

# **PSICOLOGIA GENERALE**

**LEZIONE 16  
06.05.19**

**Docente Diletta VIEZZOLI  
[dviezzoli@units.it](mailto:dviezzoli@units.it)**



# Emozioni seconda parte



## sorpresa

Dura solo un secondo:

- ① sopracciglia sollevate
- ② occhi spalancati
- ③ bocca aperta



## disprezzo

- ① labbra serrate e angolo della bocca sollevato



## disgusto

- ① naso arricciato
- ② labbro superiore sollevato



Alcune espressioni di politici



## paura

- ① sopracciglia sollevate e tirate assieme
- ② palpebre superiori sollevate
- ③ palpebre inferiori tese
- ④ labbro leggermente allungato verso l'orecchio



## rabbia

- ① sopracciglia abbassate e unite
- ② occhi furiosi
- ③ restringimento delle labbra



## tristezza

- ① palpebre superiori cadenti
- ② occhi non concentrati
- ③ lieve flessione degli angoli della bocca



## felicità

Un sorriso vero include sempre:

- ① rughe a zampe di gallina
- ② guance sollevate
- ③ movimento del muscolo che orbita attorno all'occhio

Al fine di confermare questa ipotesi, Ekman, tra le varie ricerche effettuate negli anni, fece vedere a studenti universitari Americani e Giapponesi un video con elementi stressanti.

In un primo tempo ogni studente osservava il filmato in solitudine, in un secondo tempo lo guardava invece con un'assistente della loro stessa etnia.

Lo psicologo notò che i soggetti, durante la visione solitaria del video assumevano le stesse espressioni, mentre in presenza dell'assistente gli studenti Giapponesi tendevano a mascherare maggiormente le loro espressioni rispetto agli studenti Americani.

Questo studio **confermò ciò che di culturale c'è nelle emozioni, ovvero il loro controllo** (Ekman, 1972).

I ricercatori si chiesero poi se le espressioni fossero tutte uguali perché apprese dai media, ai quali tutti avevano accesso e alle quali tutti facevano grande riferimento nella vita quotidiana.

A questo proposito venne ideato un esperimento prendendo soggetti della Nuova Guinea, precisamente soggetti appartenenti ad un gruppo isolato, con minimi, quasi nulli contatti con il resto del mondo.


A questi soggetti venivano mostrate tre immagini che raffiguravano tre volti umani con tre espressioni diverse, e veniva loro raccontata, tramite un interprete, una storia a carattere emotivo.

La richiesta successiva era di indicare la foto che descriveva meglio l'emozione che suscitava la storia appena raccontata.

I risultati furono uguali agli studi precedenti poiché i soggetti indicavano tutti la stessa espressione emotiva espressa nella medesima foto (Ekman, 1980).

A conferma dei risultati di questa ricerca, venne condotto un altro studio: agli stessi soggetti partecipanti al precedente esperimento furono raccontate alcune storie a carattere emotivo e vennero fotografate le loro espressioni facciali.

Vennero poi mostrate ai soggetti americani che riconobbero in altissima percentuale le emozioni corrispondenti (Ekman, 1980).



Dopo numerosi studi sulle emozioni e sulle espressioni ad esse associate, Ekman **ipotizzò e sostenne l'ipotesi dell'esistenza di alcune famiglie di emozioni.**

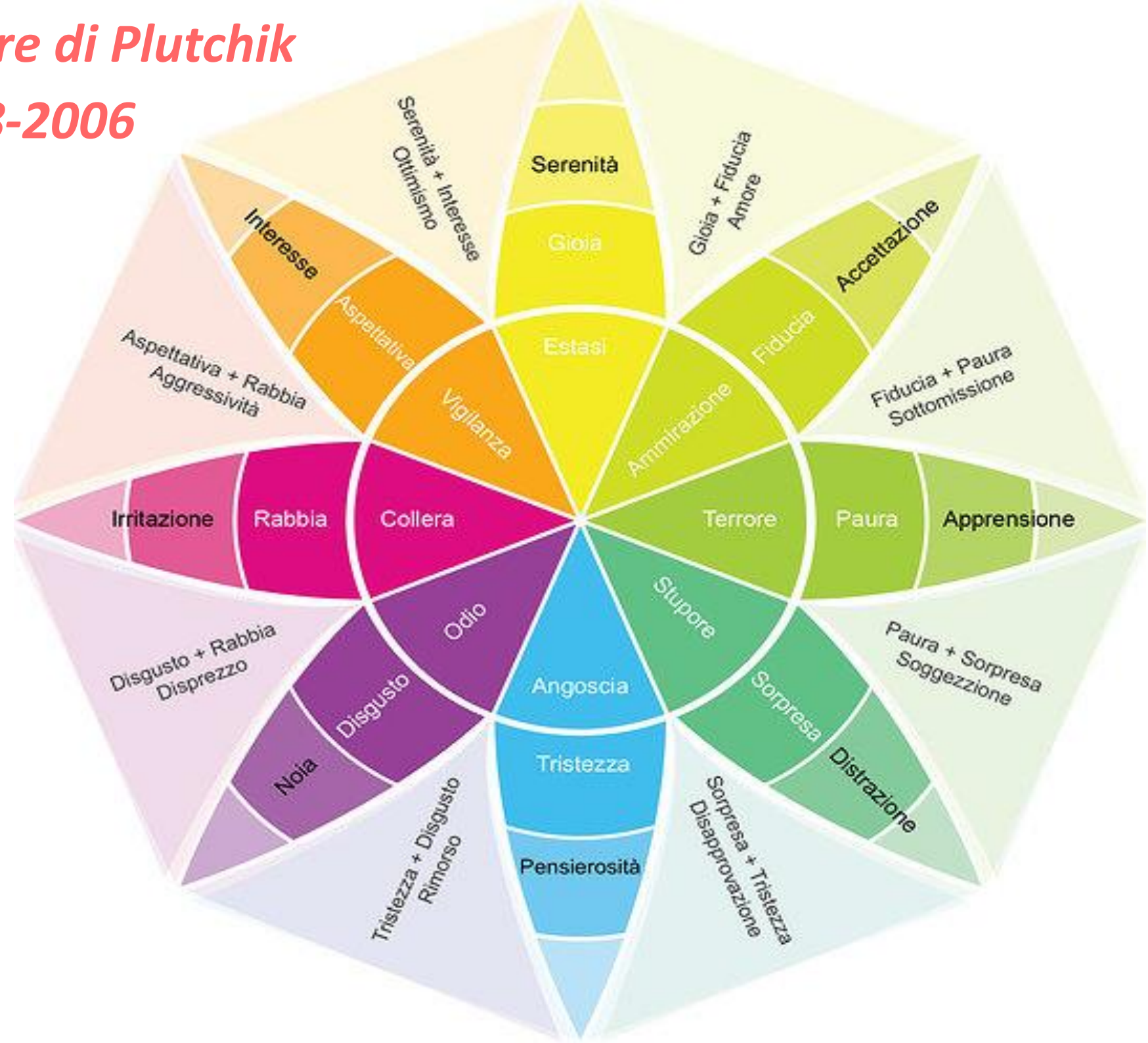
Intorno alle emozioni di base, secondo il ricercatore, esistono delle sfumature della stessa emozione.

