



# **PSICOLOGIA GENERALE**

**LEZIONE 8  
27.03.2020**

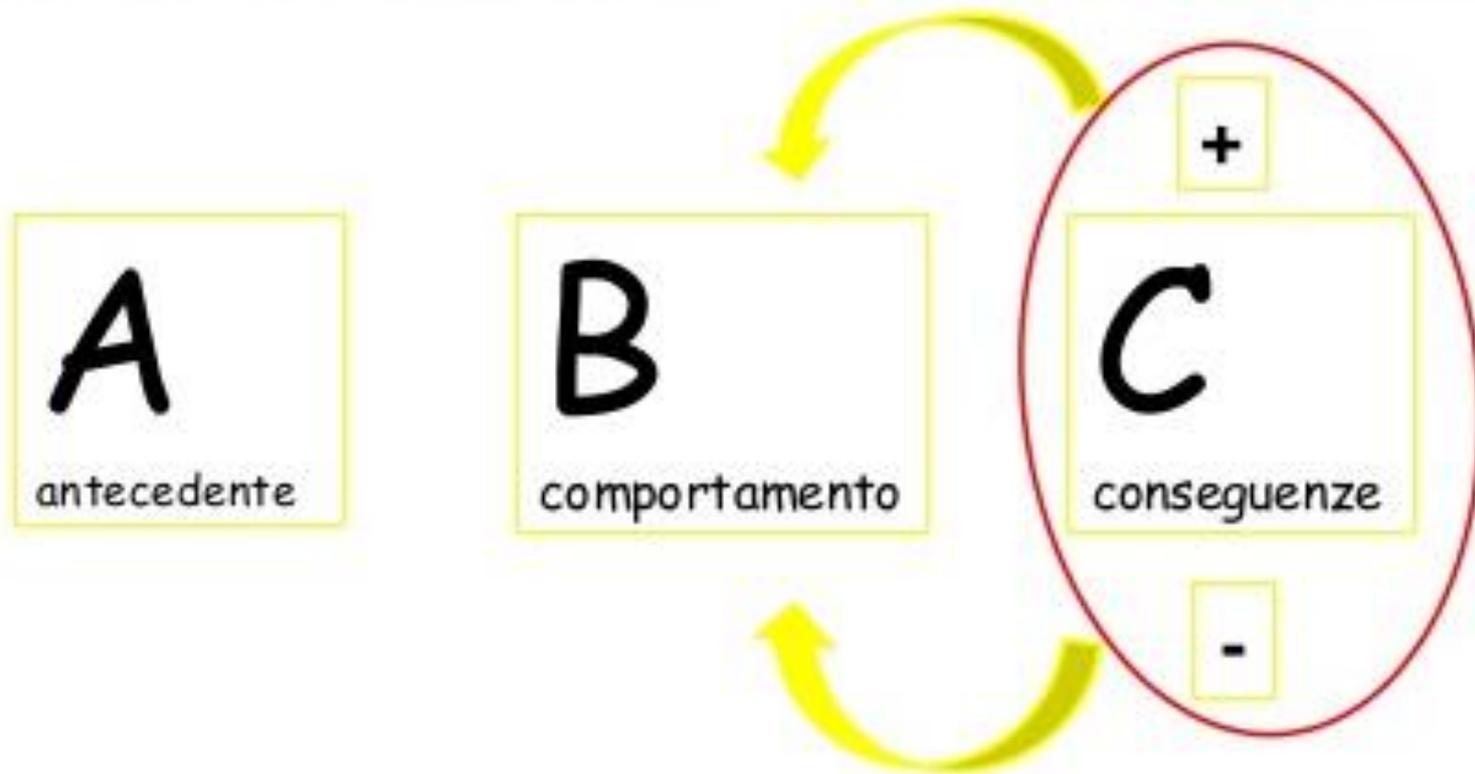
**Docente Diletta VIEZZOLI  
[dviezzoli@units.it](mailto:dviezzoli@units.it)**



# **Comportamentismo terza parte**

# RIASSUMENDO

Le CONSEQUENZE  
del comportamento nel modello **A B C**  
Paradigma del condizionamento operante di Skinner



**L'organismo emette sempre più spesso quella risposta cui ha fatto seguito un rinforzo.**

Skinner si impegna dunque ad analizzare le principali risposte umane alla ricerca degli eventi rinforzanti che ne provocano il mantenimento o il consolidamento.

