



Modulo di
Psicologia Sociale

Prof. Antonio Nocera

*Insegnamento Fondamenti psicologici e sociali della vita
individuale e di relazione*

Corso di Laurea in Tecnica della Riabilitazione Psichiatrica
A.A. 2015/2016

Medicina e Chirurgia



il sè

Il sè

- **La costruzione del concetto di sé**
- **La costruzione dell'autostima**





Il sè

Quello che **pensiamo di noi stessi**, quello che **proviamo per noi stessi** e i modi in cui scegliamo di esprimerci influenzano praticamente tutti gli aspetti della nostra vita.

Il modo in cui ci si forma impressioni sul sé è molto simile al modo in cui si percepiscono gli altri, ma nel processo di **auto-percezione** intervengono più **distorsioni**.



La costruzione del concetto di sé: ciò che sappiamo di noi stessi

La conoscenza di se stessi si compone di due elementi:

- a. **il concetto di sé**, cioè quel che sappiamo di noi stessi
- b. **l'autostima**, cioè quello che proviamo nei confronti di noi stessi.

... entrambi si sviluppano e si modificano continuamente col mutare delle esperienze, delle situazioni di vita e delle circostanze sociali.



a. Il concetto di sé ...



... è l'insieme di tutte le convinzioni che un individuo nutre riguardo alle proprie qualità personali.

... è nel tempo che, tessera dopo tessera, componiamo il mosaico della conoscenza di noi stessi basandoci sull'interpretazione di molteplici informazioni.



1. Le fonti di conoscenza del sé: trarre inferenze dal comportamento

“Come faccio a sapere quello che penso finché non vedo quello che dico?”

E.M. Foster

Teoria dell'autopercezione (Daryl Bem, 1967):
possiamo imparare delle cose su chi siamo osservando il nostro comportamento.



1. Le fonti di conoscenza del sé: trarre inferenze dal comportamento

E' più probabile che le inferenze su se stessi vengano tratte da comportamenti che si ritiene aver scelto liberamente.

Un comportamento mosso da motivazioni estrinseche rivela meno sulle nostre qualità interiori e spesso proviamo meno piacere nell'eseguirlo (Deci, 1971)

Le ricompense possono minare la motivazione intrinseca.



2. Le fonti di conoscenza del sé: trarre inferenze da pensieri e sentimenti

Gli indizi più significativi che utilizziamo per conoscere noi stessi sono le nostre reazioni interiori al mondo: **i nostri pensieri e sentimenti.**

Persino la teoria dell'auto-percezione afferma che le persone traggono inferenze dai propri comportamenti solo quando gli indizi interni sono deboli. Pensieri e sentimenti sono meno influenzati da pressioni esterne.



3. Le fonti di conoscenza del sé: gli effetti delle reazioni altrui

Anche il modo in cui le altre persone ci vedono contribuisce allo sviluppo del concetto di sé.

Nel 1902 il sociologo **C.H. Cooley** coniò l'espressione **se riflesso** per indicare che una fonte di conoscenza di se stessi è data dalle reazioni altrui.



4. Le fonti di conoscenza del sé: il confronto sociale

Secondo la teoria del **confronto sociale**, il concetto di sé viene sovente plasmato dai confronti fra noi stessi e gli altri.

A proporre per primo questa teoria fu **Leon Festinger** (1954) il quale partiva dal presupposto che le persone desiderino valutare accuratamente se stesse e che pertanto cerchino altri simili a cui paragonarsi.



4. Le fonti di conoscenza del sé: il confronto sociale

I modi in cui differiamo dagli altri, il **confronto sociale**, ci aiuta a costruire un concetto di noi stessi che dà a ciascuno di noi l'intensa sensazione di essere unico e indistinguibile.



Riassumendo

Le fonti di conoscenza del sé

Riassumendo: gli individui spesso inferiscono le proprie caratteristiche dai propri **comportamenti**. Inoltre per formarsi opinioni su se stessi prendono in considerazione i propri **pensieri e sentimenti**, nonché le **reazioni altrui**. Infine **paragonano se stessi agli altri** per sapere quali caratteristiche li rendano unici.



b. L'autostima

Sono una persona di valore?

