

Le teorie social-cognitive della personalità: Premesse teoriche

Teorie social-cognitive della personalità

Il costrutto di personalità si articola intorno a queste idee principali:

- La persona è un agente attivo
- ed è calata costantemente nel tempo e nello spazio
- La persona è contraddistinta da capacità di natura cognitiva (es. simboliche)
- La personalità è definita come un insieme di variabili (rappresentazioni, aspettative, obiettivi, ...) cognitive e affettive che sono legate tra loro in pattern organizzati e distintivi (**STRUTTURE**)
- Tali pattern distintivi sottendono e spiegano i nostri comportamenti
- ma non vi è una diretta corrispondenza tra comportamento manifesto e pattern sotteso: a parità di comportamento potrebbero corrispondere pattern sottesi diversi da individuo a individuo

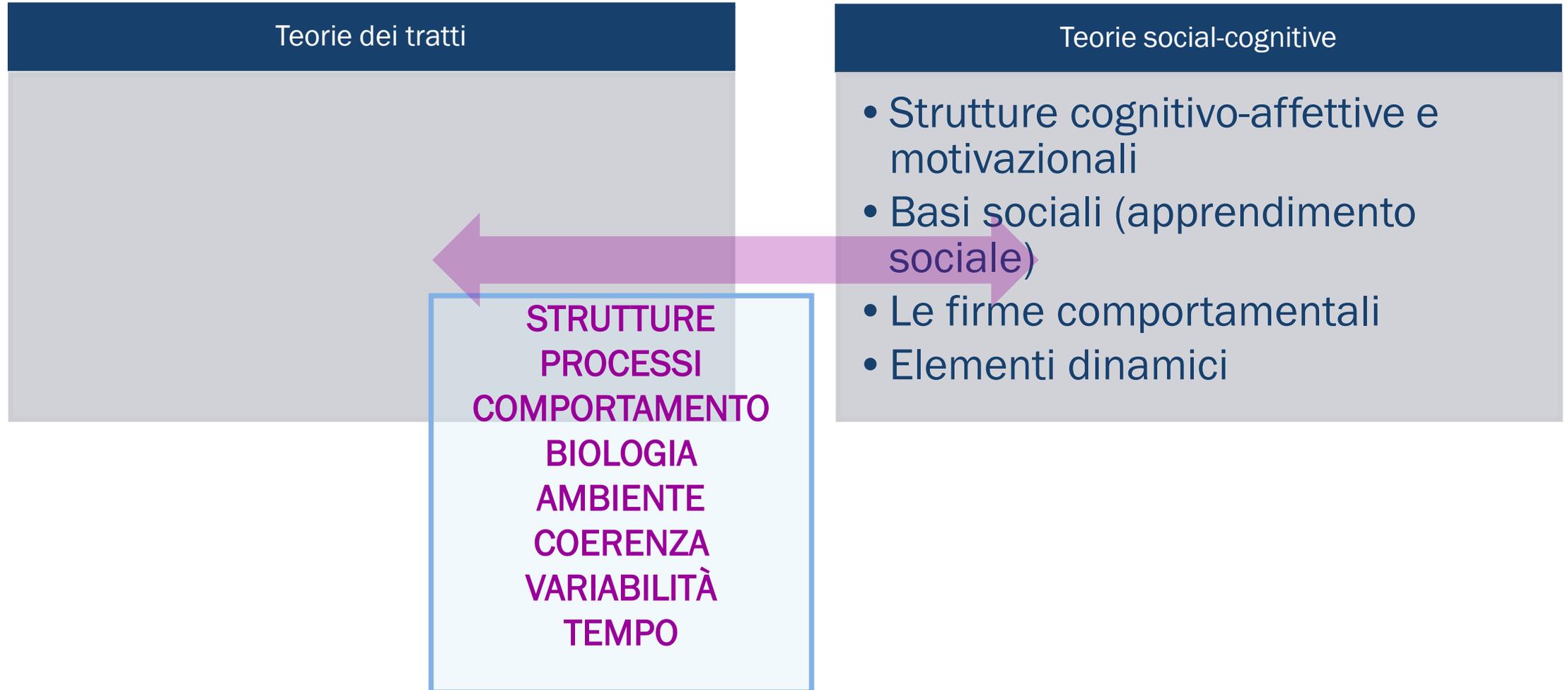
Teorie social-cognitive della personalità

Il costrutto di personalità si articola intorno a queste idee principali:

- Le strutture portanti sono **relativamente coerenti e stabili** attraverso
 - i contesti (equivalenza funzionale)
 - il tempo (il futuro è essenziale)
- La **variabilità** inter- & intra personali sono essenziali per descrivere e comprendere l'unicità della persona
- Il funzionamento (**PROCESSI**) della persona è **dinamico**, seppure ogni individuo è contraddistinto da processi che regolano il suo comportamento in modo più stabile rispetto ad altri processi
- Il **cambiamento** è legato alle strutture cognitivo-affettive piuttosto che al comportamento osservabile

Che cos'è la personalità?

