prospettiva cognitivista-fenomenologica, coglie il fenomeno nella sua globalità e dinamicità. Le risposte emotive consentono la continua valutazione soggettiva degli stimoli esperiti (componente cognitiva); implicano l'attivazione del sistema nervoso centrale (SNC), sistema nervoso autonomo (SNA) e del sistema nervoso endocrino (SNE, componente fisiologica); si esprimono attraverso movimenti del volto e del corpo (componente espressivo-motoria); spingono l'organismo ad agire, a elaborare piani per soddisfare specifici bisogni (componente motivazionale). La teoria di Lazarus definisce le emozioni come "stati organizzati complessi", basate su tre componenti: la valutazione cognitiva, l'impulso all'azione e la reazione somatica concomitante. L'emozione nasce dal modo in cui l'individuo costruisce l'esito di una transazione con il suo ambiente. Da come, in altri termini, considerando l'apprendimento, la memoria e il pensiero, l'individuo interpreta e risponde attivamente agli stimoli che lo sollecitano. Darwin, nell'ambito della prospettiva evoluzionistica sottolinea il valore centrale delle emozioni in funzione della sopravvivenza della specie nel processo di adattamento dell'individuo all'ambiente. Le emozioni sono innate, ma possono essere modulate per consentire all'organismo di reagire efficacemente rispetto agli stimoli che le hanno suscitate. La teoria di Darwin offre una lettura evoluzionistica nell'interpretazione delle emozioni fondata su tre principi quali: il principio delle abitudini associate, il principio dell'antitesi e il principio dell'azione diretta del sistema nervoso. Il principio evoluzionistico della teoria di Darwin, potrebbe giustificare l'ipotesi diffusa che nell'emozione vi siano delle componenti primitive tra cui il controllo esercitato su di essa dalle parti più antiche del cervello. Il modello psicoanalitico di Freud assegna loro un ruolo fondamentale nella struttura della personalità, oltre che considerarle come una chiave di accesso all'inconscio. Oggi si sottolinea la loro importanza soprattutto in campo clinico: nel setting analitico, il paziente ha la possibilità di divenire consapevole e rielaborare le sue relazioni d'oggetto in quanto rivive la situazione affettiva, emotiva che ha avuto nei confronti della figura di attaccamento, verso l'analista

(transfert). In ambito comportamentista, Watson considera solamente gli aspetti descrittivi, comportamentali delle emozioni. Il comportamento emotivo, considerato ereditario, è determinato dall'azione degli stimoli sensoriali sul sistema nervoso attraverso gli organi di senso. L'autore, osservando i neonati, ha notato che manifestano tre comportamenti emozionali fondamentali: paura, ira ed amore, che sarebbero, dunque, le emozioni di base dell'individuo. Queste si diversificherebbero in seguito attraverso l'apprendimento condizionato. Circa un secolo più tardi, Ekman, riprendendo la tesi darwiniana, confermò l'ipotesi dell'universalità delle espressioni emotive. Ekman mise a punto la sua teoria transculturale delle emozioni. Provò, attraverso un lungo studio, l'universalità delle espressioni emotive: realizzò una serie di espressioni facciali di emozioni, facendosi fotografare e in seguito, attraverso viaggi in vari paesi del mondo, poté notare che queste emozioni di base vengono universalmente riconosciute. Individuò 6 emozioni di base (felicità, tristezza, ira, disgusto, sorpresa e paura) mentre quelle riconosciute universalmente sono: paura, gioia, rabbia, sorpresa. In base alla loro fonte possiamo classificare le emozioni in: somatiche, situazionali, sociali e relazionali, cognitive e autoriflessive. La manifestazione di un'emozione si basa su differenti livelli: fisiologici (l'emozione consiste in cambiamenti relativi a processi biochimici; coincide con l'attivazione (arousal) che segnala, attraverso l'eccitazione del SNA, del SNC, del SNE, un cambiamento determinato da stimoli interni o esterni); espressivo-motori (l'emozione è rappresentata da cambiamenti comportamentali evidenziati soprattutto nella comunicazione non verbale); cognitivi (lo stato emotivo è rappresentato da cambiamenti nella consapevolezza soggettiva della situazione e delle proprie risposte fisiologiche ed espressive); motivazionali (per le emozioni primarie esistono degli schemi fissi di comportamento, quando le emozioni non si esauriscono nell'hic et nunc, le emozioni diventano sentimenti, i sentimenti da tendenze all'azione diventano scopi e interessi); vissuti emozionali- soggettivi (dopo aver vissuto un'esperienza emotivamente coinvolgente sentiamo l'esigenza di parlarne, di tradurre in parole il proprio vissuto emotivo dando un nome alla propria emozione). Per quanto riguarda lo sviluppo emotivo, dal primo mese si notano espressioni facciali che rimandano a gioia, collera, dolore; reazioni alla variazione dell'espressione dell'adulto (nell'ottica del contagio emotivo). Prima della verbalizzazione compare la capacità di comprendere le emozioni. A circa 2 anni si manifestano le capacità empatiche; tentativi di modificare sentimenti altrui tramite comportamento appropriato; espressione di emozioni non provate; dai 6 anni il bambino sa mostrare sentimenti opportuni a seconda della situazione; a circa 8 anni prova emozioni complesse (vergogna, senso di colpa, invidia), infine a 10 anni il bambino capisce di poter provare emozioni contrastanti-ambivalenti.