Nella sua interpretazione è che **nel presente facciamo cose che sono state premiate in passato, e la sensazione di « scegliere » di farle non è nient'altro che un'illusione.**

*(Spinoza, 1632-1677 - il libero arbitrio non è che un'illusione della mente [...] gli uomini sono consapevoli delle proprie azioni e ignoranti delle cause che le determinano ).*



Il suo punto di vista mette in luce la « **manipolabilità** » del comportamento umano, individuando da un lato il ruolo giocato da organizzazioni come la famiglia, lo stato e la chiesa, e dall'altro proponendo di utilizzarla nella realizzazione di una società utopistica (*Walden Two*, 1948).

## APPRENDIMENTO SOCIALE E PERSONALITA'

Uno de punti chiave del comportamentismo è dunque la definizione delle leggi basilari attraverso cui l'individuo acquisisce nuove abilità e comportamenti.

Autori come **Miller** e **Dollard** (1941) hanno cominciato ad interessarsi ai fenomeni complessi come il linguaggio, le interazioni sociali e le strutture di personalità utilizzando in maniera originale le teorie sull'apprendimento ma avvalendosi anche del contributo di altre discipline fra cui la psicoanalisi.

La ricerca si è orientata verso fenomeni quali la frustrazione, l'aggressività, il conflitto, gli impulsi e le ricompense sociali.



**Bandura** evidenzia come l'apprendimento non implichi esclusivamente il contatto diretto con gli oggetti, ma avvenga anche attraverso esperienze **indirette**, sviluppate attraverso l'osservazione di altre persone (apprendimento vicario).

Quindi il comportamento è il risultato di un processo di acquisizione delle informazioni provenienti da altri individui.



Apprendere a fare qualcosa attraverso l'imitazione e la riproduzione si verifica attraverso una serie di condizioni:

- **L'attenzione** dell'osservatore è rivolta verso il modello (anche senza essere rinforzata)
- L'osservatore deve cogliere il comportamento osservato come modello **valido da apprendere** (alto coinvolgimento nei confronti del modello)
- Deve esistere la **capacità di ricordare e richiamare il modello** comportamentale a distanza di tempo quando si sviluppano le situazioni adeguate



L'apprendimento sociale, per i comportamentisti, sottolinea come rinforzi e modelli possano agire non solo per incentivare certe risposte ma anche per inibirle.

Un individuo può mostrarsi socialmente inadeguato non solo per aver appreso delle risposte scorrette, ma anche perchè non possiede adeguate abilità sociali ovvero perché non ha appreso in maniera solida certe risposte sociali necessarie.

Anche l'analisi della personalità (**Bandura, Staats, Michel**) corrisponderebbe all'analisi di una costellazione di comportamenti in cui la condotta individuale costituirebbe il punto focale della personalità del soggetto rinviano a diverse situazioni vissute.

L'apparente stabilità di alcuni tratti di personalità si spiegherebbe, da un lato in base alla **generalizzazione** e alla difficoltà di estinzione di risposte che sono state apprese e lungamente ripetute (abitudini), dall'altro in base alla **stabilità dell'ambiente** con cui l'individuo interagisce.

Se l'ambiente cambia radicalmente si osserverebbero imprevisti e improvvisi mutamenti della condotta del soggetto, tradizionalmente spiegati ricorrendo all'idea di una diversa personalità dell'individuo.

# L'esperimento di Stanford: la relazione tra ruolo sociale e malvagità



E' uno dei più famosi nell'ambito della psicologia sociale.

E' stato ideato allo scopo di valutare il comportamento delle persone in relazione al proprio gruppo di appartenenza.

Fu realizzato nel 1971 da un team di ricercatori diretto dal professor [Philip Zimbardo](#) della Stanford University.

Zimbardo, per realizzare l'esperimento, si riferì alla **teoria del comportamento sociale** di **Gustave Le Bon**, detta della **deindividuazione**, secondo la quale gli individui di un gruppo coeso, costituente una folla, tendono a perdere l'identità personale, la consapevolezza, il senso di responsabilità, alimentando in questo modo la comparsa di **comportamenti antisociali**.