La famiglia della rabbia per esempio, può avere intensità diverse (può andare dal disappunto all'odio) o anche la forma e la motivazione scatenante differente, come vendetta o rabbia per la sottomissione, e così via.

Osservarono che all'interno della stessa famiglia ci sono emozioni accomunate dalle stesse espressioni e da stesse caratteristiche fisiologiche (Ekman, 1992).

# Il fiore di Plutchik

1928-2006








**TRA LE PRINCIPALI TEORIE**

# La teoria della valutazione cognitiva (Lazarus, 1980)

Lazarus ritiene che le emozioni siano il risultato di una valutazione cognitiva e che **il ruolo di questa valutazione sia di calcolare quanto ogni specifica situazione sia favorevole o sfavorevole rispetto agli obiettivi a breve e a lungo termine dell'individuo.**

Due individui valutano in maniera differente la stessa situazione (o lo stesso individuo in situazioni diverse) rispondendo con emozioni differenti.

Esistono fattori di predisposizione e stili cognitivi (cioè di pensiero) che portano a valutazioni diverse della stessa situazione e di conseguenza a diverse esperienze emotive.



Si mette dunque in evidenza l'intreccio fra emozioni e processi cognitivi (pensieri).

Le emozioni non compaiono in modo casuale ma sono la conseguenza di attività di conoscenza e di valutazione della **situazione**, e sono collegate alle sue implicazioni per il benessere dell'individuo e il raggiungimento di determinati scopi, desideri, interessi, bisogni.

Le emozioni sono la risposta che associamo al significato di una data situazione.

Non sono attivate dall'evento in sé, ma dal significato e dal valore che l'individuo attribuisce a quell'evento.

**Eventi che soddisfano** i nostri scopi attivano emozioni positive, mentre **eventi dannosi**, che vanno contro i nostri interessi, provocano emozioni negative.



# Motivazioni




Il concetto di motivazione è piuttosto recente e le ricerche in questo senso ancora poco numerose.

In senso lato concerne il « perché » del comportamento: le cause, le ragioni, i motivi, i fini.

Si fa riferimento a qualcosa che funge da **interfaccia tra l'organismo e l'ambiente** e da cui dipende l'innescò, l'ampiezza, l'intensità, la durata o la cessazione di una condotta.

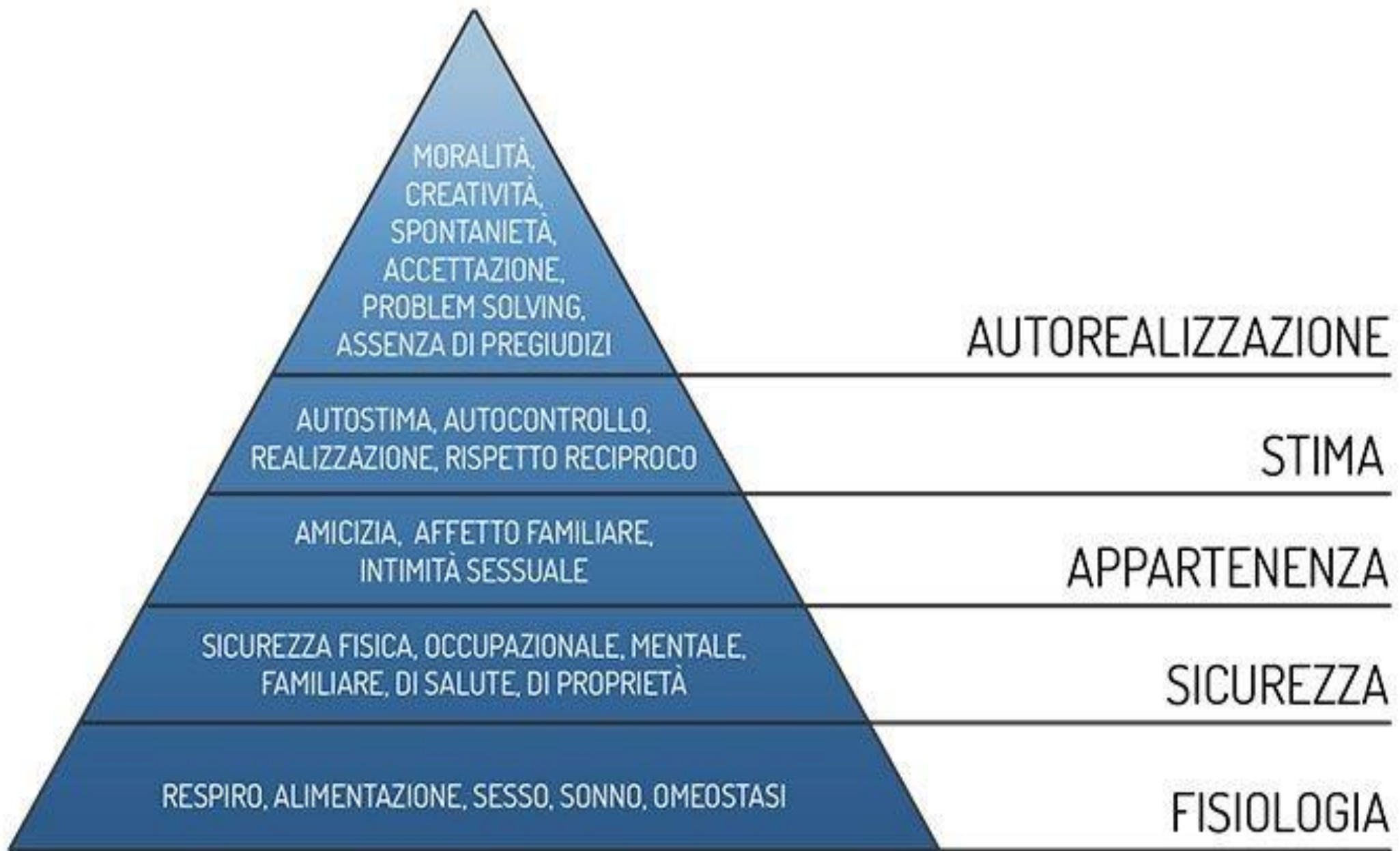
**È plausibile una distinzione tra motivazioni biologiche e motivazioni personali e sociali**, le cui determinanti vanno considerate a diversi livelli di organizzazione e di analisi.



