



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI TERAMO

Tirocinio Formativo Attivo - Sostegno

Prof Massimiliano Palmiero

- 1) Storia e Metodi della Psicologia
- 2) **Psicologia Generale**
- 3) Creatività
- 4) Attaccamento

Sensazione

Risposta agli stimoli ambientali dei nostri recettori sensoriali ed organi di senso

Percezione

Identificazione, interpretazione ed interpretazione di una sensazione in modo tale da formare una rappresentazione mentale

Esempio

Sensazione: timbro, altezza di un suono; Percezione: melodia

Soglia Assoluta

Intensità minima di uno stimolo necessaria alla semplice rilevazione sensoriale

RILEVARE o NON-RILEVARE

Suono: ticchettio di un orologio in una stanza a 6 m.

Gusto: un cucchiaino di zucchero in 10 litri d'acqua

Vista: la fiamma di una candela di notte a 45 km di distanza

Soglia Differenziale

Quanto grande deve essere una differenza per essere notata

(es. Oggetto di 15 kg sul palmo della mano di una persona bendata: la differenza si nota solo a 20 kg)

Definizione dell'attenzione

Chiunque sa' cos'è l'attenzione. È la presa di possesso da parte della mente, in forma chiara e vivida, di uno tra tanti oggetti o fra diversi correnti di pensiero che si presentano come simultaneamente possibili ... Essa implica il tralasciare certe cose per occuparsi con più efficienza di altre ... il suo opposto è quello stato di dispersione e confusione definito 'distrazione' (William James, 1890)

Quindi

L'attenzione sottende

mantenimento di uno stato di attivazione
selezione delle informazioni sensoriali
controllo e monitoraggio di pensieri e azioni

LE FUNZIONI ATTENTIVE

Attenzione sostenuta: capacità di mantenere un'adeguata prestazione in compiti monotoni, per lunghi periodi (Es., vigilanza sui radar)

Primi 30 minuti rapido decadimento; successivamente lento decadimento

Attenzione selettiva: capacità di selezionare l'informazione in funzione di un obiettivo (Es., cocktail party)

Attenzione divisa: capacità di svolgere due o più compiti contemporaneamente; (Es., guidare e parlare a telefono)

Stroop Effect

ROSSO GIALLO VERDE BIANCO

BLU BIANCO ROSSO GIALLO

VERDE ROSSO BIANCO BLU

BIANCO VERDE ROSSO GIALLO

ROSSO VERDE BLU ROSSO

BIANCO BLU GIALLO ROSSO

**Riferire solo il colore dell'inchiostro
TR più alti nella condizione di incongruenza**

Cecità inattentiva **(Inattentional blindness)**

Simons and Chabris (1999)

Compito: conta i passaggi di palla

<https://www.youtube.com/watch?v=vJG698U2Mvo>

Incapacità di percepire consapevolmente stimoli a cui non viene prestata attenzione; fuori dal fuoco attentivo

Orientamento volontario e involontario dell'attenzione

Alcuni stimoli catturano l'attenzione attraverso processi automatici innati frutto dell'evoluzione

- Stimoli in movimento o stimoli particolarmente salienti – Valore di sopravvivenza
- Il richiamo delle fattezze infantili
- Il richiamo degli occhi o di immagini a forma di occhi
- Il richiamo di segnali sessuali

Se orientiamo volontariamente l'attenzione verso uno stimolo è perché ha suscitato in noi il desiderio di prenderlo in esame: molto dipende dal nostro stato interiore del momento, ma alcuni stimoli hanno più probabilità di interessarci, e questi sono:

- **Stimoli facili da elaborare**, perché marcati (per intensità, grandezza, durata) o perché , contrastano con tutti gli altri presenti o perché cambiano bruscamente (es., tono di voce); ci interessano anche stimoli vividi, concreti
- **Stimoli che incuriosiscono**, es., oggetti insoliti, oppure oggetti noti in contesti insoliti (es., un'automobile che viaggia in un quadro)
- **Stimoli emozionanti**, promettono piacere, dispiacere o humor
- **Stimoli personalmente rilevanti**, importanti per noi perché rispondono a nostri scopi o bisogni, o perché confermano o mettono in discussione il nostro sé, o perché pensiamo possano essere fonte di crescita personale, o perché invitano al dialogo (es., uso del 'tu' nelle pubblicità)

Natura della Coscienza

- 4 Proprietà Base:

- Intenzionalità

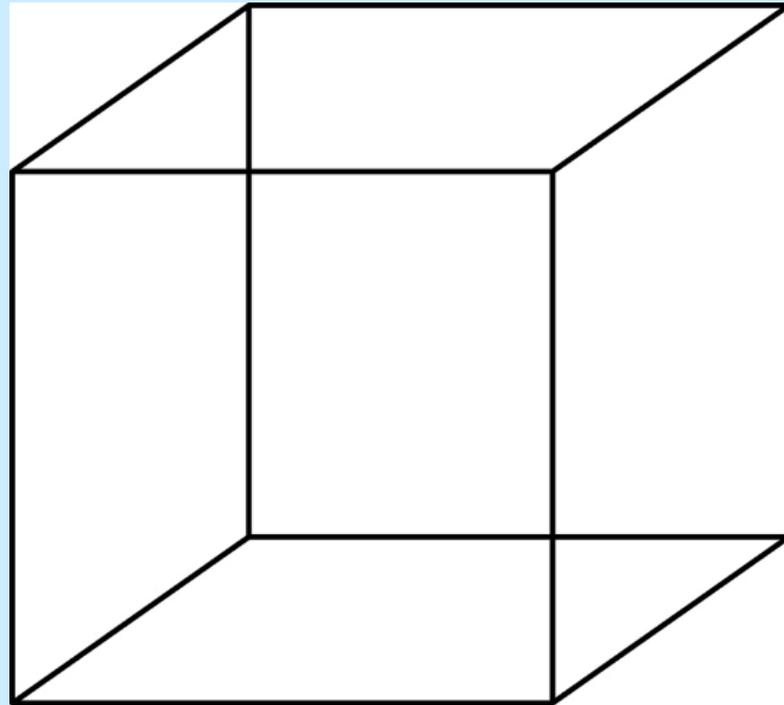
- Unità

- Selettività

 - Cocktail Party

- Transitorietà

 - Cubo di Necker



Livelli di Coscienza

Coscienza Minima

La mente incamera sensazioni e genera comportamento

Coscienza Piena

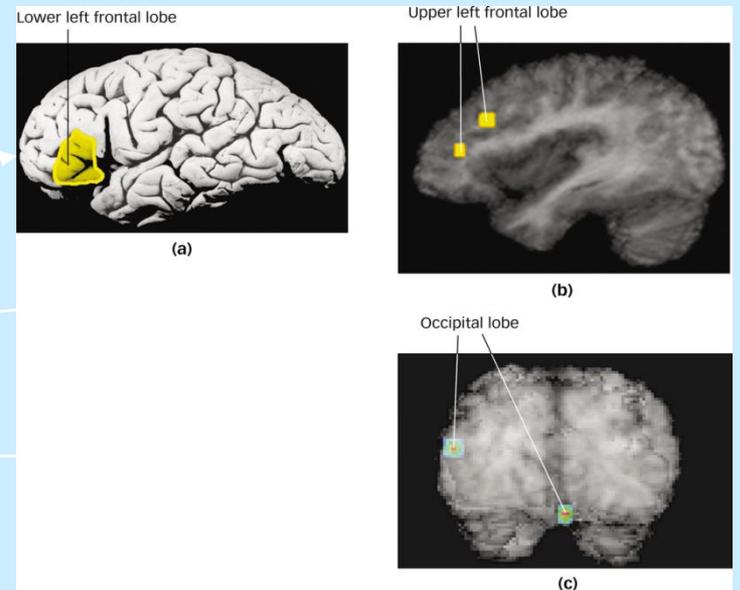
Essere in grado di riferire il proprio stato mentale

Auto-Coscienza

Capacità di cogliere se stessi come oggetti

La memoria - Codifica

Elaborativa
Organizzativa
Visiva



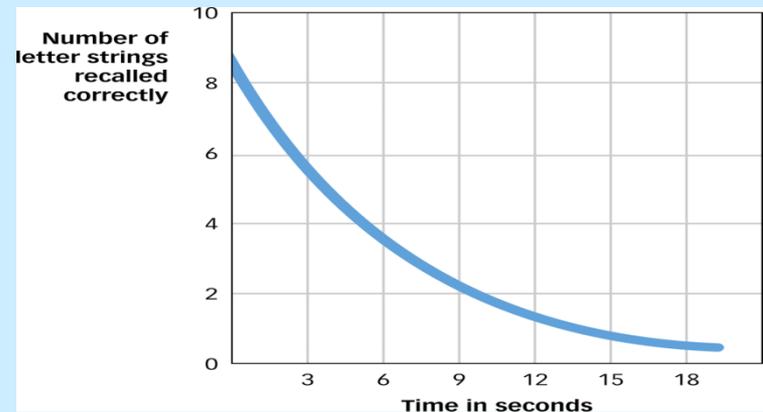
La memoria - Immagazzinamento

Sensoriale

X	L	W	F
J	B	O	V
K	C	Z	R

A breve termine

Ripetizione
Chunking



A lungo termine

Amnesia Anterograda - H.M.
Amnesia Retrograda

La memoria di Lavoro



(aggiunta nel 2000 da Baddeley)

