

## Capitolo 3

# Sé e identità

# Concetto di sé come...

- Soggetto e oggetto di conoscenza → Io / me, autoconsapevolezza
- Processo di conoscenza → Struttura cognitiva
- Insieme di spinte motivazionali: autovalutazione, autoverifica e autoaccrescimento

# Le motivazioni del sé

- **Autovalutazione:** Motivazione a cercare nuove informazioni sul nostro conto per scoprire che tipo di persona siamo davvero.
- **Teoria del confronto sociale** (Festinger, 1954): Le persone acquistano conoscenza di sé attraverso il confronto con gli altri. Gli esseri umani hanno bisogno di avere fiducia nelle proprie percezioni, atteggiamenti, comportamenti. In assenza di un criterio oggettivo di valutazione ci confrontiamo con gli altri. Gli altri sono persone simili a noi, cioè membri dei gruppi a cui apparteniamo.

# Le motivazioni del sé

- **Autoverifica:** ricerca di informazioni che verifichino e confermino ciò che già conosciamo di noi stessi.
- **Teoria della verifica del sé** (Swann, 1983, 2012): Le persone preferiscono che gli altri le vedano come loro vedono se stesse, anche se il loro concetto di sé è negativo. Le persone cercano conferma perché tale conferma fa sembrare il mondo più coerente e prevedibile.

Da un punto di vista evolutivo, questo bisogno può aver avvantaggiato la sopravvivenza in piccoli gruppi.

Da un punto di vista neurologico, il bisogno di verifica del sé potrebbe originarsi, almeno in parte, dalle caratteristiche basilari del cervello umano.

# Le motivazioni del sé

- **Teoria della verifica del sé** (Swann, 1983, 2012): Tre strategie possono essere utilizzate per creare un mondo sociale auto-confermante.
  1. Cercare e costruire relazioni che confermano il concetto di sé e uscire dalle relazioni che non soddisfano questo bisogno.
  2. Comunicare attivamente il proprio concetto di sé agli altri.
  3. “Vedere” la conferma anche dove non esiste.

# Le motivazioni del sé

- **Teoria della verifica del sé** (Swann, 1983, 2012): Le conseguenze della verifica del sé a livello ...
  - *personale*: per le persone con un concetto di sé positivo, la conferma del concetto di sé dà coerenza, ordine e stabilità alle proprie esperienze; per le persone con un concetto di sé (globalmente) negativo, il rischio è quello di cadere in una spirale da cui è difficile uscire (ad es., relazioni di abuso o maltrattamento)
  - *relazionale*: nei piccoli gruppi, la conferma del concetto di sé è associata ad un maggiore impegno verso il gruppo e ad un aumento della performance

# Le motivazioni del sé

- **Autoaccrescimento** : Motivazione a sviluppare e a promuovere un'immagine favorevole di sé

## Strategie di auto-accrescimento

- a) Attribuzioni al servizio del sé
- b) Strategia autolesiva
- c) Affermazione di sé
- d) Confronto sociale verso il basso

# L'autostima

- **Autostima** : Sentimenti e giudizi relativi al sé. Le persone tendono ad avere un concetto di sé positivo.

## Funzioni dell'autostima (positiva)

1. Promuove comportamenti adattivi e benessere psicologico
2. Segnala dominanza o alto status
3. Riduce l'ansia esistenziale (*Terror Management Theory*)



# Autostima e benessere

## Minacce al concetto di sé

1. Fallimenti
2. Incoerenze
3. Stressor

Le minacce al concetto di sé influenzano le nostre reazioni immunitarie, l'attività del sistema nervoso e la pressione sanguigna.

# Autostima e benessere

Come affrontiamo la minaccia?

1. Fuga
2. Rifiuto
3. Minimizzare la minaccia
4. Espressione del proprio sé
5. Attaccare la minaccia

# Autostima e status

- Teoria sociometrica dell'autostima (Leary, 1990, 2012): Le persone agiscono in modo da mantenere la propria autostima, non a causa dell'esistenza di un bisogno di preservare l'autostima, ma perché tali comportamenti riducono la probabilità di essere ignorati, evitati o rifiutati.

L'autostima è la percezione soggettiva di essere valutati positivamente nelle relazioni e di essere socialmente accettati

# Autostima e status

- L'autostima è un indicatore del proprio "valore relazionale" : cioè del grado in cui la propria relazione con un'altra persona è ritenuta importante per quest'ultima.