Tra i vari autori, **Maslow** (1954) hanno sviluppato lo studio della motivazioni sulla base dello sviluppo della personalità e delle differenze individuali, facendo in particolar modo riferimento ai **bisogni primari e bisogni secondari**.

**I bisogni rappresentano le tendenze e le direzionali fondamentali del comportamento e allo stesso tempo gli elementi che distinguono la personalità di ognuno di noi.**

**Il comportamento riflette il bisogno**, o i bisogni, che sono più importanti in un dato momento, mentre **la personalità riflette l'ordine di importanza e le connessioni tra i bisogni** che si sono stabilizzati nel tempo in base alle vicende che hanno contribuito alla loro soddisfazione e che ne segnano l'esperienza personale.



PIRAMIDE DEI BISOGNI DI MASLOW (1954)



## ALCUNE APPLICAZIONI PRATICHE IN TEORIA COGNITIVA E COMPORTAMENTALE

Quando pensiamo che i nostri bisogni siano soddisfatti proviamo delle emozioni gradevoli, di soddisfazione.

Quando pensiamo che i nostri bisogni siano insoddisfatti, o limitati, proviamo delle emozioni sgradevoli, di insoddisfazione.




# I 6 BISOGNI FONDAMENTALI

- **SICUREZZA** : sentirsi in sicurezza fisica, materiale o morale
- **STIMOLAZIONE** : sentirsi attivo, stimolato sul piano fisico (un buon pasto, del buon vino, ecc.) o sul piano mentale (creatività, apprendimento, divertimenti, ecc.)
- **AFFETTIVI/SOCIALI** : abbiamo bisogno di essere in contatto con gli altri, di amore, di amicizia, di appartenenza
- **STIMA/RICONOSCIMENTO** : è importante per una persona sentire che vale, che è competente, che esiste agli occhi degli altri
- **AUTONOMIA** : abbiamo bisogno di sentire che possiamo decidere da soli e/o per se stessi, che abbiamo una certa libertà nelle nostre scelte
- **SENSO/COERENZA** : è importante per una persona sentire che la propria vita ha un senso e della coerenza



# PERCEZIONE



Ritorniamo all'analisi che operiamo sulle informazioni che ci provengono dall'ambiente:

**mentre osserviamo le cose intorno a noi tendiamo ad integrare le parti chiare e scure degli stimoli visivi e ad organizzarle in forme dotate di significato.**

Per esempio, distinguiamo la penna dal foglio e in generale questa elaborazione percettiva è del tutto **inconsapevole**.

Ma le nostre percezioni a volte ci inducono in errore: è il caso delle **illusioni percettive**.


Per esempio, quando la luna è vicina all'orizzonte ci appare regolarmente più grande rispetto a quando si trova allo zenith, nel mezzo del cielo.



## PERCHÈ?


Noi **stabiliamo automaticamente la grandezza di un oggetto visivo attraverso una valutazione contestuale e la comparazione fra di esso e gli oggetti che gli sono vicini.**

La grandezza percepita è quindi la grandezza contestualizzata in un determinato luogo/ambiente/sfondo.




Abbiamo visto precedentemente come le teorie Strutturaliste e Associazioniste dei primi del '900 (Wundt, Fechner, Titchener, ecc.) affermassero che la percezione finale degli stimoli fosse spiegabile con la semplice somma di sensazioni elementari come linee e punti.

Oggi alcuni studi dimostrano che esistono dei neuroni altamente specializzati per certe operazioni (per esempio, neuroni che rispondono elettricamente solo all'orientamento spaziale degli stimoli) ma in generale è il modello Gestaltista a spiegare la maggior parte dei fenomeni percettivi che sperimentiamo nella vita quotidiana.



Ciò che percepiamo è in realtà il **risultato di un'interazione e di un'organizzazione globale delle varie parti e non una semplice somma.**



La **percezione**, come la memoria e l'attenzione, è un **processo attivo**, che interviene sui dati sensoriali passivamente entrati nel sistema e che li ricomponde secondo un disegno che dipende dalla configurazione sensoriale attraverso regole che sono proprie del nostro sistema di elaborazione.

È in particolare nel campo della visione che gli studiosi si sono concentrati per spiegare le leggi percettive.



# LEGGI DELL'ORGANIZZAZIONE PERCETTIVA

## LEGGE FIGURA-SFONDO

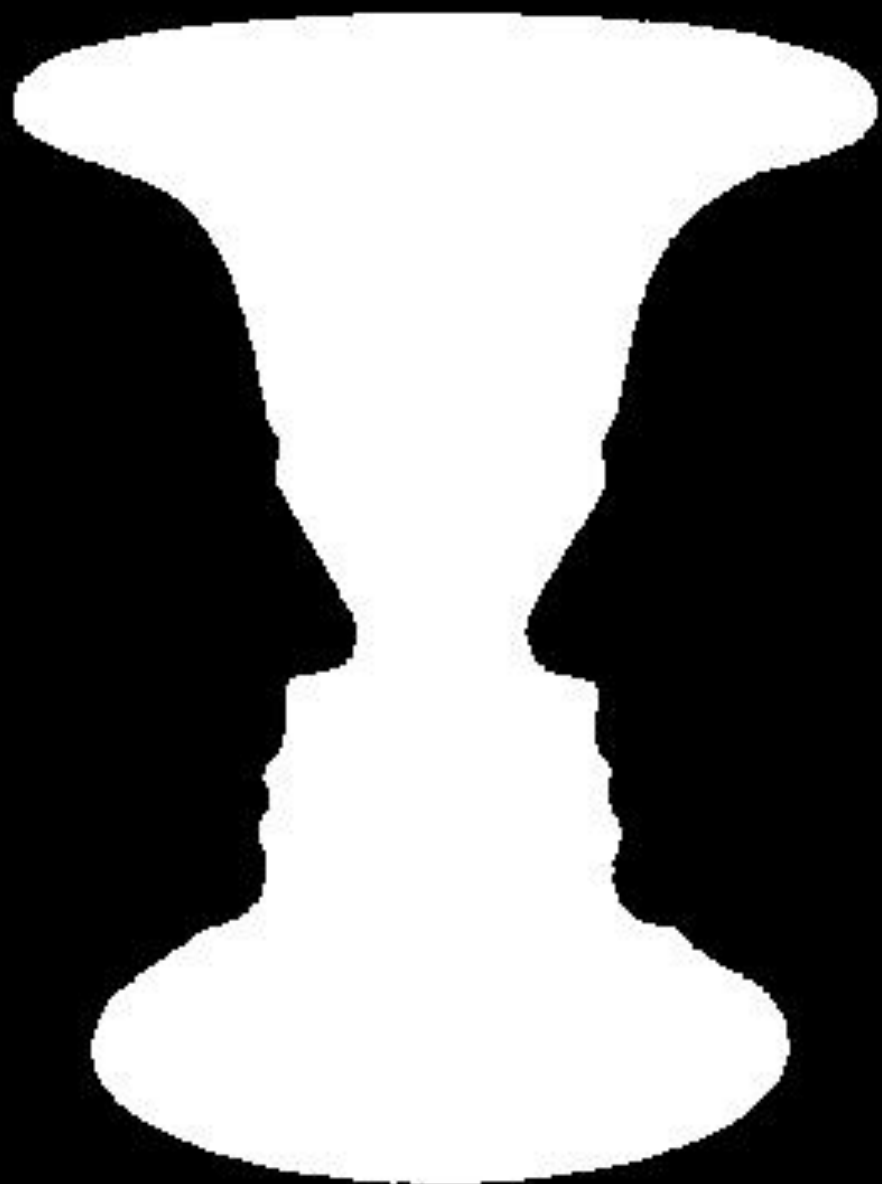
Perchè una figura si costituisca percettivamente bisogna che una parte del campo visivo sia distinta e separabile dal resto del campo stesso per almeno un suo attributo (colore, densità, trama, contorno).