Metodi d'indagine: i metodi di autovalutazione ovvero interviste, questionari con affermazioni predisposte, scale soggettive verbali, con etichette verbali predisposte e punteggi di intensità da

assegnare, scale soggettive non verbali, con schemi grafici predisposti graduati per intensità. I metodi di valutazione con giudici esterni quali descrizioni con ricorso a etichette verbali e misure mediante scale con punteggi affidate a esaminatori, i quali valutano le manifestazioni emotive dove l'esame può riguardare la mimica, la postura, i gesti, l'andatura, la voce; oppure aspetti della scrittura, il contenuto di produzioni scritte, lo stile grafico nei disegni. Il colloquio è un importante strumento di indagine delle emozioni, è molto importante l'empatia essa richiede sia partecipazione, fusione di se stessi con l'altro, sia distacco, poiché un eccesso di fusione annebbierebbe la mente del terapeuta. Per quanto riguarda gli strumenti diagnostici, un test usato è il T.A.T. perché contiene alcune tavole ambigue, la cui interpretazione muta in rapporto al tono emotivo del soggetto.

Ambiti Applicativi: nei disturbi psicologici le emozioni hanno, quasi sempre, un ruolo chiave. Pertanto in qualsiasi ambito lo psicologo lavora interagisce sempre con delle categorie emozionali. In campo clinico è particolarmente importante osservare la congruenza tra il vissuto emotivo che l'individuo mostra e quello che comunica verbalmente, per analizzare la gravità della patologia ed il livello di contatto con la realtà. Talvolta, infatti, il paziente non mostra la giusta rilevanza e qualità emotiva rispetto agli eventi. Importante è il concetto di acting out: in alcune patologie (borderline) la pressione delle emozioni, non elaborate ed espresse adeguatamente, diventa tale da tradursi in un passaggio all'atto. Altri importanti ambiti applicativi basati sulle emozioni, a livello di psicoterapia, riguardano l'uso del transfert, in ambito psicomotivo, e le tecniche di decondizionamento, in ambito comportamentale. Le emozioni sono al centro di vari campi d'applicazione ed assumono di volta in volta significati diversi all'interno dei vari modelli teorici. L'approccio comportamentista propone la possibilità del trattamento delle emozioni esagerate e disfunzionali alla base delle fobie tramite le tecniche di decondizionamento: ad esempio, nella desensibilizzazione sistematica, lo stimolo fobico viene gradualmente presentato al soggetto durante uno stato di rilassamento e venendo progressivamente associato dal soggetto alle tecniche corporee piacevoli, perde le sue connotazioni negative. La tradizione psicoanalitica classica evidenzia come l'inaccettabilità di alcune emozioni porti all'instaurarsi dei meccanismi di difesa. Tra questi le più primitive sono la proiezione, la negazione, la regressione fino alla sublimazione. Qualora gli stati emotivi non vengano adeguatamente elaborati a livello psicologico, possono alterare le funzioni somatiche fino a determinare vere e proprie lesioni organiche. Il concetto di "alestitimia" indica proprio la difficoltà del soggetto nell'individuare e verbalizzare i sentimenti; tra gli attuali strumenti utilizzati per misurare tale costrutto, la Toronto Alexithymia Scale (T.A.S. 20) di Taylor risulta uno dei più accreditati. La "tecnica della scrittura" di Pennebaker, applicata soprattutto agli eventi traumatici, consiste invece nella possibilità di contrastare l'inibizione della comunicazione emotiva riguardo a questi, appunto mediante la scrittura dei pensieri e dei vissuti che un certo evento ha provocato.

