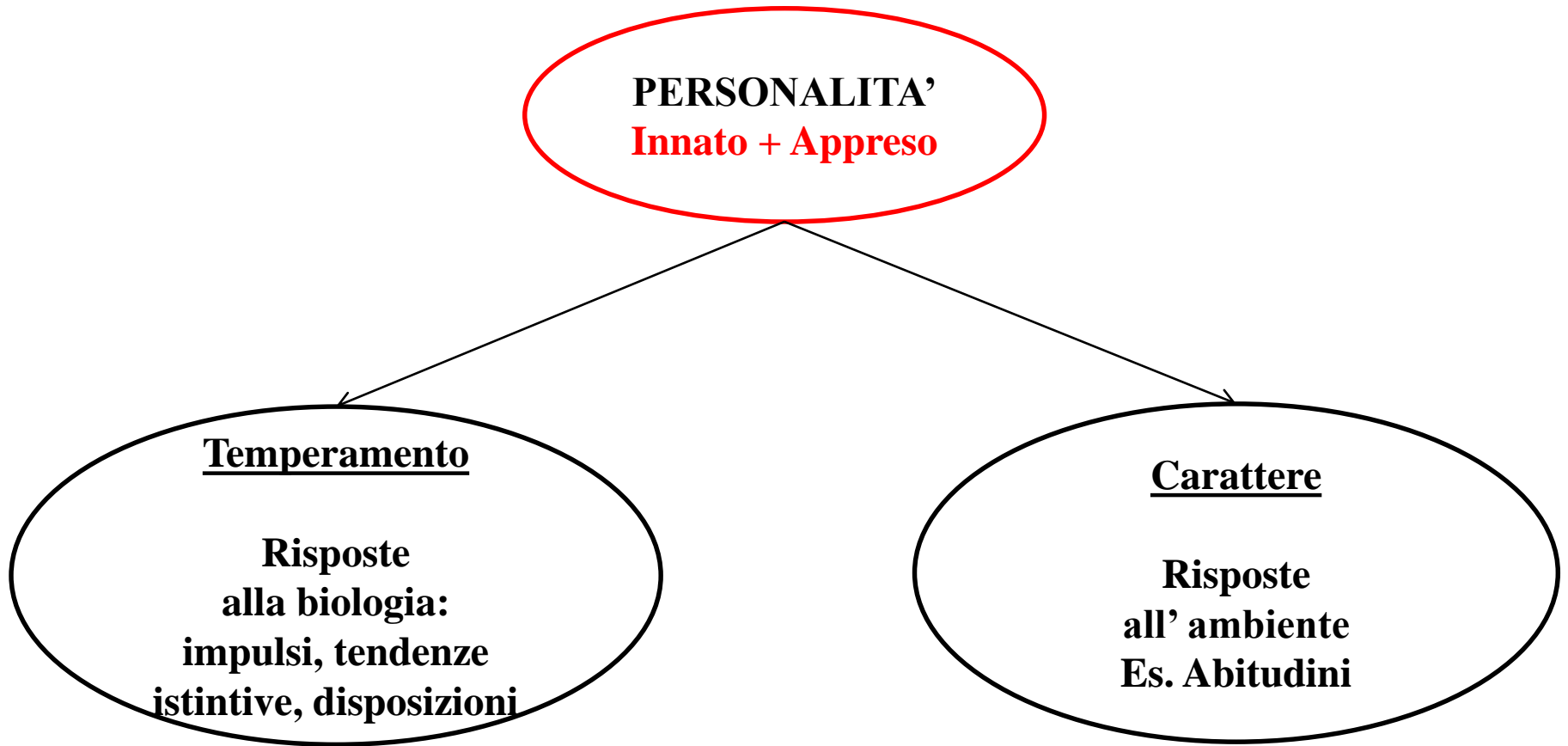


Personalità

Etimologia dal latino persona = maschera

La personalità unifica gli aspetti biologici del temperamento
e quelli psichici del carattere