Zimbardo era interessato a scoprire se la brutalità manifestata in diversi ambienti fosse dovuta a **caratteristiche della personalità o se fosse situazionale.**

Decise di indagare questo processo attraverso la realizzazione di un esperimento, eseguito nell'Istituto di psicologia dell'Università di Stanford, a Palo Alto, dove fu riprodotto in modo fedele un ambiente in cui era possibile osservare i comportamenti individuali: il carcere.

- Furono reclutati degli studenti universitari attraverso una pubblicità, apparsa su un quotidiano, in cui si chiedeva ai volontari di partecipare ad uno studio volto a indagare gli effetti psicologici della vita carceraria.
- 75 studenti universitari risposero all'annuncio e furono sottoposti a interviste diagnostiche e test di personalità, per eliminare coloro che presentavano problemi psicologici, disabilità mediche, abuso di droghe e fedina penale sporca.
- Gli sperimentatori selezionarono solo 24 soggetti maschi, retribuiti con 15 dollari al giorno, appartenenti al ceto medio, equilibrati e meno attratti da comportamenti sadici.

- Furono assegnati casualmente al gruppo dei detenuti o a quello delle guardie.
- I prigionieri erano stati trattati come dei reali criminali, poiché furono arrestati nelle loro case, senza preavviso e portati alla stazione di polizia locale, dove furono prese le impronte digitali, fotografati e inseriti in un fascicolo.
- Successivamente condotti al dipartimento di psicologia dell'Università di Standford, dove nel seminterrato vi era la finta prigione avente porte e finestre sbarrate, muri spogli, celle piccole e molto strette che avrebbe ospitato tre prigionieri e uno sgabuzzino ovvero la cella d'isolamento.

- I prigionieri furono obbligati a indossare ampie divise sulle quali era applicato un numero di riconoscimento (L'uso dei numeri di identificazione era un modo per far sentire i prigionieri anonimi), in testa un copricapo ricavato da una calza di nylon e alla caviglia destra gli venne messa una pesante catena ad anelli di metallo chiusa con due lucchetti. Inoltre, dovevano attenersi a una rigida serie di regole e potevano essere chiamati solo attraverso il numero di identificazione.
- Le guardie, invece, indossavano uniformi, un fischietto al collo, un distintivo, occhiali da sole a specchio che impedivano ai prigionieri di guardare loro negli occhi, manganello e manette. Inoltre, fu loro concessa ampia libertà circa i metodi da adottare per mantenere l'ordine e far rispettare le regole, ma senza usare violenza fisica.
- Il vestire panni diversi dai loro poneva entrambi i gruppi in una **condizione di deindividuazione**: si spogliavano dalle loro cose per diventare persone diverse da quelle che erano nel quotidiano.

- In breve tempo coloro che svolgevano il ruolo di guardie iniziarono ad adottare comportamenti molesti (es. svegliare i prigionieri molto presto e contarli, esercitando in questo modo il controllo, obbligavano a svolgere compiti inutili e noiosi, vessavano ulteriormente il prigioniero con parole o con comportamenti ostili.
- Anche i prigionieri assunsero il comportamento tipico del detenuto parlando esclusivamente di questioni carcerarie per gran parte del tempo e raccontando le proprie storie alle guardie. Cominciarono a prendere molto sul serio le regole della prigione e la vita da detenuto.
- Alcuni detenuti, però, iniziarono a schierarsi a favore delle guardie e contro i prigionieri che non obbedivano alle regole e, per questo, ricevettero privilegi speciali; altri, invece, si ribellarono alle guardie strappandosi i numeri dalla casacca e per questo generarono una situazione di caos difficile da gestire.

- Col trascorrere dei giorni i prigionieri divennero sempre più dipendenti e sottomessi, mentre le guardie più derisorie e sprezzanti.
- Accadde che col tempo un prigioniero cominciò a manifestare disagio, sofferenza psichica, pensieri disorganizzati, pianto incontrollabile e rabbia e le guardie intensificarono il livello di molestie.
- Ormai, ognuno dei partecipanti era diventato il personaggio che interpretava contribuendo nella finta prigione a una situazione che stava andando alla deriva.
- In pochi giorni si ebbero forti ripercussioni psicologiche sui partecipanti, poiché in quella situazione carceraria le finte guardie divennero sadiche e maltrattanti e i finti prigionieri mostrarono evidenti segnali di [stress](#) e [depressione](#).