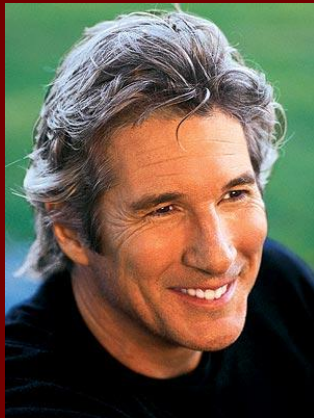
Più alto è il valore relazionale di una persona, più alta è la probabilità che sia accettata e sostenuta dagli altri.

I meccanismi cognitivi associati, in genere, al mantenimento dell'autostima, riflettono sforzi per promuovere l'accettazione degli altri.

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ Schemi di sé

componenti chiave del concetto di sé, rappresentazioni di sé centrali e altamente stabili



Affascinante



Atletico

# Concetto di sé: fluido o stabile?

- **Teoria degli schemi di sé (Markus , 1977): Ipotesi.**  
Le persone che hanno sviluppato uno schema di sé su una certa dimensione (ad es., Indipendenza) useranno in misura maggiore aggettivi relativi a quella dimensione (ad es., indipendente, individualista) per descrivere se stessi, rispetto alle persone che non hanno uno schema di sé relativo a quella dimensione (aschematici);

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Markus (1977; Studio 1): Pretest

- Partecipanti: 101 studentesse universitarie
- Descrivevano se stesse su una serie di scale bipolari; scala di risposta a 11 gradi
- Tre scale riguardavano la dimensione di Dipendenza/Indipendenza:

Dipendente	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Indipendente
(Conformista)												(Individualista)
(Seguace)					Né...né...							(Leader)

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Markus (1977; Studio 1): Pretest

Dipendente (Conformista) (Seguace)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Indipendente (Individualista) (Leader)
					Né...né...							

**Schema di sé Indipendente (n=16) → punteggi da 8 a 11**

**Schema di sé Dipendente (n=16) → punteggi da 1 a 4**

**Aschematiche (n=16) → punteggi da 5 a 7**



# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Markus (1977; Studio 1)

- Le partecipanti (N = 48; 16 per ciascun gruppo) eseguivano un compito al computer.

Con un proiettore, venivano presentati degli aggettivi, uno alla volta al centro di uno schermo. Si sono usati 69 aggettivi: 15 erano aggettivi di dipendenza (es., dipendente, sottomessa), 15 erano aggettivi di indipendenza (es., indipendente; assertiva); 39 erano aggettivi di controllo (irrilevanti per lo schema; es., onesta, amichevole).

Il compito della partecipante era di premere un tasto con l'etichetta "ME" se riteneva che l'aggettivo fosse descrittivo di sé; doveva, invece, premere il tasto denominato "NON ME", nel caso in cui ritenesse che l'aggettivo non la descrivesse.

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Markus (1977; Studio 1)