Memoria

Definizione: La memoria è la capacità di immagazzinare, conservare e recuperare informazioni e permette il coordinamento spazio-temporale delle azioni. Essa non è necessariamente stabile: dipende dalla situazione ambientale, dalla motivazione, dal contesto sensoriale e dalla condizione emotiva; pertanto opera sempre, ma con modalità continuamente variabili. Inoltre è selettiva: non si tratta di un processo incidentale ma attivo che ci difende dal bombardamento di informazioni provenienti da ogni parte permettendoci di “consolidare” solo le informazioni utili. La memoria non è localizzata in singole zone, ma è il risultato dell’interazione dell’intera attività corticale. Esistono diversi tipi di memoria: la memoria strategica (presuppone un’intenzione di ricordare e dipende dall’immagazzinamento di risorse cognitive); la memoria automatica (si verifica senza un’intenzione visibile del soggetto); la memoria retrospettiva (si riferisce al ricordo di eventi e cose del passato. In questo tipo di memoria la richiesta è consapevole e risultano utili cue esterni); la memoria prospettica (si riferisce all’intenzione di compiere determinate azioni nel futuro); la memoria implicita o procedurale (una categoria della memoria a lungo termine – MLT è una forma di ritenzione non consapevole delle informazioni e vi rientrano i compiti impliciti, indiretti, incidentali); la memoria esplicita o dichiarativa (l’altra categoria della memoria a lungo termine, comprende la memoria episodica, la memoria semantica e la memoria emozionale); la memoria a breve termine (MBT) o memoria di lavoro (WM definita così da Baddley) meccanismo di tipo automatico di ridotta capienza e di breve durata; le informazioni restano registrate senza particolare sforzo, ma in modo fragile ed aleatorio. È possibile considerare inoltre 4 processi (stadi) della memoria: acquisizione e codifica o registrazione (si riferisce al modo in cui l’informazione viene tradotta, etichettata e registrata in una rappresentazione interna), ritenzione o immagazzinamento (processi di stabilizzazione nel tempo dell’informazione acquisita in memoria), consolidamento (esiste un processo nervoso perseverativo che rende possibile la conservazione della traccia mnestica, ossia il passaggio dalla MBT alla MLT), e recupero (si riferisce al modo in cui l’informazione archiviata in memoria viene ripresa).