La memoria – Recupero

Indizio per il recupero

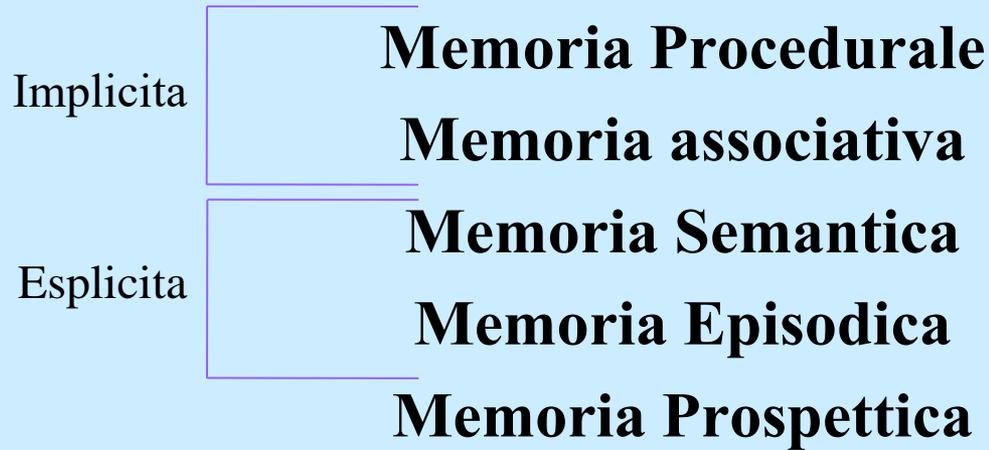
Principio di specificità della codifica

Compatibilità tra traccia e indizio

Il recupero stato-dipendente

Elaborazione appropriata al trasferimento del ricordo

Forme della Memoria



Memoria Episodica

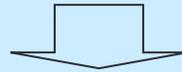
Periodi della vita (per esempio periodo dell'università)

Eventi generali, che riguardano eventi ripetuti o eventi singoli

I ricordi della prima volta (es., il primo bacio)

Eventi specifici : importanti per la capacità di immaginazione

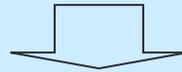
L'emozione



un **processo** che comporta **cambiamenti** piuttosto ampi e interrelati
in **vari sottosistemi dell'organismo**

e

che si verifica in **risposta ad un evento** scatenante,
che ha un **significato fondamentale** per l'individuo
in **termini di sopravvivenza** biologica o psicologica



l'emozione, pertanto, si configura come
un **processo dinamico e adattivo**
di risposta ad una situazione di crisi

LE EMOZIONI

EMOZIONI PRIMARIE (di base)

Felicità

Sorpresa

Paura

Tristezza

Rabbia

Disgusto

Sono emozioni “derivate” che dipenderebbero maggiormente dalla cultura e dall’apprendimento. Sono dette anche “complesse” perché aggiungono una valutazione di se stessi in uno specifico contesto.

Vergogna
Imbarazzo
Gelosia

Funzioni delle emozioni

- ▶ Azione
- ▶ Segnalazione intra-soggettiva
- ▶ Comunicazione inter-soggettiva
- ▶ Motivazione ad agire
- ▶ Adattamento

E' possibile distinguere diverse componenti dell'emozione

**la sensazione
interna**

cioè
l'esperienza
consapevole
dei cambiamenti
che si verificano
in tutte le altre
componenti

**i modelli di
risposta
a livello
neurofisiologico**

ovvero
i cambiamenti
nell'attività
del SNC
e
del SNA

**l'espressione
motoria**

attraverso
il volto, la voce,
i gesti

**la tendenza
all'azione**

per es.
desiderio
di fuggire,
nascondersi,
ecc.

**la valutazione
cognitiva
o appraisal**

cioè
l'attribuzione
di un
significato
a ciò che
accade

L'emozione si configura, pertanto, come un processo complesso in grado di includere la maggior parte degli aspetti del funzionamento mentale