## CRITERIO DELLA SOVRAPPOSIZIONE

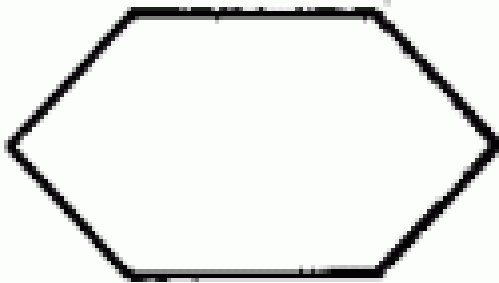
In assenza di questo contrasto non otteniamo indizi di profondità nè di sovrapposizione e il nostro cervello non riesce a « decidere » in modo stabile quale sia la percezione giusta e passa quindi alternativamente da una soluzione all'altra.



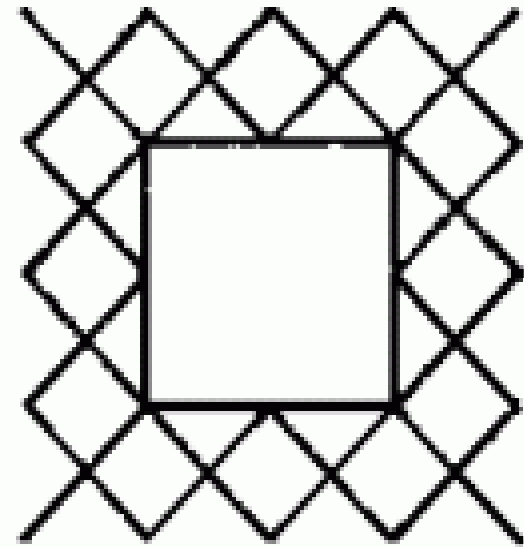
Vase (Yellow) 05

## CRITERIO DELLA SOVRAPPOSIZIONE

Esistono poi dei contorni che permetterebbero di cogliere un settore del campo visivo come figura, ma che, per l'organizzazione stessa del campo, la figura non s'impone percettivamente.