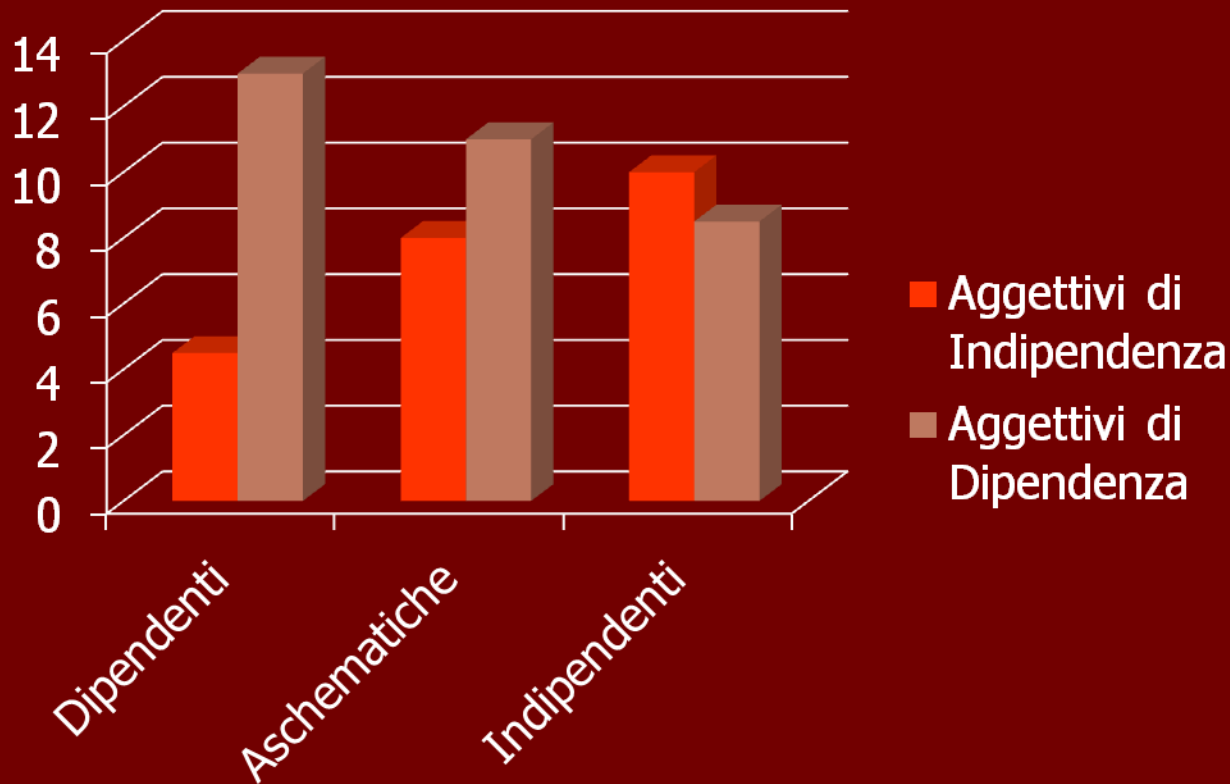
Variabile dipendenti:

1. Numero di aggettivi di dipendenza e di indipendenza usati per descrivere il sé (la partecipante ha premuto il tasto "ME")
2. velocità di risposta

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Markus (1977; Studio 1)

Numero di aggettivi di indipendenza e dipendenza attribuiti al sé:



# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Markus (1977; Studio 1)

1. Gli aggettivi di dipendenza erano usati più dal gruppo delle Dipendenti che dagli altri due gruppi; gli aggettivi di indipendenza erano usati più dal gruppo delle Indipendenti che dagli altri due gruppi.
2. Il gruppo delle Dipendenti usava, per descriversi, più aggettivi di dipendenza che di indipendenza; il gruppo delle Indipendenti usava più aggettivi di indipendenza che di dipendenza.
3. Inoltre, le Indipendenti erano più veloci a rispondere ad aggettivi di indipendenza che di dipendenza; il contrario si verificava per le Dipendenti.

# Concetto di sé: fluido o stabile?

Questi risultati indicano che le persone sono più inclini ad accettare informazioni che sono coerenti con gli schemi che hanno di se stesse. Sulla base di questi risultati, Markus conclude che gli schemi tendono ad essere stabili.

Questo si verifica anche quando è saliente un'identità sociale in contrasto con gli schemi personali (ad es., donna con uno schema personale indipendente, o uomo con uno schema personale dipendente?)

- **Identità sociale:** è quella parte del concetto di sé che deriva dalla consapevolezza di appartenere ad un gruppo sociale, unita alla valutazione e al significato emotivo associati a tale appartenenza (Teoria dell'identità sociale; Tajfel & Turner, 1979).

# Concetto di sé: fluido o stabile?

Teoria della categorizzazione di sé (Turner et al., 1987): l'identità delle persone varia lungo un continuum.



L'identità personale fa riferimento ad una definizione di sé come individuo unico, a seguito di confronti interpersonali o intragruppo (io e me opposto a te).

L'identità sociale corrisponde ad una definizione di sé come membro intercambiabile di un gruppo e deriva dal confronto dell'ingroup con un outgroup (noi opposto a loro).

# Concetto di sé: fluido o stabile?

A differenza di quanto sostiene Markus (schemi di sé), secondo la teoria della categorizzazione di sé, il nostro concetto di sé non è stabile, ma *fluido*.

# Concetto di sé: fluido o stabile?

- **L'esperimento di Onorato e Turner (2004; Studio 1)**

Ipotesi. Quando l'identità di genere è saliente, gli uomini dovrebbero associare al sé più parole legate all'indipendenza che alla dipendenza, indipendentemente dal tipo di schema personale (dipendenza vs. indipendenza). Il contrario dovrebbe verificarsi per le donne.



# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Onorato e Turner (2004; Studio 1)

I partecipanti erano 195 studenti universitari (95 maschi e 100 femmine).

In una prima fase, come nell'esperimento di Markus (1977), i partecipanti compilavano un questionario in cui valutavano se stessi su un insieme di scale relative alla dimensione di dipendenza/indipendenza. Venivano, quindi, divisi in tre gruppi: indipendenti, dipendenti, aschematici.

In una seconda fase, si rendeva saliente l'identità di genere. I partecipanti venivano divisi in gruppi di tre persone dello stesso sesso e con lo stesso tipo di schema personale (ad es., maschi dipendenti, femmine dipendenti). Ai gruppi di maschi si chiese di discutere in che grado i tratti indipendente, dominante e aggressivo fossero più tipici degli uomini che delle donne. I gruppi di donne decidevano in che grado gli aggettivi sensibile, prudente, e dipendente fossero più tipici delle donne che degli uomini.

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Onorato e Turner (2004; Studio 1)

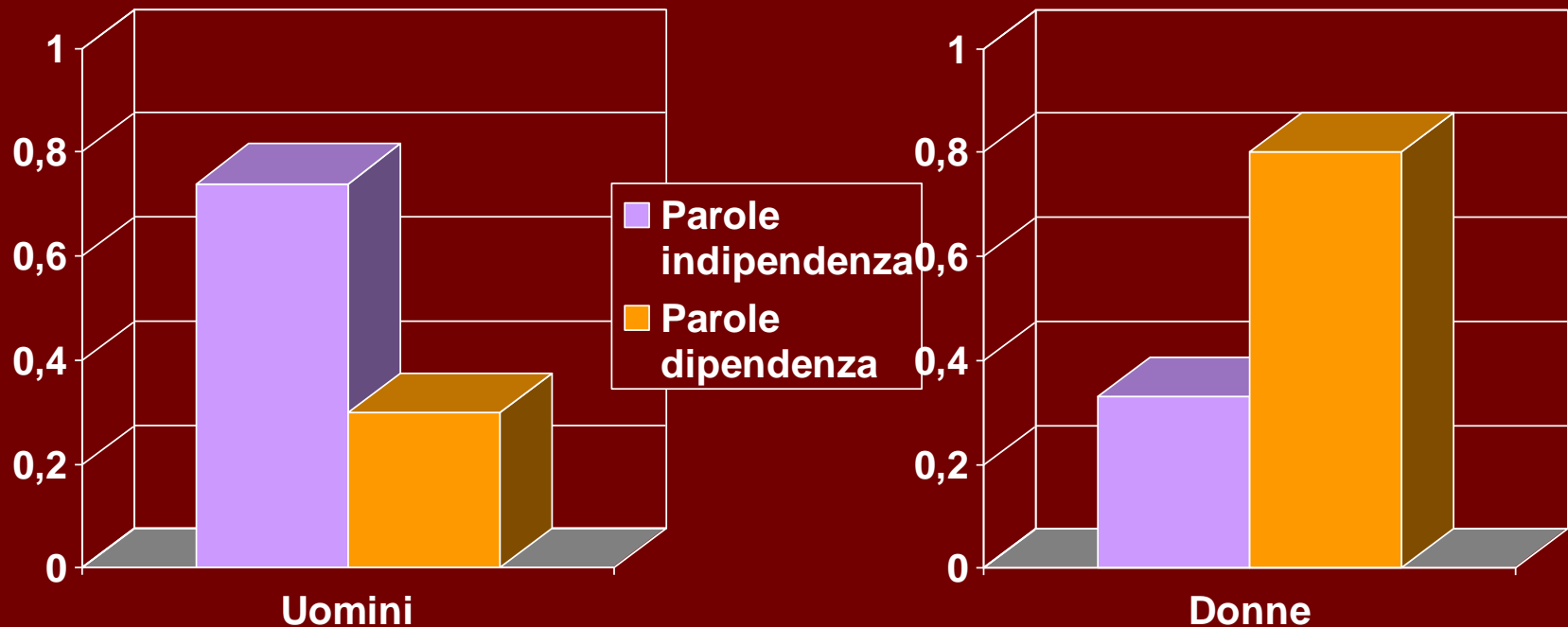
Subito dopo, completavano una versione modificata del compito "ME/NON ME" di Markus. In particolare, i partecipanti venivano istruiti a pensare alla loro identità di genere. Uno alla volta, al centro dello schermo, vedevano una lista di aggettivi. Per ognuno, dovevano premere il tasto "NOI", se pensavano che l'aggettivo descrivesse il proprio gruppo di genere; dovevano premere il tasto "LORO", se pensavano che l'aggettivo non fosse descrittivo dell'ingroup.