La teoria dei due fattori di Schachter

è la prima **teoria cognitiva delle emozioni**

L'emozione è prodotta

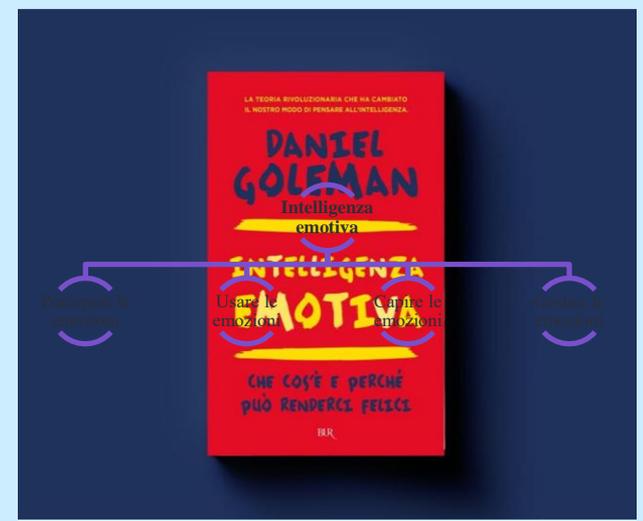
**dall'attivazione non specifica
del sistema nervoso simpatico**

catalogata da sensazioni come
accelerazione del battito cardiaco,
tremore alle gambe, ecc.

**dall'interpretazione cognitiva
simultanea dell'evento elicitante**

sulla base della **funzione direttiva**
delle cognizioni che emergono
direttamente dalla situazione immediata

per es. “ un uomo cammina da solo lungo un viottolo buio e
improvvisamente compare una figura con una pistola”,
lo stato di attivazione non specifica che ne deriva, verrà interpretato alla luce
delle conoscenze possedute sui viottoli bui e sulle pistole;
tale stato sarà denominato paura



Intelligenza emotiva

Percepire le emozioni

Usare le emozioni

Capire le emozioni

Gestire le emozioni

“L’abilità di controllare i sentimenti e le emozioni proprie e degli altri, di distinguerle tra di loro e di usare tali informazioni per guidare i propri pensieri e le proprie azioni”

COMPETENZE
PRO-SOCIALI

Consapevolezza dei sentimenti, delle esigenze e degli interessi altrui:

- 1) **comprensione degli altri**
- 2) **sfruttamento della diversità**, cogliere opportunità offerte da persone diverse
- 3) **assistenza agli altri**
- 4) **consapevolezza politica**, cogliere le emozioni e i rapporti di potere in un gruppo
- 5) **Promozione sviluppo altrui**

EMPATIA

Abilità nell'indurre risposte desiderabili negli altri:

- 1) **Comunicazione** chiare e convincenti
- 2) **gestione del conflitto**, negoziazione
- 3) **costruzione di legami**, favorire legami utili
- 4) **collaborazione e cooperazione**
- 5) **influenza**, uso tattiche di persuasione efficaci
- 6) **lavoro in team**, sinergie utili per obiettivi comuni
- 7) **Leadership**, guidare, ispirare
- 8) **Avvio del cambiamento**

ABILITA'
SOCIALI

INTELLIGENZA
EMOTIVA

COMPETENZE
PERSONALI

CONSAPEVOLEZZA
DI SE'

Conoscenza dei propri stati interiori, preferenze, risorse e intuizioni

- 1) **Consapevolezza emotiva**: riconoscimento proprie emozioni ed effetti
- 2) **Autovalutazione accurata**: conoscenza punti di forza e limiti
- 3) **Fiducia in se stessi**

PADRONANZA DI
SE'

Capacità di dominare emozioni impulsi e risorse:

- 1) **Autocontrollo**
- 2) **Fidatezza**: **mantenimento di standard di onestà e integrità**
- 3) **coscienziosità**,
- 4) **Adattabilità**
- 5) **innovazione**

MOTIVAZIONE

Tendenze emotive che guidano facilitano il raggiungimento di obiettivi:

- 1) **impegno**, adeguamento obiettivi del gruppo
- 2) **iniziativa**, prontezza nel cogliere le occasioni
- 3) **Ottimismo**, costanza nel perseguire obiettivi nonostante ostacoli/insuccessi
- 4) **spinta alla realizzazione**

L'empatia

Emozione morale per eccellenza

affettiva

- vera e propria condivisione emozionale, una risposta affettiva vicaria corrispondente a quella di un'altra persona

cognitiva

- comprensione dell'esperienza di un altro, come consapevolezza cognitiva degli stati interni di un'altra persona, cioè dei suoi pensieri, sentimenti, percezioni e intenzioni

fisiologica

coinvolgimento di funzioni legate alle attività del sistema nervoso autonomo o di substrati ormonali e neurali, che operano nell'indurre un individuo a comportarsi e a sentire in modo speculare a un'altra persona

neuroni specchio → si attivano nel cervello di chi osserva e sono del tutto speculari a quelli che si attivano nel soggetto che compie l'azione.

Sono implicati nel processo innato dell'imitazione e svolgono un ruolo decisivo nella comprensione e condivisione delle emozioni altrui e quindi dell'empatia.