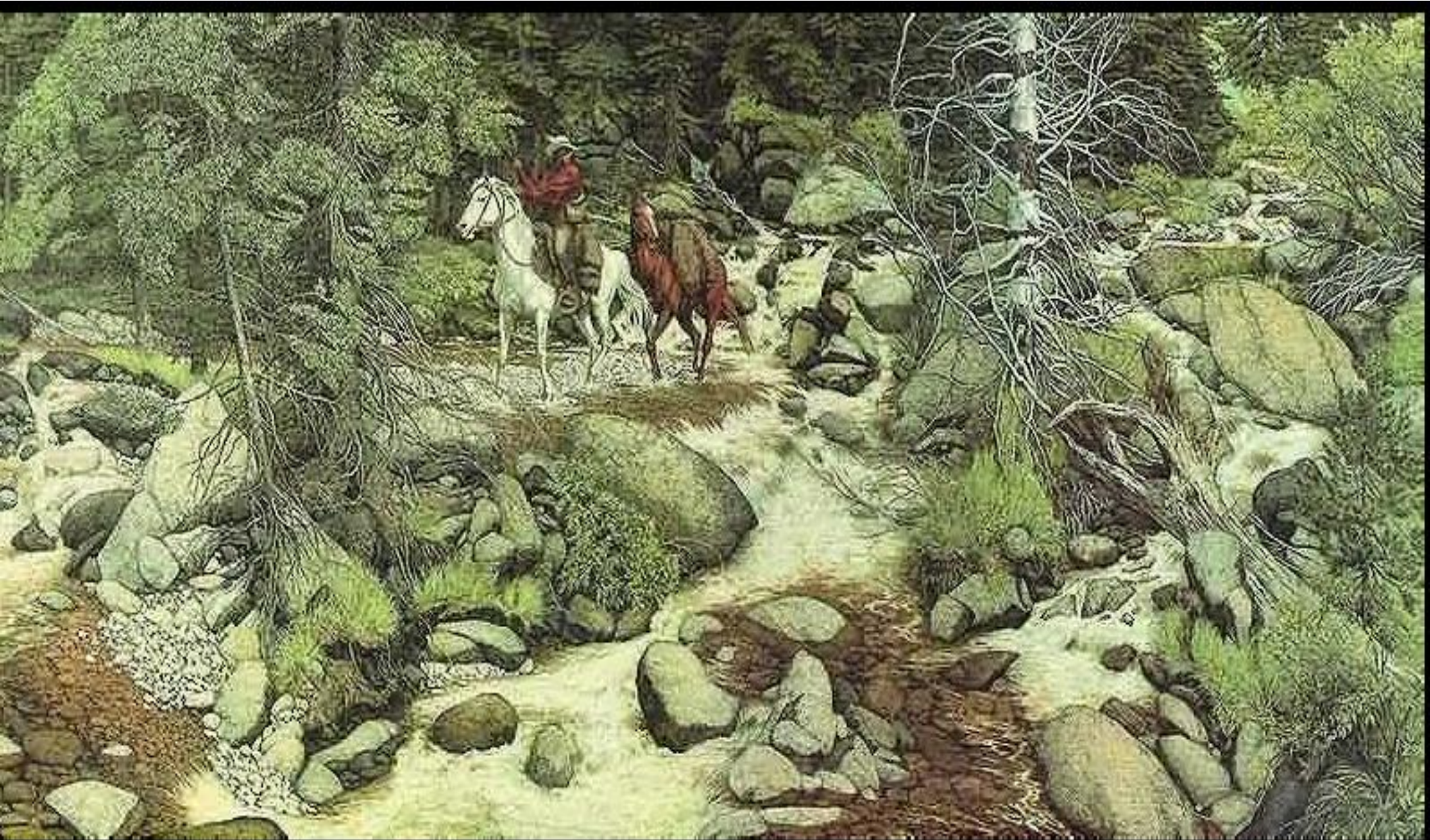
a

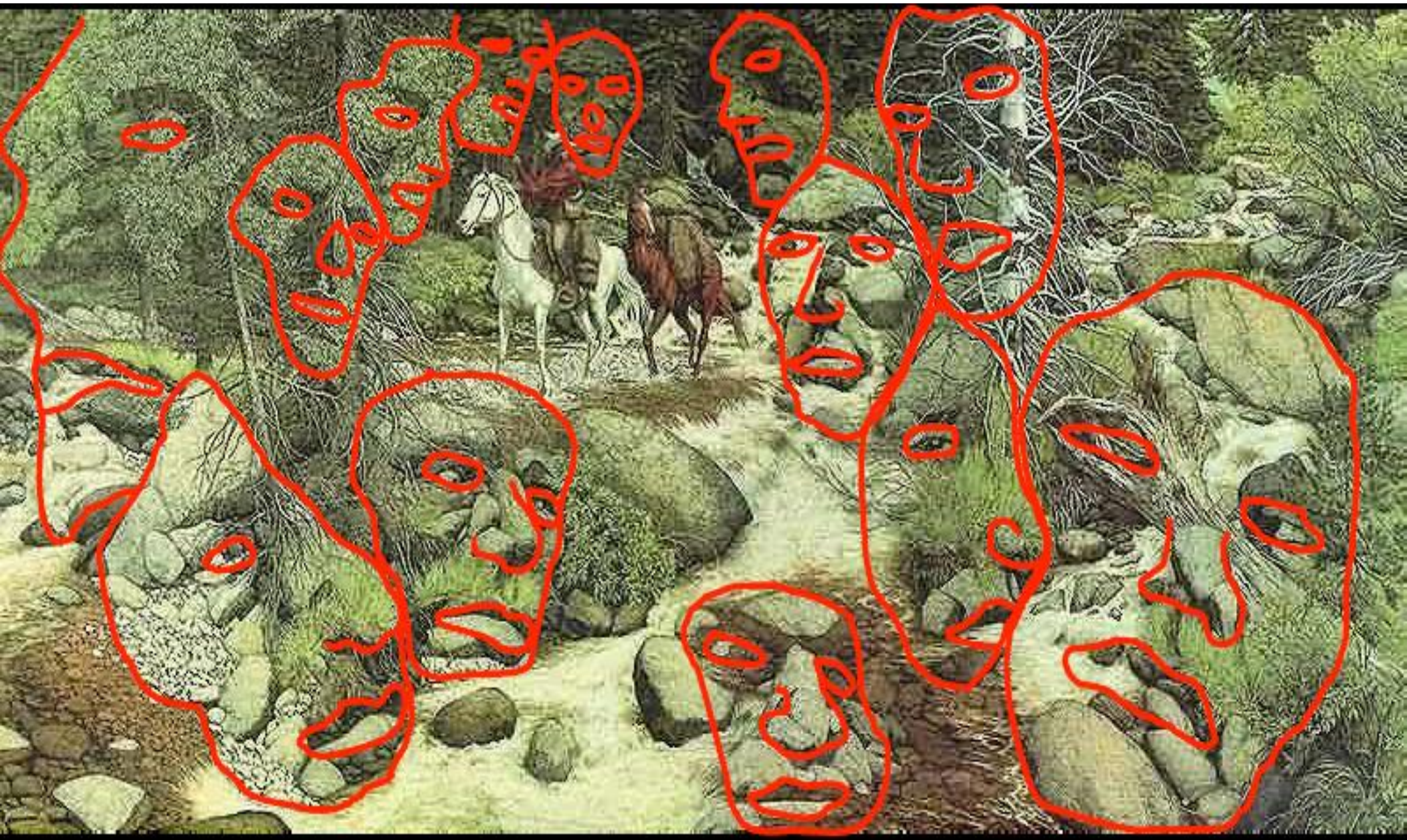



b

Esempio di configurazione esistente ma che non emerge a livello percettivo

Oppure possiamo avere delle configurazioni « nascoste »





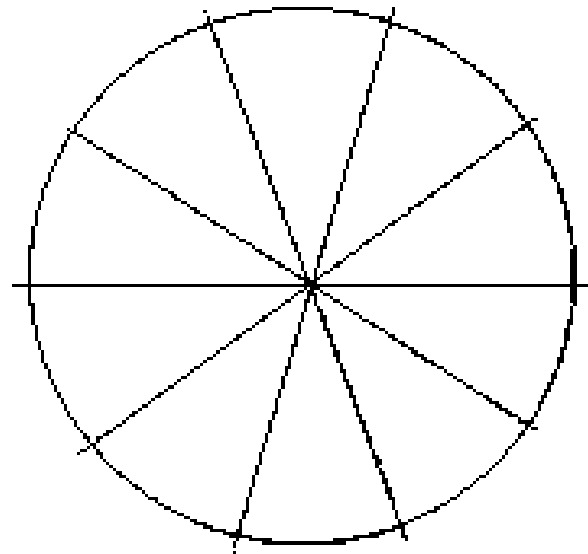


La legge della sovrapposizione contribuisce ad organizzare il campo sensoriale in una **percezione ordinata** in un modo che solitamente è adeguato rispetto ai dati della realtà contribuendo però anche alla premessa dei fenomeni di illusione percettiva.



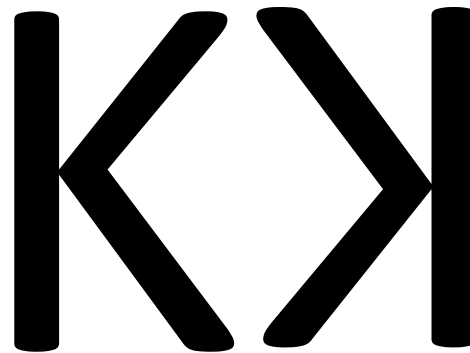
## CRITERIO DELL'AREA OCCUPATA

La zona distinta e/o delimitabile di uno stimolo che occupi la minore estensione tende ad essere colta come **figura**, mentre quella dotata di maggiore estensione verrà colta percettivamente come **sfondo**.