Gli stili cognitivi

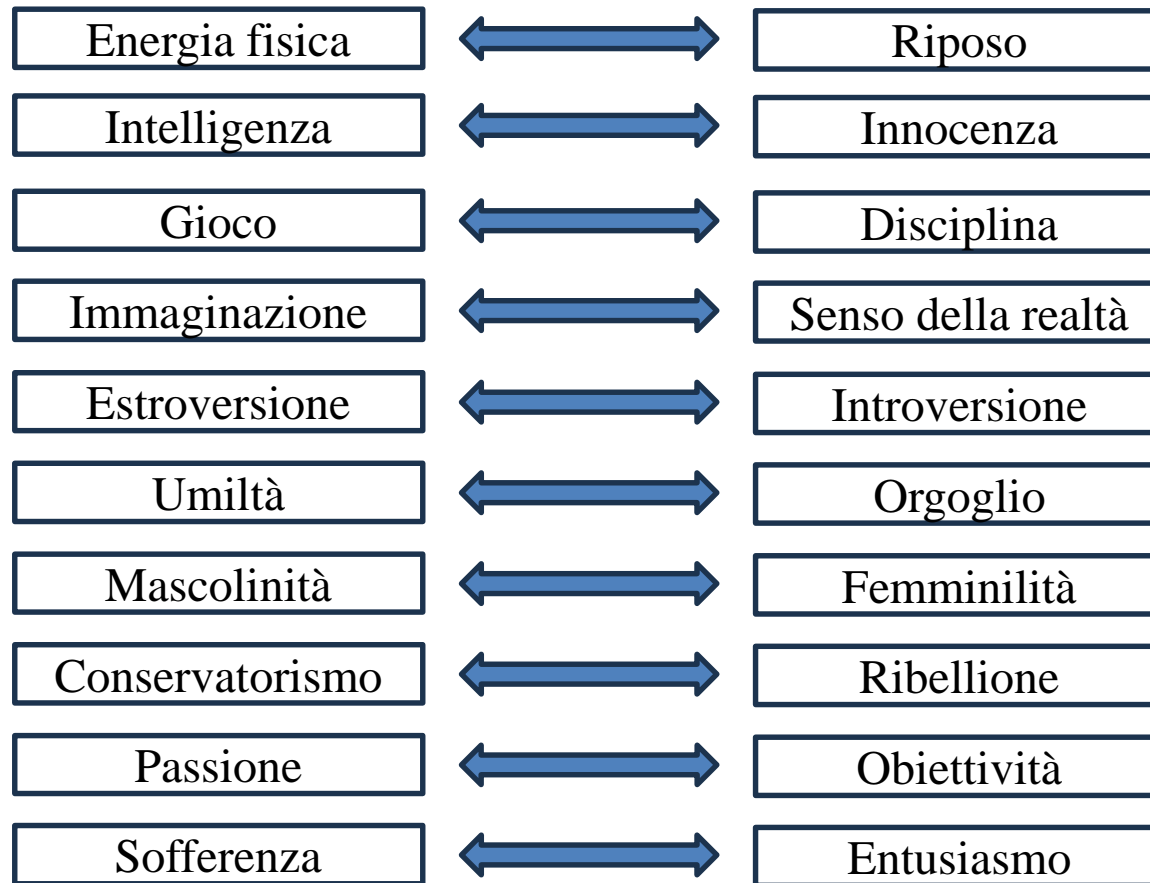
Riflettono le modalità di elaborazione dell'informazione, sono legati alla scelta delle strategie cognitive utilizzate per risolvere un compito. Si fondano su predisposizioni di base ma possono essere modificati.

Stile	Caratteristiche
Globale	Si occupa di questioni vaste e astratte, del quadro generale
Analitico	Si occupa dei dettagli, degli aspetti pragmatici delle situazioni
Intuitivo	Cerca la soluzione del problema prendendo spunto da una sua idea
Sistematico	Preferisce procedere passo per passo, considerando tutte le possibilità, le ipotesi
Visualizzatore	Preferisce analizzare stimoli visivi ed esprimersi attraverso modalità grafiche
Verbalizzatore	Preferisce analizzare contenuti verbali ed esprimersi a parole
Dipendente dal campo	E' influenzata dal contesto nell'interpretazione del mondo e nell'azione
Indipendente dal campo	Ignora i condizionamenti del contesto
Impulsivo	Reagisce immediatamente ad una stimolazione ambientale
Riflessivo	Preferisce pensare prima di emettere la risposta
Bisogno chiusura	Non sopporta l'incertezza e deve avere sempre una spiegazione conclusa, definitiva
Bisogno evitare chiusura	Sopporta l'ambiguità ed è aperto a differenti possibilità

La personalità creativa

Csikszentmihalyi: La complessità presuppone la presenza di estremi contraddittori e la capacità di muoversi da un estremo all'altro in base alla situazione.