Modelli Teorici: L’approccio storicamente più antico è l’Associazione, secondo cui l’uomo è un soggetto passivo di fronte agli stimoli esterni e il meccanismo chiave dell’apprendimento e della memorizzazione consiste semplicemente nell’associazione di idee o di sensazioni che si verificano contigualmente. I primi esperimenti sistematici sulla memoria furono condotti Ebbinghaus che individuò la curva dell’oblio e, complementariamente, quella della ritenzione. La curva dell’oblio si caratterizza per un marcato aumento degli errori commessi dopo la prima ora dall’apprendimento, effetto che si intensifica col passare delle ore; dopo un giorno, tuttavia, la curva comincia a

discendere molto lentamente e si avvicina asintoticamente a zero. La curva della ritenzione è speculare. Sempre Ebbinghaus individuò il cosiddetto “effetto di risparmio” relativo al minor tempo di ri-apprendimento necessario per imparare nuovamente una serie di elementi, all’aumentare delle ripetizioni iniziali; tuttavia questo effetto è soggetto ad un fenomeno di saturazione. Fra le metodologie utilizzate dagli associazionisti, due erano particolarmente utilizzate: presentazione seriale (ai soggetti è stata presentata una serie di elementi ad un ritmo costante, in un secondo momento è stato chiesto agli stessi di ripetere la serie nell’ordine di presentazione); apprendimento per coppie associate (ai soggetti sono stati presentati due elementi in coppia con la consegna di apprenderli; in un secondo momento veniva è stato presentato loro solo uno dei due elementi, con la richiesta di rievocare il secondo). Attraverso l’utilizzo della rievocazione seriale gli associazionisti individuarono due effetti di interferenza: l’interferenza retroattiva (gli effetti deleteri dell’apprendimento di una seconda serie sulla prima serie) e l’interferenza proattiva (per cui gli effetti deleteri della prima serie sulla seconda).

L’approccio strutturalista cercò di superare il limite dell’approccio associazionista che si occupa di processi di memorizzazione passiva di materiale artificiale. Il processo mnestico non è un processo di immagazzinamento passivo, ma di attiva strutturazione. Il maggiore esponente di questa corrente fu Bartlett intorno agli anni ‘30. Questo studioso utilizzava stimoli reali, quali il racconto di storie e la successiva rievocazione dei loro particolari. Attraverso questo metodo egli individuò i seguenti processi: omissione dei dettagli con eliminazione in particolare di quelli incoerenti con la comprensione della storia da parte del soggetto; razionalizzazione: per rendere la storia più lineare, anche attraverso l’introduzione di elementi inesistenti; alterazioni di ordine degli eventi, alterazioni di rilievo (importanza assegnata agli avvenimenti), alterazioni di accento (espressività degli elementi). L’approccio strutturalista evidenziò in modo particolare come i processi mnestici rappresentino non una fedele e passiva ricostruzione della realtà esperita, quanto piuttosto un processo di “traduzione ricostruttiva”.

Il cognitivismo contesta la tesi comportamentista relativa all’unicità del processo di memorizzazione. La memoria è studiata come un processo plurimodale che contiene tre moduli mnestici, distingue una memoria a lungo termine, a breve e a brevissimo termine o memoria iconica, che non sarebbe sottoposta a interferenze semantiche come accade alle prime due forme di memoria. Inoltre la MLT non avrebbe alcun rapporto con l’ambito percettivo, che invece caratterizza la MBT e quella iconica. Il cognitivismo, che ha fatto della memoria l’oggetto specifico del suo studio e che considera l’uomo come un soggetto dinamico, ha inoltre elaborato modelli interpretativi mutuati dalle categorie concettuali della teoria dell’informazione e della cibernetica