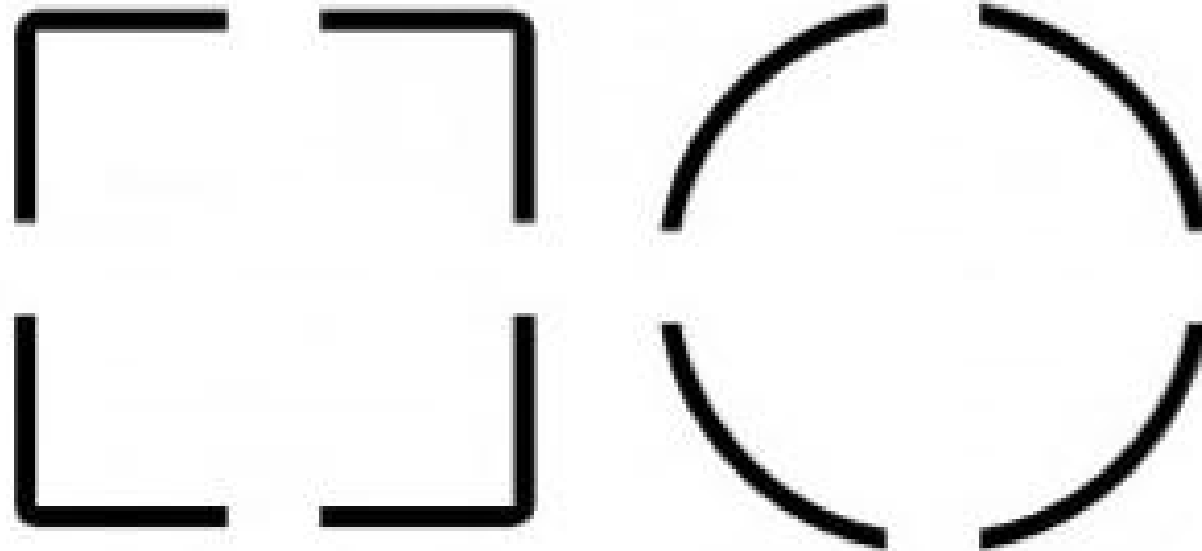
## CRITERIO DELLA CHIUSURA

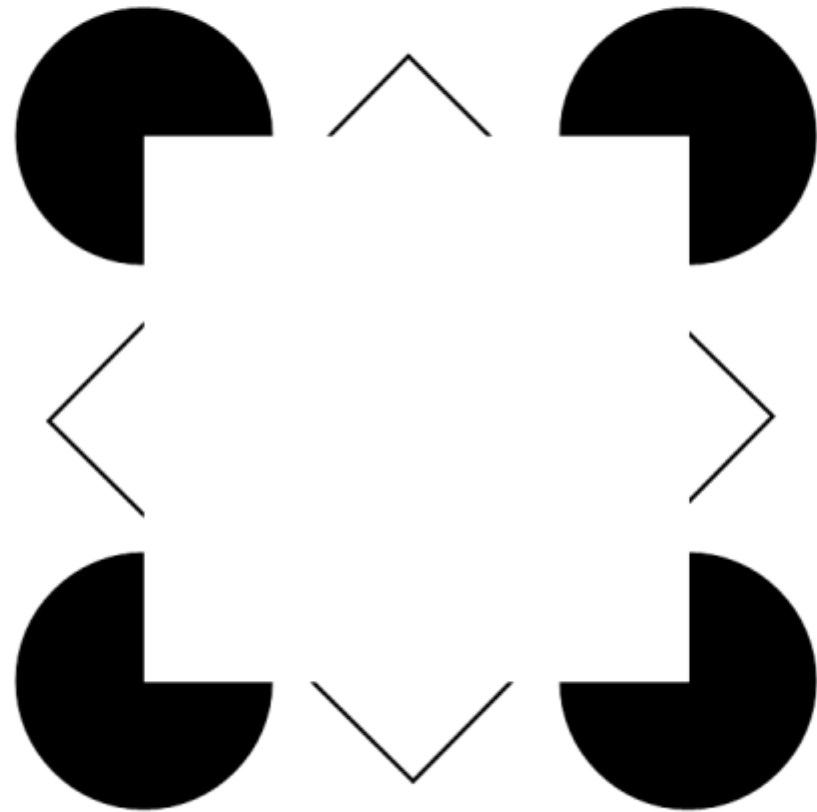
Le aree delimitate da un contorno e chiuse tendono ad essere percepite come figure.