Si sono usati 47 aggettivi, di cui 8 erano aggettivi di indipendenza (es., assertivo), 7 erano aggettivi di dipendenza (es., conformista). I rimanenti aggettivi erano non rilevanti per lo schema

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Onorato e Turner (2004; Studio 1)

Proporzione di aggettivi di indipendenza e dipendenza attribuiti al sé:



Non c'era alcun effetto significativo dello schema di sé personale.

# Concetto di sé: fluido o stabile?

- **L'esperimento di Onorato e Turner (2004; Studio 1)**

Lo stesso tipo di effetto si otteneva per i tempi di risposta. Gli uomini rispondevano più velocemente agli aggettivi di indipendenza che di dipendenza, mentre le donne rispondevano più velocemente agli aggettivi di dipendenza che di indipendenza.

# Concetto di sé: fluido o stabile?

## ■ L'esperimento di Onorato e Turner (2004; Studio 1)

Questi risultati dimostrano che a volte l'identità sociale può oscurare gli effetti dell'identità personale. Le donne indipendenti e gli uomini dipendenti hanno dimostrato un concetto (identità sociale) di sé diametralmente opposto al loro schema personale, quando la loro identità di genere veniva resa saliente.

La definizione di sé può, quindi, essere diversa quando una persona si percepisce come un individuo singolo (identità personale saliente), rispetto a quando si definisce come membro di un gruppo (identità sociale saliente).

Questo significa che **il funzionamento psicologico dell'individuo è diverso quando si percepisce come singolo rispetto a quando si percepisce come membro di gruppo.**

# Il continuum interpersonale- intergruppi

Tajfel (1978)



1. Presenza (assenza) di almeno due categorie sociali chiaramente identificabili (ad es., uomini e donne)
2. Variabilità (alta/bassa) dei comportamenti/atteggiamenti delle persone all'interno di ciascun gruppo

# Il continuum interpersonale- intergruppi

Un esempio di uniformità di comportamento al polo intergruppi





# Il continuum interpersonale-intergruppi

Tajfel (1978)



1. Presenza (assenza) di almeno due categorie sociali chiaramente identificabili (ad es., uomini e donne)
2. Variabilità (alta/bassa) dei comportamenti/atteggiamenti delle persone all'interno di ciascun gruppo
3. Variabilità (alta/bassa) nel comportamento/atteggiamento di un individuo nei confronti dei membri di altri gruppi



# Il continuum interpersonale- intergruppi

Lo spostamento da un polo all'altro, secondo Turner (1987), è governato da cambiamenti nel concetto di sé, cioè cambiamenti nel modo in cui le persone vedono se stesse.



**Comportamento  
interpersonale**

Identità personale

**Comportamento  
intergruppi**

Identità sociale

# Il continuum interpersonale- intergruppi

Comportamento  
interpersonale

Comportamento  
intergruppi

- Ciò che distingue il comportamento interpersonale da quello intergruppi non è il numero di persone coinvolte, ma piuttosto l'uniformità delle azioni.



# Il continuum interpersonale- intergruppi



**Comportamento  
interpersonale**

**Comportamento  
intergruppi**

- La distinzione interpersonale-intergruppi è basata su una dimensione continua e non costituisce una dicotomia.

# Il continuum interpersonale-intergruppi



Comportamento  
interpersonale

Comportamento  
intergruppi

- Sono necessarie teorie diverse.  
Comportamento interpersonale: le variazioni nel comportamento individuale sono spiegate o in termini di differenze tra le persone o in termini di differenze nelle relazioni  
Comportamento intergruppi: teorie che spiegano l'uniformità piuttosto che la diversità del comportamento

# Domande guida

1. Quali strategie usano le persone per soddisfare il loro bisogno di autoaccrescimento?
2. Quali funzioni svolge l'autostima?
3. Una persona timida può diventare violenta in gruppo? Perché?