Complessivamente, sono soddisfatto di me stesso?



L'autostima

Il concetto di sé è quello che pensiamo di noi stessi; **l'autostima**, ossia la valutazione positiva o negativa del sé, è quello che sentiamo nei suoi confronti.

(E.E.Jones, 1990).



L'autostima

L'autostima ci dice, momento per momento, come stiamo andando nella costruzione di un sé di segno positivo che ci consenta di “funzionare” bene.

Per William James, uno dei fondatori della psicologia, l'autostima nasce dal confronto fra il sé reale e il sé ideale che l'individuo possiede (1890).



Pericoli delle misure esplicite

Accade spesso che, utilizzando strumenti come la **scala di Rosenberg**, le risposte non siano legate ad un'onesta valutazione delle proprie caratteristiche.

Il modo in cui le persone si valutano e i sentimenti che dicono di provare rischiano di dipendere più dalla **motivazione a presentarsi in modo positivo** che dall'autostima.



Pericoli delle misure esplicite

Strumenti come la **scala di Rosenberg**, non sono in grado di svelare le modalità strategiche con cui l'interrogato decide di presentarsi **a sé e soprattutto agli altri**.

C'è una sorta di ambiguità dei risultati.



Limiti degli strumenti carta e matita

Sia strategie di impression management (Tedeschi, Schlenker e Bonoma, 1971), **sia di self-deception** (Gur e Sackeim, 1979) **concorrono a modificare le risposte di un individuo ad un questionario di autostima ...**

... intendendo con le prime una falsificazione conscia delle risposte per offrire agli altri un'immagine favorevole di se stessi e con le seconde le risposte inconsapevolmente viziate in modo positivo dal rispondente (Paulhus, 1984).



Sopravvalutazione?

La tendenza a sopravvalutarsi è denominata
“*effetto Lake Wobegon*” dalla mitica città
dell’umorista *G. Keillor*.

L’opinione estremamente positiva che le
persone hanno di se stesse si estende persino
alle cose che posseggono o a cui sono collegate
in qualche modo (*Beggan, 1992*).



L'autostima

Il livello di autostima spesso riflette i compromessi di un'accurata valutazione e un'irrealistica sopravvalutazione del sé.

Nell'interpretazione delle informazioni si insinuano le distorsioni da sopravvalutazione del sé (Kunda, 1990).



Il banco di prova dell'autostima

William James aveva previsto che una persona caratterizzata da una **genuina alta autostima** avrebbe dovuto sopportare senza eccessive preoccupazioni un **feedback negativo**.



Il banco di prova dell'autostima

La capacità di reagire all'insuccesso senza farsi condizionare eccessivamente è considerata indicatrice di una robusta

autostima (McFarlin e Blascovich, 1981; Lobel e Teiber, 1994).





DIMENSIONE EVOLUTIVA

DIMENSIONE TIPOLOGICA

Livello sanità/nevrosi
 Integrazione dell'identità
 e costanza dell'oggetto
 Dimensione edipica freudiana
 Iniziativa/colpa eriksoniana

Livello borderline
 Separazione-individuazione
 Dimensione anale freudiana
 Autonomia/vergogna
 e dubbio eriksoniani

Livello psicotico
 Simbiosi
 Dimensione orale freudiana
 Fiducia di base e sfiducia
 eriksoniana

	Psicopatica	Narcisistica	Schizoide	Paranoide	Depressiva	Masochistica	Ossessivo compulsiva	Isterica	Dissociativa	Altra
<i>Livello sanità/nevrosi</i> Integrazione dell'identità e costanza dell'oggetto Dimensione edipica freudiana Iniziativa/colpa eriksoniana										
<i>Livello borderline</i> Separazione-individuazione Dimensione anale freudiana Autonomia/vergogna e dubbio eriksoniani										
<i>Livello psicotico</i> Simbiosi Dimensione orale freudiana Fiducia di base e sfiducia eriksoniana										

Figura 4.1 Dimensioni evolutive e tipologiche della personalità