Gli estremi quindi sono integrati nella stessa persona in una tensione dialettica



Teoria dei Big Five – Tratto come costrutto bidimensionale

Fattore	Caratteristiche
Coscienziosità Scrupolosità/ Perseveranza	Valuta il grado di organizzazione degli individui, di perseveranza e impulso a un comportamento che va diritto allo scopo. Contrappone le persone sicure ed esigenti a quelle trasandate e indolenti, volubili e disorganizzate
Estroversione Energia/ Dinamismo	Valuta la qualità e l'intensità dei rapporti interpersonali, il livello di attività, il bisogno di stimoli, la capacità di provare gioia: Socievolezza e lavoro di gruppo vs lavoro individuale
Stabilità emotiva Controllo dell'emozione Controllo degli impulsi	Valuta l'adattamento dell'individuo in relazione all'intensità emotiva. Identifica individui predisposti a stress psicologici, idee non realistiche, desideri o impulsi eccessivi e risposte di disadattamento. Emozioni positive vs emozioni negative, come ansia, imbarazzo, colpa, etc...
Apertura Mentale Apertura alla cultura/ Apertura all'esperienza	Valuta la ricerca proattiva e apprezza l'esperienza spontanea, la tolleranza e il piacere di esplorare ciò che non è familiare. Curiosità, creatività e capacità immaginativa vs convenzionalità. Altruismo vs egoismo.
Amabilità Cordialità/ Cooperatività	Valuta la qualità degli orientamenti interpersonali in una serie ininterrotta di pensieri, sentimenti, azioni che vanno dalla compassione all'antagonismo

+

Fattore	Caratteristiche
Onestà/Umiltà	Valuta il grado di benevolenza nei confronti altrui, l'evitamento della manipolazione a fini personali, la tendenza a non esporsi
Proattiva	Abili nell'identificare le opportunità prima degli altri, grande iniziativa per modificare le cose, grande perseveranza, pianificazione
Ricercatori di sensazioni	Dipendenza dal rischio, sperimentano spesso noia e inquietudine, eccitazione rispetto alla novità
Intelligenza emotionale	Autocontrollo, socialità, emozionalità, benessere

Teoria dell'auto-efficacia

Nucleo centrale: Agentività – Percezione di riuscire a controllare personalmente l'ambiente, il senso di padronanza, le aspettative di riuscita, conoscenza delle strategie per riuscire

Specificità

Perché alcune persone si sentono più autoefficaci di altre?

**Esperienza
Passata**

Imitazione

**Persuasione
verbale**

**Gestione
emozioni**

Altre caratteristiche della personalità creativa

Dipendenza indipendenza dal campo: Indipendenza dai Giudizi Esterni

Motivazione intrinseca: padroneggiare l'ambiente, desiderio di competenza, piacere di essere coinvolti nell'attività creativa, autovalutazione, tendenza all'autorealizzazione

Motivazione estrinseca: se dà info e consigli (spiegazione del modo in cui si può essere creativi; dannosa se la persona si sente controllata)

Auto-efficacia
Auto-Stima

Atteggiamenti

Attrazione per la complessità

Approccio estetico alla vita

Capacità di prendere rischi: Sensation seekers

Aspetti psicopatologici della creatività

Sebbene ci siano caratteristiche in comune, che differenza c'è tra un folle e un artista o persona creativa?

Molti grandi artisti nel campo delle arti e della letteratura soffrono di schizofrenia e disturbo bipolare, in generale dei disturbi dell'umore

- Ruolo della dopamina (né troppo alta né troppo bassa)
- Ruolo della sovra-eccitazione

Caso particolare è la sindrome di Tourette, eccesso di energia nervosa e smodata produzione di gesti, tic, gestacci, imprecazioni e atteggiamenti bizzarri, uniti a un dispettoso senso dell'umorismo; eccesso di dopamina

Un prodotto creativo è comunicazione e, in primo luogo, comunicazione di sé. Chi realizza un'opera, dipingendo, scolpendo, recitando o danzando, parla di sé. Ne parla agli altri, ma anche a sé stesso. E' uno modo per chiarirsi, per rimettere ordine nel caos psicologico di una situazione di difficoltà

L'ARTE

Estetica



**Cognizione
incarnata**

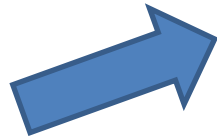


Funzioni del fare arte

Fare arte coinvolge l'individuo nella sua totalità mente-corpo.