Lo sviluppo dell'empatia

Modello stadiale di Hoffman [2000]

- Stadio 0: contagio emotivo
- Stadio 1: empatia egocentrica (6 mesi) → reazione al sentimento altrui ma ancora scarsa differenziazione tra sé e l'altro
- Stadio 2: empatia quasi egocentrica (2/3 anni) → motivazione a prendersi cura dell'altro
- Stadio 3: empatia “veridica” (4/5 anni) → in risposta alla situazione dell'altro, teoria della mente
- Stadio 4: empatia per la condizione esistenziale dell'altro (età scolare) → completo decentramento cognitivo

Relazione tra lo sviluppo della moralità allo sviluppo dell'empatia, che richiede una piena integrazione tra maturazione affettiva e maturazione cognitiva con lo sviluppo delle abilità di Teoria della Mente alla base dell'abilità di perspective-taking

L'opposto dell'intelligenza emotiva: analfabetismo emotivo

Emozione agita ed emozione espressa

▶ Agire

- ▶ L'emozione agita è quella che passa alle vie di fatto.
- ▶ Nella rabbia si traduce in aggressioni, rappresaglie, giudizi ed offese, urla ecc.
- ▶ Nasce dall'impulso del momento.
- ▶ E' vissuta come incontenibile e perciò giustificata!

▶ Comunicare

- ▶ L'emozione espressa è quella che si traduce in linguaggio verbale chiaro.
- ▶ Informa l'altro delle conseguenze che il suo comportamento genera in noi.
- ▶ L'emozione non viene negata, ma espressa con toni e parole corrispondenti.

▶ Sequestro Emotivo

Un caso estremo di analfabetismo emotivo

ALESSITIMIA

1973: **Sifneos** conì il termine dal greco *a*=**mancanza**; *lexis*=**parola**; *thymos*=**emozione**, per denominare le caratteristiche affettive, ma anche cognitive che caratterizzavano i pz psicosomatici e altre patologie psichiatriche.

CARATTERISTICHE

Gli aspetti centrali del costrutto Alessitimico sono i seguenti:

- Difficoltà di identificare le emozioni e di distinguere tra emozioni e sensazioni corporee dovute all'attività emozionale;
- Difficoltà di descrivere i propri sentimenti;
- Stile cognitivo orientato esternamente, cioè un pensiero razionale (Taylor, 1994)

CARATTERISTICHE

- Povertà di processi immaginativi, soggetti che portano dei contenuti circoscritti a eventi lavorativi, sintomi, esami medici e tutto ciò che caratterizza la loro vita quotidiana.
- Conformismo sociale, aderenza totale alle regole sociali di adattamento;

CARATTERISTICHE

- Sono privi di qualità soggettive di interpretazione individuali della propria identità e della capacità di sintonizzazione con le emozioni altrui.
- Da qui grosse difficoltà a formare, conservare nel tempo relazioni interpersonali intime.
- Difficoltà a utilizzare e comprendere un linguaggio metaforico.

NELLA VITA QUOTIDIANA...

- Esplosioni di collera o di pianto che i soggetti non sanno spiegare;
- Esprimere l'emozione con l'azione;
- Dare all'esterno un'impressione di pseudonormalità;
- Attenersi a "rigidi manuali di istruzione";
- Non presentare espressività e mimica facciale;

La motivazione

La motivazione è il processo di attivazione dell'organismo finalizzato alla realizzazione di un determinato scopo in relazione alle condizioni ambientali

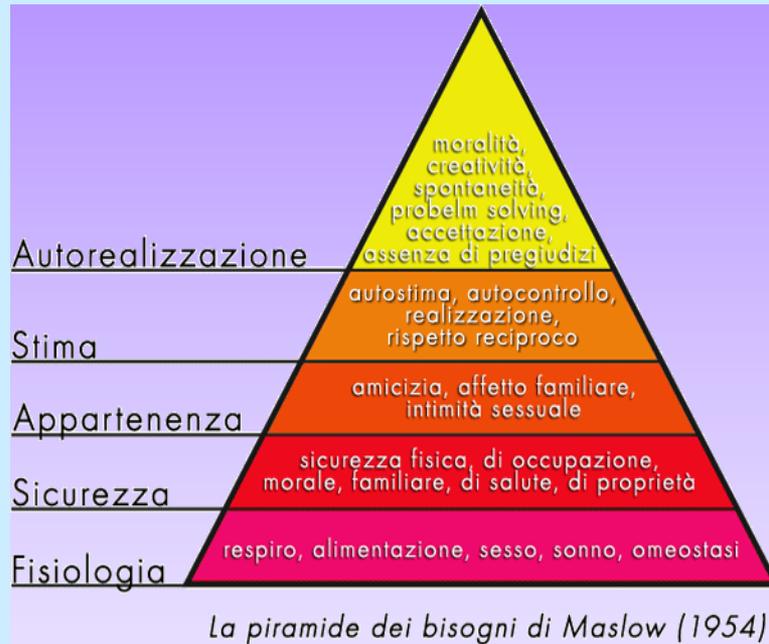
Il flusso

L'esperienza di flusso si accompagna

- ad un feedback immediato circa l'efficacia delle proprie azioni;**
- ad elevata concentrazione;**
- ad un senso di controllo personale;**
- ad una alterata percezione del tempo**