- Secondo Zimbardo il **processo di deindividuazione** spiega il comportamento dei partecipanti e in particolare delle guardie. Infatti, **se le persone si immergono nelle norme di un determinato gruppo, perdono il proprio senso di identità e responsabilità personale**. Quindi, il sadismo delle guardie deriva dal sentirsi responsabili del rispetto delle norme vigenti in carcere.
- Secondo Zimbardo l'esperimento mostra come **le singole personalità degli individui possano essere offuscate quando assumono posizioni autoritarie**. Per questo, i soggetti rispondono a bisogni specifici derivanti dalla specifica situazione che vivono, piuttosto che riferirsi alla propria morale o alle proprie credenze. Pertanto, i risultati ottenuti da Zimbardo supporterebbero l'ipotesi situazionale del comportamento piuttosto che la predisposizione o la personalità

**Teorie  
Psicologiche**

**FINE '800 PRIMA META '900**

**Strutturalismo**

**Psicologia della  
Gestalt**

**Funzionalismo**

**Comportamentismo**

**Scuola di Ginevra**

**Cognitivismo**

**Psicanalisi**



# Cognitivismo



Il Cognitivismo rappresenta una diretta filiazione del Comportamentismo e la definizione di questo movimento viene fatta risalire al **1967**, anno di apparizione dell'opera *Psicologia cognitivista* di **Neisser**.



Il cognitivismo può essere definito come **un indirizzo della psicologia scientifica che si propone di studiare i processi mentali considerandoli analoghi a processi di elaborazione dell'informazione.**

L'interesse si concentra su

- gli **eventi mentali interni al soggetto**
- l'interpretazione dell'organismo come **dotato sin dalla nascita di competenze specifiche**
- la concezione dell'individuo quale **costruttore della propria rappresentazione del mondo.**



Dopo il primo periodo di stretta osservanza delle posizioni rigorose del Comportamentismo proposte da **Watson** e **Skinner**, da più parti si era postulata l'esistenza di **variabili interne al soggetto**, pertanto non direttamente osservabili, ma ugualmente in grado di influenzare e orientare il comportamento degli individui, e pertanto degne di studio da parte della psicologia.

Ricordiamoci che per i Comportamentisti le categorie « mentali », non essendo direttamente osservabili come quelle comportamentali, non poteva essere oggetto di ricerca, e chi se ne occupava si poneva al di fuori dell'ambito della scienza.



Un problema non risolto dei primi comportamentisti era il seguente:

Come spiegare il ruolo di alcuni processi, detti « **variabili intervenienti** », che si interpongono tra Stimolo e Risposta e che si svolgono all'interno dell'individuo?

Si tratta di tutti quei fenomeni che non si riescono a definire solo in termini di S-R e che non sono comportamenti riflessi

Secondo **Hebb** si poteva ipotizzare che, dal punto di vista cerebrale, i neuroni (cioè le cellule che compongono il Sistema Nervoso), si organizzassero in « assembramenti cellulari » (oggi diremmo **Reti Neurionali**) cioè in strutture di neuroni che formano dei circuiti in cui circolano per un certo tempo le informazioni prima dell'emissione della Risposta ad uno Stimolo.

Alcuni assembramenti sarebbero già presenti alla nascita, altri si formerebbero attraverso l'apprendimento.

Il circolare dell'informazione negli assembramenti consentirebbe di ritardare la risposta e la formazione di tali assembramenti costituirebbe di fatto il **processo di memorizzazione.**

Poter impiegare più assembramenti consentirebbe di spiegare i comportamenti più complessi.

# Un esempio pratico dei primi studi effettuati sulle funzioni cognitive

**Broadbent** fu tra i primi a studiare che cosa accade quando si cerca di prestare attenzione a più cose nello stesso momento.

Osservò per esempio che i piloti non riescono ad occuparsi allo stesso tempo di molti strumenti diversi e devono spostare attivamente la loro attenzione dall'uno all'altro.