nota come Human Information Processing (HIP). Questo approccio era per impostazione ecologica simile al costruttivismo di Bartlett, per la concezione attiva della memoria e per l'uso di situazioni aderenti alla realtà quotidiana. Uno dei modelli più interessanti e noti nel paradigma cognitivista dell'HIP fu il modello delle tre fasi di Atkinson e Shiffrin (1968). Questo modello trovava delle profonde connessioni fra il funzionamento di un calcolatore e quello del cervello umano: infatti così come un calcolatore risente di alcuni limiti di elaborazione dipendenti dal sistema operativo su esso caricato, così come elabora le informazioni in sequenza, e così come la sua capacità ha dei limiti, allo stesso modo le funzioni mentali superiori risentono dei limiti delle informazioni precedentemente caricate, elaborano in sequenza e hanno dei limiti di capacità. Secondo il modello di Atkinson e Shiffrin i processi mnestici avverrebbero in tre fasi di elaborazione, corrispondenti al passaggio dell'informazione in tre diverse strutture, con la collaborazione di diversi sistemi di controllo che aiutano il recupero. Il primo magazzino di memoria è il registro sensoriale che cattura l'informazione mantenendola nel suo formato per brevissimo tempo; da qui l'informazione passa ad un magazzino a tempo limitato (MBT) e poi archiviata definitivamente in quello al lungo termine (MLT). La capacità dei tre magazzini è differente: illimitata nel registro sensoriale, di 7 più o meno 2 nella MBT e illimitata nella MLT. Craik e Lockhart elaborano la teoria della profondità della codifica, ipotizzando che la durata della traccia in memoria dipende dalla profondità con cui lo stimolo è stato elaborato. Tulving ha distinto nella MLT una memoria episodica e una memoria semantica, sostenendo che la prima riguarderebbe la codificazione, l'organizzazione e il recupero di informazioni della nostra vita che hanno una collocazione spazio-temporale; la seconda riguarderebbe le informazioni sul mondo, l'impatto dell'educazione e dell'esperienza che non hanno una prospettiva spazio-temporale, come i concetti astratti. È interessante notare che diversi dati in ambito neurologico confermano l'esistenza di differenti livelli di memoria. I pazienti affetti dalla Sindrome di Korsakoff, spesso conseguente ad alcolismo cronico e alle relative deficienze nutrizionali, presentano lesioni a carico dei corpi mammillari dell'ippocampo. Essi mostrano un deficit mnemonico caratterizzato dall'impossibilità di apprendere eventi nuovi, mentre conservano intatta la memoria di eventi più remoti oppure recentissimi. Una sindrome amnesica simile è stata osservata in pazienti epilettici sottoposti ad asportazione bilaterale dell'ippocampo. Questi pazienti non mostrano alcuna difficoltà nel ricordare abilità ed informazioni apprese prima dell'intervento, ma sono gravemente impossibilitati nel ricordo di dati nuovi. Tale deficit mnemonico sono spiegabili in termini di impossibilità di trasferimento dell'informazione dalla MBT alla MLT. Tra gli anni '70 e '80 vennero condotti altri studi cognitivisti che portarono a nuove scoperte sulla la memoria. Baddeley e Hitch nel 1974 introdussero il concetto di memoria di lavoro, ipotizzandola come un sistema in cui vengono mantenute temporaneamente informazioni necessarie per lo

svolgimento di attività che richiedono una temporanea memorizzazione. Si tratta quindi di un sistema che fornisce sostegno cognitivo allo svolgimento delle azioni, ben distinto dalla MBT. Gli autori hanno ipotizzato un modello a tre componenti di working memory: centrale esecutiva (la parte più nobile che sostiene soprattutto compiti di ragionamento e decisione); processo articolatorio (finalizzato all'immagazzinamento e all'elaborazione di materiale verbale attraverso l'uso di un magazzino detto fonologico); magazzino visuospatiale (stessa funzione del precedente ma con materiale visuo-spaziale). Tulving propone un'importante distinzione all'interno della MLT, quella fra memoria dichiarativa e procedurale. Le due forme di memoria sono indipendenti la memoria semantica si accompagna ad una maggiore irrorazione dell'emisfero sinistro, mentre quello episodica del destro. La MLT può essere così composta: "memoria dichiarativa" così chiamata perché permette di descrivere gli eventi in forma di proposizioni. A sua volta è distinguibile in memoria episodica: è la memoria di fatti personali vissuti in prima persona o come semplice spettatore e come parte attiva; "memoria semantica" che è svincolata da fattori spaziotemporali ed è impersonale, questa descrive le nostre conoscenze sul mondo integrandole in un sistema gerarchico; infine la "memoria procedurale" che contiene informazioni sul come si fanno le cose, e quindi in buona parte è implicita, cioè non consapevole.