Un'esperienza di flusso si può manifestare se la propria abilità è percepita come buona e il compito come adeguatamente difficile.

Le motivazioni sono in conflitto - Maslow: Piramide dei bisogni



Critiche:

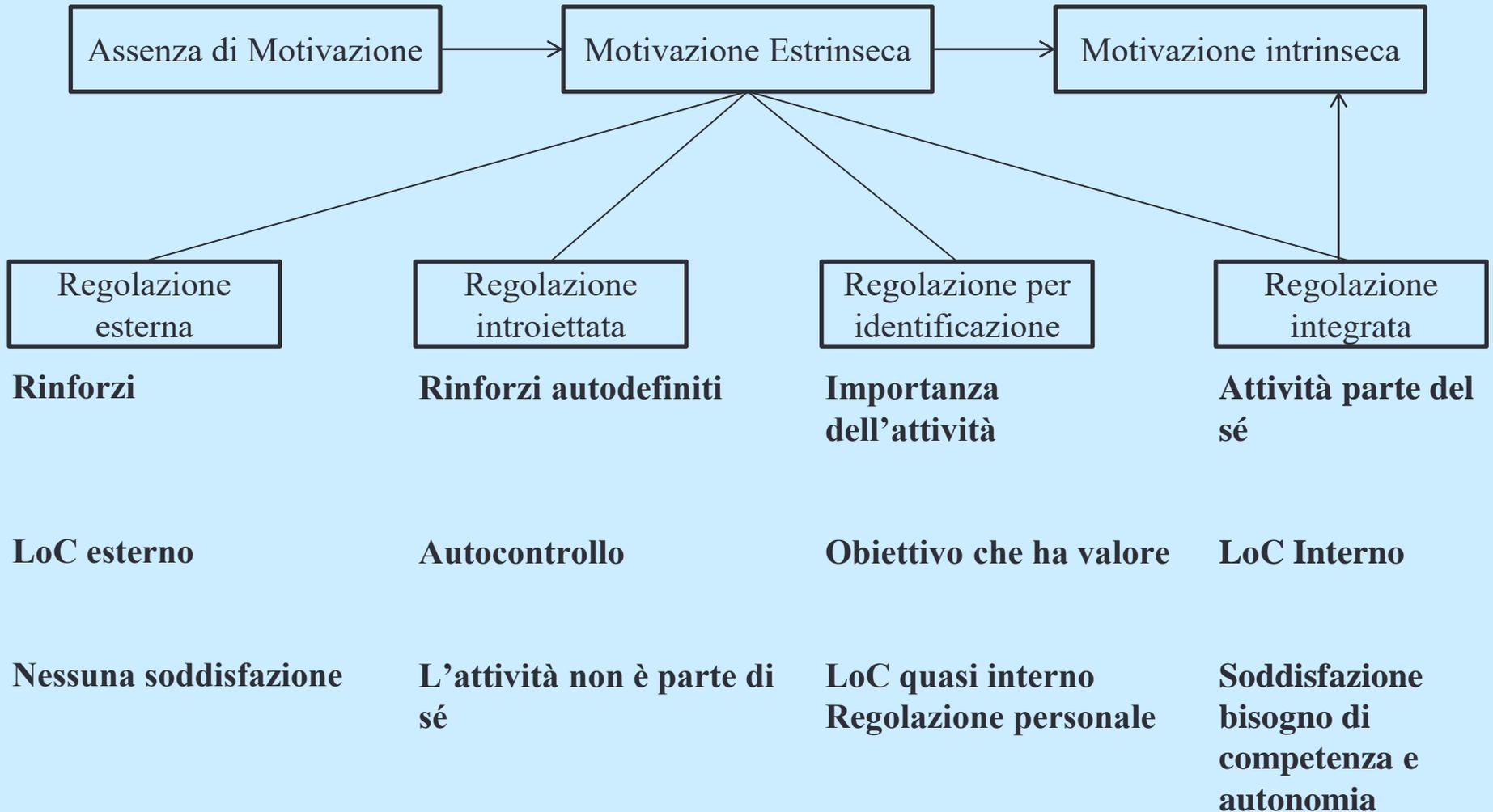
- 1) La scala è più funzionale per la sopravvivenza dell'individuo piuttosto che per l'affermazione sociale.
- 2) La successione dei livelli potrebbe non corrispondere ad uno stato oggettivo condivisibile per tutti i soggetti.
- 3) Esistono i bisogni cognitivi e i bisogni estetici che sono sempre presenti.