B. dimostrò che la limitata capacità di gestire il flusso di informazioni in entrata è una caratteristica fondamentale della cognizione umana e che questo limite poteva spiegare molti degli errori commessi dai piloti (e in generale dalle altre persone).



Con **Hebb** gli studi si orientano ai processi che si svolgono all'interno dell'individuo secondo un modello logico di svolgimento dei processi mentali.

La nuova modalità per concettualizzare i fenomeni psicologici è dunque quella di **creare de modelli che di volta in volta fanno riferimento a un'idealizzazione del Sistema Nervoso o ai circuiti di un elaboratore**, senza identificare realisticamente gli elementi dal punto di vista fisiologico.



Per il cognitivista **il modello è una rappresentazione semplificata della realtà**, che non pretende di costituire una riproduzione fedele di ciò che vi può essere nel sistema nervoso dell'individuo, ma è concepito come realistico per ciò che riguarda le funzioni svolte dalla mente.

L'autore di un modello non pretende di affermare che vi sia un organo o una parte del cervello deputata a una determinata funzione, più semplicemente assume che tale funzione sia logicamente necessaria, quale che sia la parte del sistema nervoso che la svolge.



La nascita del cognitivismo si deve molto all'importazione di idee tratte dalla **cibernetica** e dall'**informatica**, ai contributi dell'**etologia** e ad altri apporti: neurofisiologia, matematica (soprattutto la teoria dei giochi, delle decisioni e delle probabilità) e linguistica (in particolare la grammatica generativo-trasformatzionale di N. Chomsky).



I modelli cognitivisti originano spesso dai modelli cibernetici, in termini di flusso di informazioni che vengono elaborate a vari stadi nel corso del loro passaggio all'interno dell'organismo.

Ciò consente il criterio della **simulazione** mediante calcolatore elettronico.

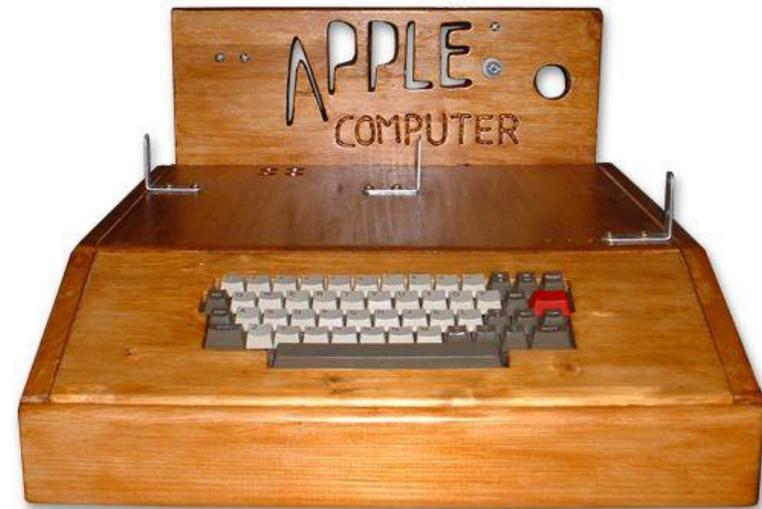
Lo scopo ultimo non era quello di condurre solo studi di laboratorio ma di condurre studi applicati al comportamento umano in condizioni di vita riscontrabili nell'ambiente.

Ambiti come quello della memoria, dell'attenzione, le basi del linguaggio .

L'invenzione del computer negli anni '50 ebbe un profondo impatto sul pensiero psicologico perché, nonostante persone e computer siano senz'altro differenti per molti aspetti, entrambi registrano, memorizzano e recuperano informazioni.

Ciò indusse a chiedersi se il computer non potesse fungere da modello della mente umana (hardware e software).

Da qui i primi esperimenti di scrittura di programmi per computer che potessero riuscire ad imitare il linguaggio e il comportamento umano.





Il cognitivismo può essere definito come un indirizzo della psicologia scientifica che si propone di studiare i processi mentali considerandoli analoghi a processi di elaborazione dell'informazione.