Da un punto di vista psicodinamico Hartmann considera la memoria una delle funzioni dell'Io. Il processo di memorizzazione e recupero non è esente però dalle influenze dei processi emotivi. Alcuni autori hanno studiato il legame tra memorizzazione e ritenzione dei contenuti a carattere emotivo piacevole, spiacevole e neutro. Secondo Canestrari i risultati sono che i materiali piacevoli vengono ricordati meglio di quelli spiacevoli o neutri e che i materiali spiacevoli vengono ricordati meglio di quelli neutri. Tutto ciò non vale però in tutti i casi in quanto influenzano il ricordo sia l'intensità emotiva del materiale che la differenza di età, ruolo sociale e personalità del soggetto. Bowen evidenzia il rapporto fra lo stato emotivo del momento in cui si memorizzano gli stimoli e le caratteristiche emotive degli stimoli. Esiste una facilitazione mnestica nel caso in cui ci sia una concordanza emotiva fra lo stato emotivo di memorizzazione e quello della rievocazione. Inoltre riguardo la dimenticanza e l'oblio Freud mette in evidenza il concetto di repressione e di rimozione. Entrambi si differenziano dall'oblio vero e proprio perché in questo caso entra in gioco un meccanismo di inibizione attiva del contenuto mestico. Mentre la repressione è un meccanismo cosciente, la rimozione è inconscia. Secondo Anna Freud soltanto quando la rimozione risulta insufficiente ad allontanare l'angoscia si utilizzano meccanismi di difesa supplementari.

Metodi d'Indagine: I principali strumenti d'indagine sono scale cognitive che misurano tra gli altri fattori anche la memoria, come la scala W.A.I.S. o altri reattivi quali il profilo di rendimento

mestico (P.R.M.), il reattivo delle figure complesse, entrambi di Rey, e il test di memoria comportamentale Rivermead (R.B.M.T.). L'analisi fattoriale della scala W.A.I.S. di Choen ha permesso di identificare oltre al fattore G altri tre importanti fattori: il fattore di comprensione verbale, il fattore di organizzazione percettiva e il fattore di memoria. Il fattore di memoria, riscontrato principalmente nei subtest di ragionamento aritmetico e di memoria di numeri (scala verbale), comprende sia l'immediata memoria in rapporto a materiale nuovo, sia il ricordo di materiale precedentemente appreso. È stato ipotizzato che la capacità di concentrarsi e di resistere alla distrazione non è estranea a questo fattore. Il profilo di rendimento mestico di Rey, formato da 7 subtest più 2 supplementari, è utile per l'esame individuale della memoria in soggetti adulti. Il reattivo delle figure complesse di Rey permette di distinguere i casi di insufficienza mnemonica dai problemi di organizzazione visuo-motoria. Il test di memoria comportamentale Rivermead è utile nell'evidenziare i deficit di memoria nel quotidiano e permette di seguire eventuali modifiche nel tempo di deficit mnestici di pazienti cerebrolesi dopo un eventuale lavoro di riabilitazione. I disturbi di memoria sono tipici oltre che di pazienti affetti da demenza, oligofrenia, cerebrolesioni, anche da pazienti psicotici gravi, dove il disturbo di memoria, legato soprattutto alla MBT, è connesso a difficoltà di attenzione verso il mondo esterno, e dei pazienti alcolisti cronici, dove il disturbo mestico è il risultato di un più generale deterioramento delle funzioni mentali.