Profili motivazionali

Anziché lasciarsi guidare da gerarchie, le persone si regolano a seconda dei loro profili motivazionali, assegnando a ciascuna motivazione un peso e quindi arrivando a una configurazione di motivazioni

Meglio sbilanciati verso l'intrinseco, con l'estrinseco ben rappresentato:
miglior apprendimento, miglior organizzazione concettuale

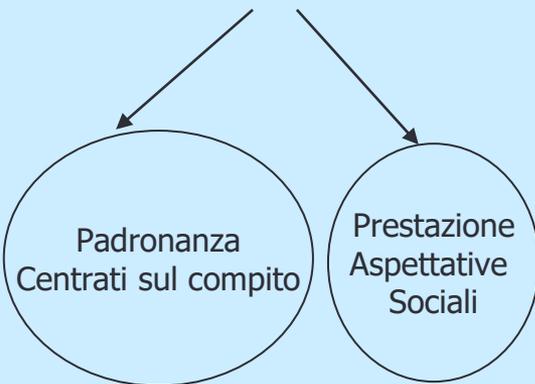
Autodeterminazione: bisogno di sentirsi competenti



Alcune motivazioni umane fondamentali



Riuscita Porta alla ricerca di situazioni in cui esperire un successo Focus: sul perché si apprende	Affiliazione Bisogno di relazioni, di essere accettati e protetti Bisogno di attaccamento	Potere Bisogno di autoaffermazione che si manifesta nel desiderio di controllare gli altri	Curiosità Bisogno di procurarsi attivamente degli input Esperimenti di deprivazione sensoriale: Non solo noia	Competenza Bisogno di mettere in pratica le proprie competenze
--	--	--	---	--



Di coerenza Eliminare le incongruenze tra cognizioni che abbiamo Dissonanza cognitiva	Di accuratezza Esigenza di rispondere a interrogativi e risolvere problemi facendo tutto il lavoro mentale necessario Raccolta informazioni	Di chiusura cognitiva Preoccupazione di avere il prima possibile risposte o soluzioni certe, prima di ambiguità e definitive Limita le indagini preliminari
--	--	--

Auto-efficacia

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

*La convinzione nelle proprie capacità di organizzare e realizzare il corso di azioni necessario a raggiungere prestazioni attese in un **ambito specifico** (Bandura)*

Fattori che influenzano l'autoefficacia



Continuo pensare ai miei insuccessi passati



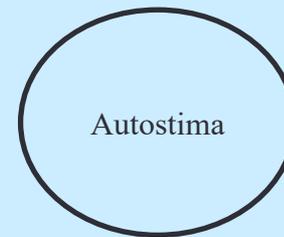
X non ha superato l'esame: aspettativa negativa



L'esame è molto difficile, bisogna studiare tutto a memoria



Sicuramente alla prima domanda mi verrà l'ansia

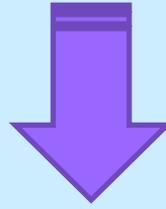


Non sono all'altezza, non ce la posso fare



sono poco fortunato ...mi chiederà quello che non so; non mi sono impegnato molto

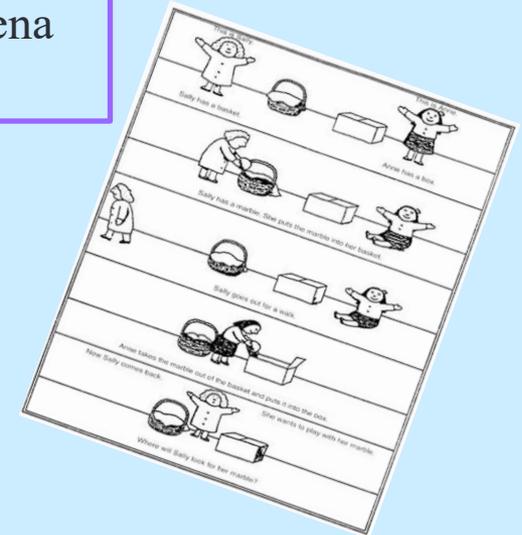
Theory of Mind (ToM) → la capacità di capire e prevedere il comportamento sulla base della comprensione degli stati mentali (intenzioni, emozioni, desideri, credenze) propri e altrui.



un'abilità psicologica fondamentale per la vita sociale

Compito di falsa credenza (*false belief task*) → prevedere come il protagonista di una storia agirà, tenendo conto della falsa credenza di questo e non del dato di realtà.

scatola ingannevole → scatola chiusa di caramelle il cui contenuto è stato sostituito a insaputa del soggetto medesimo (la scatola contiene matite). Dopo che il soggetto ha risposto alla domanda circa il contenuto della scatola chiusa, e ne ha poi constatato il reale contenuto e cioè matite, gli viene chiesto di prevedere che cosa un'altra persona penserà esserci nella scatola quando lo sperimentatore gliela mostrerà chiusa, come ha appena fatto con lui (compito delle smarties di Perner et al., 1987).