**Neisser** compie un passo successivo considerando che le « informazioni » che l'individuo elabora vadano viste nell'ambiente:

L'individuo inoltre possiede nella sua struttura cognitiva degli « schemi » che gli consentono di coglierle e che costituiscono il **legame tra percezione e pensiero.**

Nel 1980 Norman stabilisce più chiaramente quali siano le aree di indagine del Cognitivismo:

**sistemi di credenze, coscienza, evoluzione, emozione, interazione, linguaggio, apprendimento, memoria, percezione, prestazione, abilità, pensiero.**

**Scienza cognitiva da un lato e impostazione ecologica** dall'altro sono i filoni in cui si diversifica il cognitivismo tra gli anni '80 e '90.

Giungendo ad abbandonare progressivamente la metafora dell'uomo-calcolatore poiché inadeguata a spiegare ai compiti complessi di cui l'uomo è capace.

Prima fra tutti **l'incongruenza tra l'hardware dei calcolatori e quello del sistema nervoso centrale** (il primo opera con elementi rapidissimi e in serie, il secondo opera con elementi relativamente lenti ma massivamente interconnessi in parallelo



Dal punto di vista applicativo della psicologia cognitiva, quindi il punto di vista clinico, si è assistito ha un ravvicinamento tra il punto di vista del primo psicologo che ha cercato di costruire un quadro teorico unitario degli strumenti di comprensione della psiche umana (**Freud**) dando luogo a una lunga tradizione di ricerca teorico-pratica in psicoterapia, e i modelli della mente del campo cognitivista.



Secondo **Neisser**, la simmetria tra i due approcci, psicoanalitico e cognitivistico, è basata sulla condivisione di un **assioma fondamentale**:

Quanto affiora nel comportamento e nella coscienza è il prodotto finale di una « complicata sequela di cambiamenti, riformulazioni e trasformazioni ».

L'esperienza percettiva, il pensiero consapevole e l'azione dipendono da una massiccia elaborazione inconscia, indagabile con metodi psicologici.

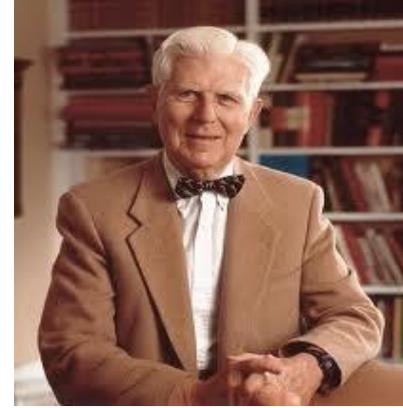
Come la psicanalisi studia l'elaborazione delle determinanti interne, le pulsioni, così la psicologia cognitivista studia l'elaborazione delle determinanti esterne, le informazioni disponibili nella stimolazione sensoriale (**Gerbino**).

# LA PSICOTERAPIA COGNITIVA- COMPORTAMENTALE

La teoria cognitiva parte dall'assunto che **il modo in cui le persone interpretano le loro esperienze ha un impatto significativo sui loro sentimenti, quindi sul loro comportamento.** Per esempio, se un individuo giudica una situazione pericolosa, egli proverà ansia e cercherà di fuggire o evitare la situazione; ugualmente, se una persona pensa che i suoi problemi siano senza speranza, questa persona potrà deprimersi.

I pensieri che producono sofferenza psicologica sono chiamati dalla psicoterapia cognitiva "**pensieri automatici**" ovvero un pensiero che avviene al di fuori della consapevolezza, e quindi non può essere controllato dal soggetto.