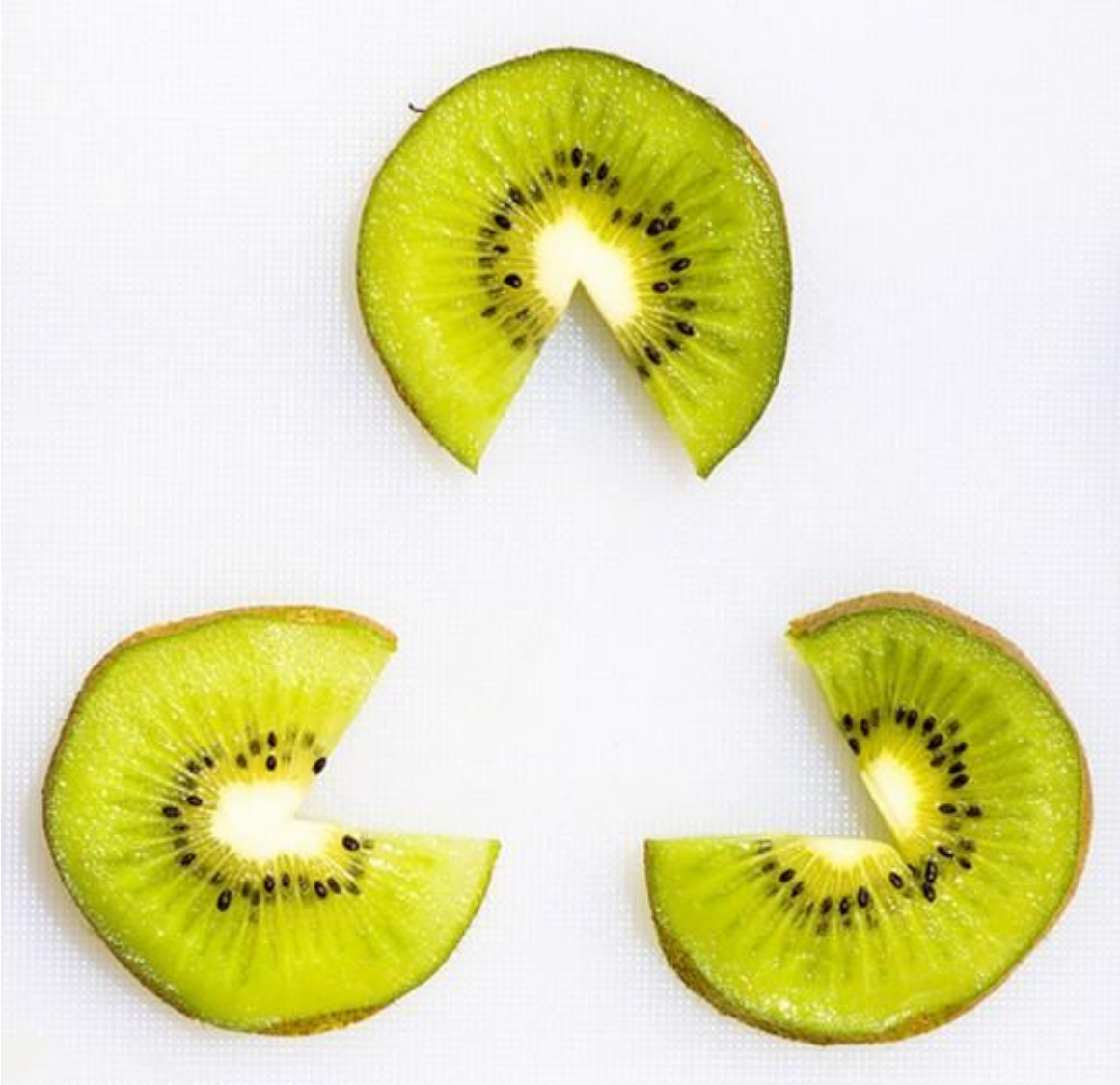


Questa legge risulta abbastanza ovvia perchè corrisponde a criteri di economicità di analisi dei dati sensoriali.

Ma il criterio funziona anche nel costituire una figura quando la chiusura stessa è incompleta.













NATIONAL  
GEOGRAPHIC  
Photograph by Steve Winter

© 2004 National Geographic Society



# I fenomeni percettivi

## Le leggi dell'organizzazione percettiva di Wertheimer

- › **Wertheimer [1923]** individuò alcune leggi che determinano l'unificazione e l'organizzazione di elementi discreti in unità percettiva.

☞ ☞ Legge della **vicinanza** →

- › a parità delle altre condizioni si unificano gli elementi vicini.

☞ ☞ Legge della **somiglianza** →

- › a parità delle altre condizioni, si unificano gli elementi simili.

☞ ☞ Legge del **destino comune** →

- › a parità delle altre condizioni, si unificano gli elementi che condividono lo stesso tipo e la medesima direzione di movimento.

☞ ☞ Legge della **buona direzione** →

- › a parità delle altre condizioni, si unificano gli elementi che presentano continuità di direzione.

☞ ☞ Legge della **chiusura** →

- › a parità delle altre condizioni, vengono percepiti come unità gli elementi che tendono a chiudersi fra di loro.