Processo di metarappresentazione degli stati mentali:



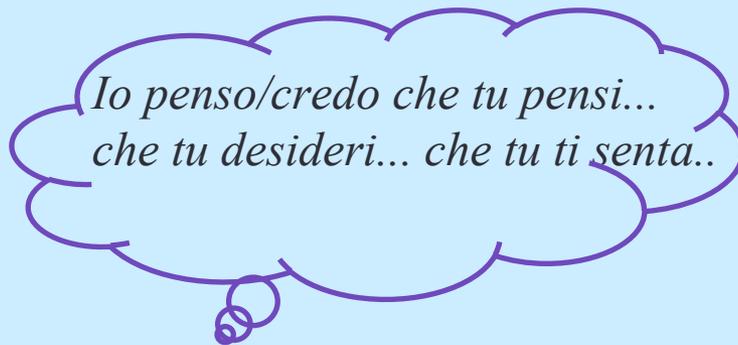
può condurre a spiegazioni o previsioni più o meno accurate dei comportamenti



il comportamento umano è guidato da un lato dalla conoscenza della realtà, e dall'altro lato da un monitoraggio metacognitivo che ha come suo strumento il **pensiero ricorsivo**



cioè un pensiero che implica la metarappresentazione, o rappresentazione di una rappresentazione mentale



ToM «calda» o affettiva → capacità di ragionare su stati mentali non-epistemici (emozioni e desideri)

ToM «fredda» o cognitiva → capacità di ragionare su stati mentali epistemici (credenze)

LE TAPPE EVOLUTIVE DELLA TOM

Primi 2 anni di vita: i precursori della ToM

- ✓ Riferimento sociale
- ✓ Attenzione condivisa e **gesti deittici**, quali l'indicare, il mostrare e il dare. Essi esprimono un'intenzione comunicativa, si riferiscono ad un oggetto o ad un evento esterno, sono fortemente legati al contesto al quale bisogna riferirsi ad esso per interpretarli.
- ✓ Comprensione dell'**agency**: comprensione che gli esseri animati agiscono autonomamente, causando a loro volta degli effetti su altri oggetti/agenti, quindi l'agire degli altri è motivato da stati mentali
- ✓ Comprensione della **percezione visiva**, il bambino capisce a quali condizioni una persona può percepire un oggetto e che tale percezione può essere diversa dalla propria
- ✓ Il gioco di finzione, **agire 'come se'**, aprendo alla possibilità di concepire e manipolare un mondo possibile accanto al mondo reale

LE TAPPE EVOLUTIVE DELLA TOM

2 anni

- spiegazione dei comportamenti delle persone ricorrendo allo stato mentale del desiderio

3-4 anni

- 3 anni: credenza vera è una lente con cui leggere il mondo
- **4 anni: comprensione falsa credenza come successivo strumento esplicativo dei comportamenti**

7-8 anni

- comprensione della falsa credenza di II ordine (pensiero ricorsivo di II ordine: io penso, che tu pensi che lui/lei pensa...)

L'acquisizione del codice linguistico promuove ulteriormente una sempre più complessa ed esplicita competenza mentalistica

LINGUAGGIO E TOM: ASPETTI TIPICI E ATIPICI

ToM e sviluppo atipico:

- ✓ Prestazione sistematicamente inferiore ai compiti di falsa credenza nei bambini con **disturbo del linguaggio**
- ✓ **Condizione di sordità:** deficit e ritardo nello sviluppo della capacità di metarappresentazione imputabile a una scarsa partecipazione alle conversazioni quotidiane, ricche di lessico psicologico → in famiglie non udenti (linguaggio dei segni), le prestazioni ai compiti di falsa credenza risultavano in linea con quelle dei bambini in condizioni di sviluppo tipico
- ✓ Pazienti con **danno cerebrale acquisito** e con **danno all'emisfero destro:** si rilevano deficit sia a livello linguistico e comunicativo, sia nelle prestazioni ai compiti di ToM, la cui gravità è ancora oggetto di approfondimento.