Ambiti Applicativi: Non ricordare può dipendere dal fatto che si è prestato poca attenzione (deficit di acquisizione), che si è stati impegnati in altre cose sovrapposte allo stimolo da registrare (deficit di ritenzione) oppure che non è stata usata la strategia migliore di recupero (deficit di recupero). Le tecniche che favoriscono l'apprendimento di materiali precisi e i sistemi che sono mnemotecniche più elaborate che possono essere utilizzati con materiali molto diversi: riguardo ai sistemi verbali il più noto è il metodo fonetico che consente il ricordo di lunghe serie di item e la loro esatta collocazione. Le tecniche visive si basano esclusivamente sull'uso di immagini mentali. Per quanto riguarda i deficit mnestici, si definisce amnesia anterograda quel deficit a carico degli eventi successivi ad un evento patogeno dovuto ad un'incapacità di registrare nuove informazioni, e amnesia retrograda quel deficit a carico di eventi immediatamente precedenti ad un trauma per un'insufficiente ritenzione delle informazioni precedentemente registrate. Nelle amnesie organiche pare che sia l'amnesia retrograda sia l'amnesia anterograda siano in relazione ad un danno alla regione mediale del lobo temporale. La funzione di tale area è importante per la registrazione e l'archiviazione delle informazioni. Nei traumi cranici è tipica la presenza di un'amnesia anterograda e retrograda, anche se va considerato come un disturbo della memoria conseguente ad un trauma può non essere in relazione diretta con l'insulto organico ma al contorno affettivo che l'accompagna. Nelle demenze, come l'Alzheimer, si assiste ad una progressiva perdita delle

funzioni cognitive. Il disturbo della memoria interessa inizialmente la capacità di fissare nuove informazioni e di rievocare eventi recenti e si estende successivamente all'impossibilità di rievocare eventi sempre meno recenti. Per quanto riguarda le amnesie psicogene, particolare rilievo va dato all'isteria e a tutti quei quadri ad essa collegati che portano a dimenticare in modo patologico la realtà (es. amnesie isteriche ma anche personalità multiple, fughe psicogene e stati crepuscolari). Il ricordo di un evento comprende: i dettagli dell'evento, le conoscenze associate, le informazioni post-evento, le inferenze, i pregiudizi e le credenze. Proprio per queste sue peculiarità nel riferire una testimonianza i soggetti aggiungono altre informazioni oltre i dettagli e questo può indurre ad errori di memoria. Da studi psicologici sulla testimonianza oculare è emersa un'elevata attivazione del sistema neurovegetativo (arousal), questo può rendere la testimonianza poco attendibile così come l'eccessiva calma. La memoria è più accurata se la rievocazione avviene nel contesto in cui è avvenuto il fatto, tutto quello che esiste tra il fatto e la rievocazione può distorcere il ricordo, infatti tanto più numerose sono le alternative tanto più difficile sarà il ricordo. Molto studiata è anche la relazione tra funzione mnestica e fattori emozionali. A questo proposito la teoria più organica e rilevante dal punto di vista applicativo è certamente la teoria freudiana della rimozione. Il blocco inconscio del richiamo mnestico di eventi ed esperienze ansiogene è un dato evidente all'osservazione clinica. Dai risultati di questi esperimenti è emerso che dopo un certo intervallo di tempo dalla fissazione del materiale si registra una rievocazione migliore del materiale piacevole rispetto a quello spiacevole o neutro; se poi, a parità di condizioni, si valuta la rievocazione del solo materiale spiacevole e neutro, si osserva un ricordo migliore del materiale spiacevole. A ciò va aggiunto che non è la sola qualità affettiva del materiale ad influenzarne il ricordo ma anche il grado di intensità affettiva e che è necessario tener presente le differenze di età (bambini-adulti), le differenze sociali ed individuali (tipo di personalità, ecc.). La capacità di rievocare sembra essere condizionata dalla propria propensione individuale e, quindi, dalle emozioni che lo stimolo suscita nel soggetto.