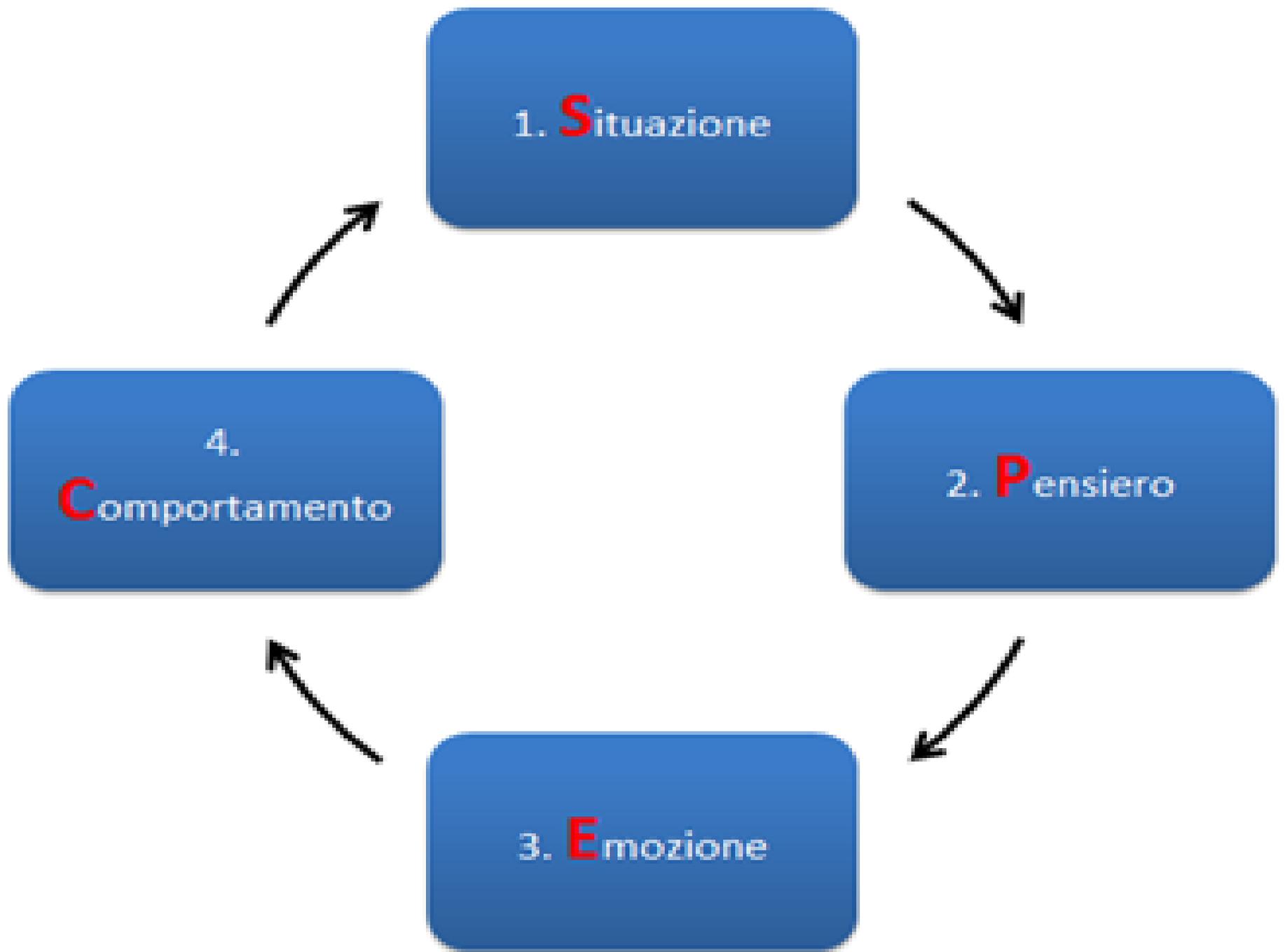
- 
- Il termine "cognitivo" fa riferimento a **tutto ciò che accade internamente alla mente**, ovvero tutti i processi mentali come pensiero, ragionamento, attenzione, memoria, con implicazioni sullo stato di coscienza o consapevolezza, etc.
  - Il termine "comportamentale" fa riferimento invece ai **comportamenti manifesti** (non solo azioni e condotte, ma tutte le attività osservabili dell'organismo in rapporto con l'ambiente) da parte del soggetto.



La psicoterapia cognitiva è stata sviluppata da Aron T. **Beck** negli Stati Uniti intorno alla fine degli anni sessanta.

Si basa sul presupposto che vi è una **stretta relazione tra pensieri, emozioni e comportamenti** e che i problemi emotivi sono influenzati da ciò che pensiamo e facciamo nel presente.

A partire da questo presupposto l'idea di Aron T. Beck è che **il pensiero costituisce sia il problema psicologico primario che la cura stessa.**







**LEZIONE 10**  
**30.03.2020**