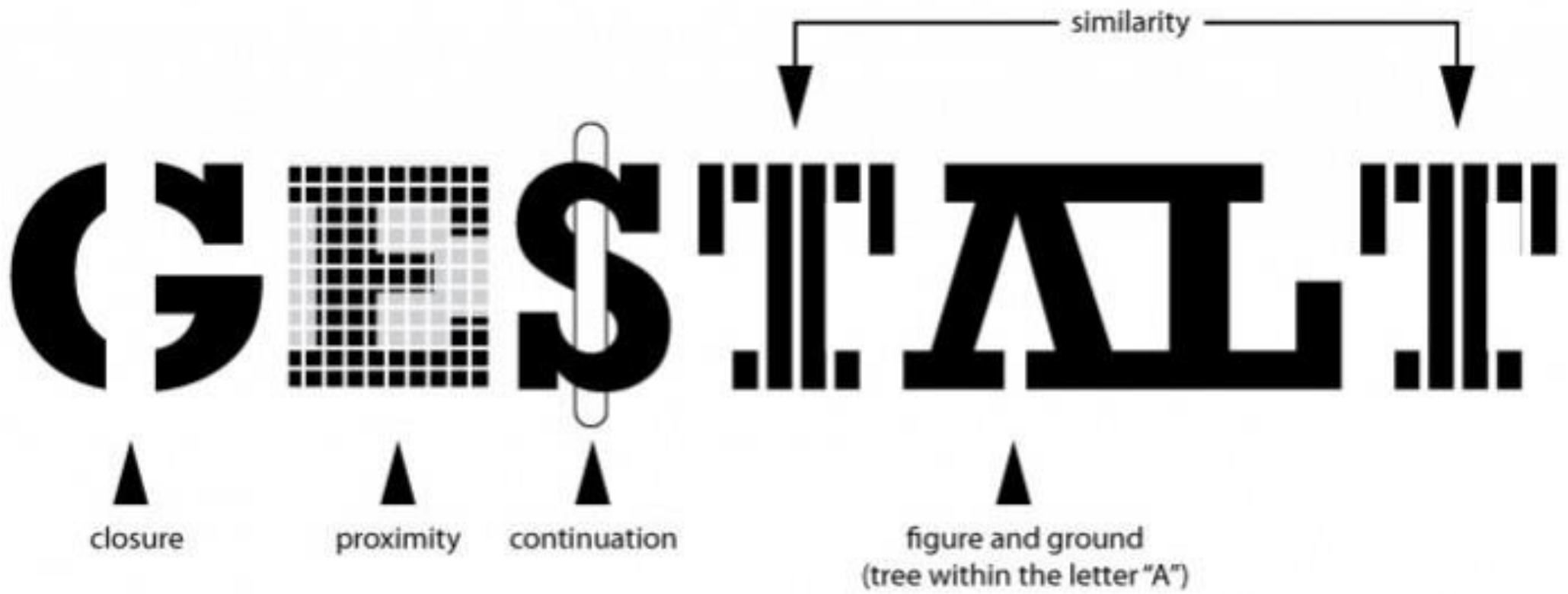
☞ ☞ Legge della **pregnanza** →

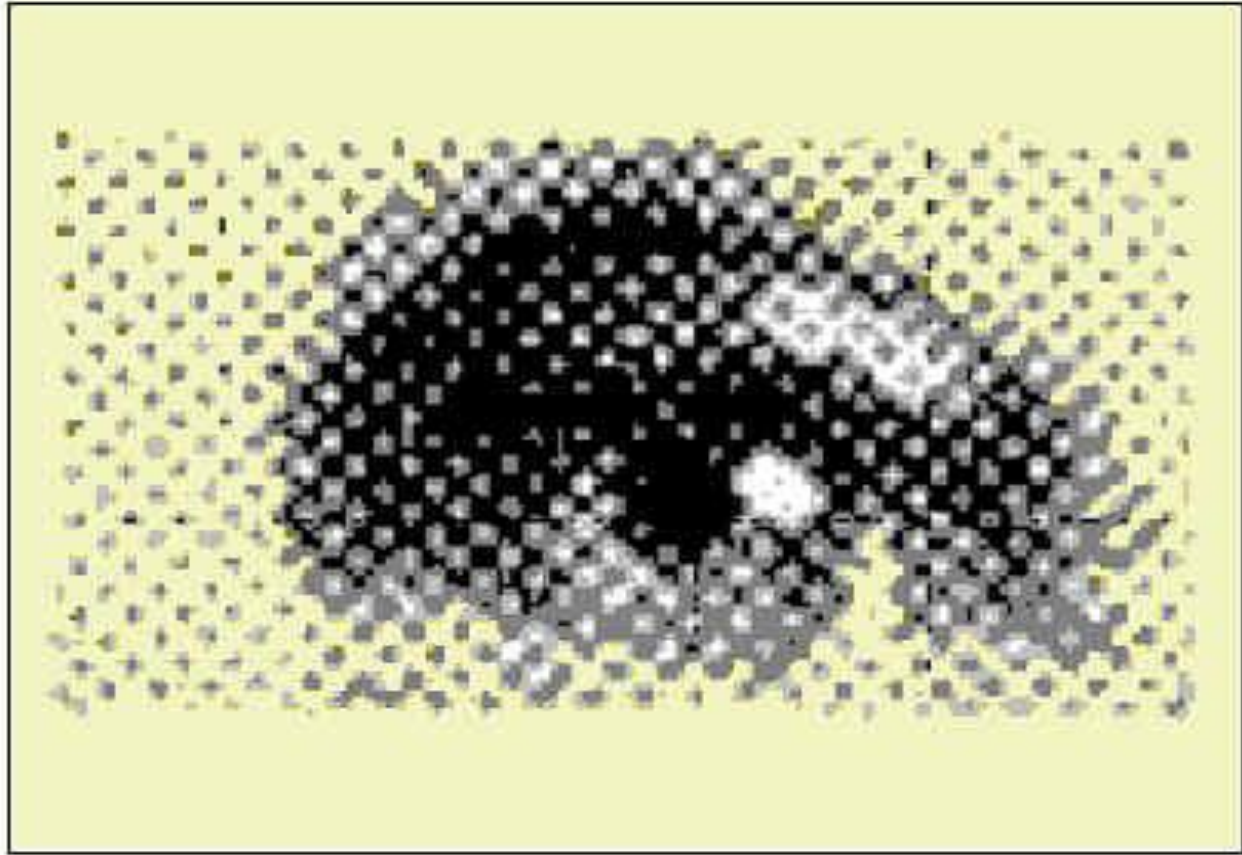
- › sono preferite le configurazioni più semplici, regolari, simmetriche e stabili (tendenza alla massima regolarità).

# LA LOGICA DELLA PERCEZIONE

La percezione sostanzialmente integra e ordina gli stimoli sensoriali e li trasforma da inconoscibili a conoscibili.

**Quest'organizzazione del caos sensoriale opera nel modo più economico e semplice**, questo spiega la tendenza del nostro sistema nervoso ad organizzare gli stimoli sensoriali nel modo più ordinato e coerente possibile secondo leggi dell'omogeneità, continuità, simmetria, buona forma, regolarità, chiusura, ecc.





## LO SVILUPPO DELLA PERCEZIONE

Le leggi della percezione sono dette anche **autoctone**, perchè innate e non apprese, nè influenzate dall'esperienza.

Ciò fa presumere che anche nel neonato operino le stesse leggi valide per gli adulti.

In realtà non è un'affermazione esatta, esiste una progressione evolutiva, seppur rapida e precoce, nell'elaborazione percettiva (studi comportamentali e indiretti).

Si utilizzano **2 metodi indiretti:**

1. si intuisce che il neonato percepisce la presenza di uno stimolo quando, entrato nel suo campo visivo, rivolge lo sguardo verso lo stimolo interrompendo la sua attività del momento (ad esempio la poppata).
2. si misura il tempo di fissazione visiva dello stimolo sulla base dell'assunzione che, se il neonato fissa per tempi diversi due o più stimoli differenti, si può affermare che li percepisce come differenti.



Applicando questi metodi si è potuto osservare che:

- il bambino è in grado fin dalla primissima età di discriminare l'uno dall'altro dei colori diversi (si tratta della percezione di differenza tra due colori)

Esempio: un bambino di 15 gg riesce a seguire con lo sguardo una macchia di luce colorata che si sposta su uno sfondo di un altro colore.

A 3 mesi fissano più a lungo un pezzo di carta gialla che uno grigio.

- un lattante ha la capacità di discriminare percettivamente le forme: fissa più a lungo una figura umana rispetto ad altre configurazioni.
- quando il bambino parla possiede la costanza percettiva: può per esempio indicare una statua in una piazza lontana dalla posizione in cui si trova.
- il bambino di pochi mesi può percepire lo spazio: esperimento del baratro apparente.

**Un bambino non ancora in grado di camminare percepisce già la terza dimensione dello spazio, cioè la profondità.** Il bambino se posto su una lastra di vetro che collega come fosse un pavimento due superfici separate da un precipizio. Il bambino non si dirige verso il precipizio anche se la madre dall'altra parte lo chiama e lo sollecita con qualcosa di piacevole.



# La percezione spaziale

- Costanza di forma: 3-4 mesi (Bower)
- Costanza di dimensione: 4-5 mesi (Bower)
- Profondità → importante perché legata alla possibilità di spostarsi nell'ambiente. Esperimento del fosso visivo con bambini di 6 mesi (ulteriori esperimenti con bambini più piccoli misurando il battito cardiaco)






# IL RUOLO CRUCIALE DELLA PERCEZIONE

In una serie di esperimenti condotti tra il 1954 e il 1969, alcuni gruppi di studiosi hanno sperimentato su se stessi e su altri partecipanti l'effetto della deprivazione sensoriale.




Molti si addormentarono, altri si mossero a lungo dando segni di agitazione, tutti denunciarono in seguito disagio, noia, per poi avere una forte esigenza di stimolazione.



Gli esperimenti rivelarono un decadimento molto rapido della reattività intellettuale dei partecipanti: il loro pensiero mostrava aspetti disorganici ed era accompagnato da forme allucinatorie soprattutto visive ma anche uditive ma anche somatiche (cutanee, muscolari, ecc.).

I vari esperimenti di privazione sensomotoria condotti nel tempo hanno confermato la **fondamentale importanza dell'attività percettiva nel determinare l'armonia psichica** della personalità e hanno dimostrato che la regolare funzione del sistema nervoso centrale dipende proprio dalla continua sollecitazione di stimoli che producono uno stato di veglia.

« Perchè si abbia un comportamento normale, intelligente, adatto, occorre una continua varietà di stimolazioni ».



**LEZIONE 17**  
**08.05.19**

**08h30 – 9h30**