- impegno cognitivo, legato all'ideazione del prodotto artistico
- impegno senso-motorio, legato alla produzione artistica in senso stretto

ARTE TERAPIA



Focus sul processo



Focus sul prodotto

Il processo creativo, al di là del contenuto e del risultato finale, è già terapeutico in sé; quando una persona è immersa in un'attività creativa riceve una serie di sollecitazioni a livello fisico, intellettuale ed emozionale che portano a mutamenti organici e psicologici che favoriscono i processi di miglioramento.

Anche i prodotti finali sono importanti: rappresentano la testimonianza della propria auto-affermazione e il ricordo delle esperienze vissute durante la sua produzione, e dunque un punto di partenza per ulteriori riflessioni.

Esempi di psicopatologie nella creatività

Van Gogh: La precaria salute mentale emerge chiaramente nelle sue opere

- Continuo cambiamento dell'uso del colore riflette il modificarsi delle esperienze emotive
- La luce è accecante o tenebrosa, come i suoi stati d'animo
- Predilezione per il giallo molto probabilmente dovuta all'abuso che faceva dell'assenzio, che provocava allucinazioni e la xantopia, ovvero la visione gialla degli oggetti
- Dopo una lite con il pittore Gaughin, Van Gogh si tagliò un orecchio →



Van Gogh: Autoritratto con l'orecchio tagliato (1889). In uno dei suoi attacchi, Van Gogh, sofferente di una grave malattia mentale, si tagliò un orecchio e lo portò come un ricordo a Raderai, una prostituta di 14 anni. Qualche mese dopo, superata la crisi, dipinse il celebre Autoritratto con l'orecchio tagliato, che è diventato un simbolo equivalente dei casi in cui la follia convive con la genialità.



- Nel 1889 gli fu diagnosticata l'epilessia, l'anno dopo si suicidò

<https://www.youtube.com/watch?v=uBTz7iLanYQ>

Schumann: la musica era tutto

- Disturbo bipolare, allucinazioni uditive, sintomi fobici, vertigini
- In breve tempo la struttura mentale maniacale passò dall'esaltazione al terrore: le voci degli angeli si erano trasformate in voci di demoni, con conseguente riflesso sulla musica
- Ossessione per la grandezza
- IO profondamente diviso

<https://www.youtube.com/watch?v=7astxL37XvE>

Woolf: Scrittrice

- Crisi nervose e presunto disturbo bipolare
- Due accadimenti hanno condizionato la sua vita: tentata violenza sessuale da parte di uno dei suoi fratellastri nel 1918 e morte della madre nel 1895 → Nevrosi
- Dopo la morte del padre l'attività artistica s'intensifica
- Crisi depressive sempre più frequenti fino al suicidio

<https://www.youtube.com/watch?v=IWZRbCo6XUk>

Yayoi Kusama: pittrice giapponese

- Allucinazioni che le facevano vedere il mondo ricoperto di puntini colorati
- Disturbo ossessivo-compulsivo che si allieva solo dipingendo
- La madre strappava ogni creazione, da qui la necessità di concludere subito i disegni
- Trauma infantile: il padre frequentava altre donne e la madre lo mandava a spiarlo
- In Giappone non è stata inizialmente apprezzata, soffrendo di grande solitudine

<https://www.youtube.com/watch?v=j9aGOI5YWGU>

Carroll: Scrittore → Alice nel paese delle meraviglie

- Sindrome di Alice, associata a emicrania ed epilessia, che causano distorsioni nella percezione di sé stessi e del mondo, per esempio facendo percepire spesso le parti del proprio corpo o gli oggetti esterni come più grandi o più piccoli del normale
- Distorsioni visive dette metamorfopsie, che comportano la percezione alterata delle cose
- Derealizzazione, l'esperienza del mondo come se non fosse reale
- Depersonalizzazione, ovvero l'esperienza di sé stessi come irreali

Dalì: Pittore surrealista

- Temi prediletti della sua arte erano quelli psicanalitici dell'inconscio, del sogno e della sessualità
- La sua personale ricerca si muove dalla particolare attenzione verso la patologia psichica della paranoia



<https://www.youtube.com/watch?v=8MhuVj-lcl0>