QUESTIONI DOMINANTI che attraversano le teorie della personalità



Il contributo di Kelly: La teoria dei costrutti

Rispetto alle teorie scientifiche

- elaborazione di costrutti scientifici utili a prevedere eventi
- *alternativismo costruttivo* per offrire alternative utili prospettive sul mondo
- i costrutti evolvono e si modificano nel tempo

Rispetto alla persona

- metafora dell'*uomo come scienziato* (teorie, ipotesi, evidenze)
- l'individuo è orientato al *futuro* piuttosto che al passato
- l'individuo adotta spontaneamente l'*alternativismo costruttivo* per ideare strategie efficaci e flessibili per affrontare la vita

Il contributo di Kelly: La teoria dei costrutti

Costrutto

- si costruisce intorno ai poli somiglianza-contrasto (es., buono-cattivo), necessari entrambi per comprendere il costrutto
- è essenziale nella comunicazione interpersonale (es., i conflitti dipendono da costrutti impliciti)
- l'individuo sviluppa **sistemi di costrutti** rispetto ai quali si possono individuare
 - *costrutti nucleari vs periferici: i primi sono essenziali per il funzionamento della persona e il loro cambiamento è profondo sul sistema individuale*
 - *costrutti sovra- vs sotto-ordinati*
 - *costrutti verbali, pre-verbali, sommersi*
- i sistemi possono essere **semplici vs complessi cognitivamente**
 - *complessi se costruiti includendo costrutti non sovrapponibili*
 - *utili a definire e cogliere rappresentazioni più accurate intorno a sé e agli altri*

Kelly e la teoria dei costrutti

Processi

Postulato fondamentale: i processi psicologici sono

- *modellati per anticipare il futuro*
- *e rivisitati per coglierlo con maggiore accuratezza*

e l'individuo si propone di espandere e rafforzare i propri costrutti, non è mosso solo dall'evitamento del dolore o da rinforzi esterni

Emozioni sono definite rispetto ai sistemi personali di costrutti

- *ansia se accadono eventi al di fuori dei confini dei nostri sistemi*
- *paura se è necessario elaborare e incorporare un nuovo costrutto*
- *minaccia se sono messi in crisi elementi portanti del sistema individuale*

Il contributo di C. Rogers

Il sistema del Sé: Componenti affettivo-motivazionali

La prospettiva fenomenologica:

Rogers mette al centro dell'attenzione la percezione soggettiva della realtà (campo fenomenico)

Il campo fenomenico include

- mondo esterno
- mondo interno (bisogni, obiettivi e credenze)

Rispetto alla personalità, il sistema del sé è

- organizzato
- autentico
- stabile
- coerente



Sentimento di separazione o alienazione tra azione e ciò cui diamo valore e desideriamo

Conflitto tra scelte razionali e un intimo “viscerale”

Già nel pensiero di Rogers, il sé è una struttura di personalità, perché è un modello organizzato e coerente di percezioni, relativamente stabile nel tempo

Il contributo di C. Rogers

Rispetto ai **processi** che sottendono il funzionamento del sistema di sé, Rogers enfatizza i processi motivazionali

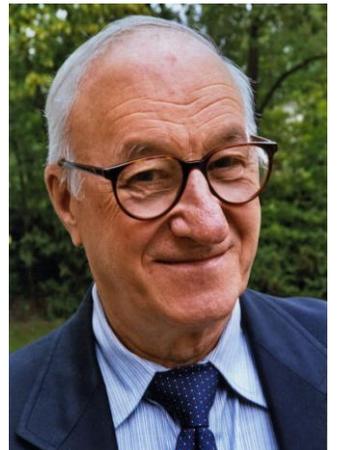
- bisogno di auto-realizzazione: tendenza dell'individuo a realizzare conservare e sviluppare il proprio sistema e la propria esperienza, per diventare un sé indipendente e autentico
- bisogno di coerenza:
 - *sistemi difensivi del sé (negazione, distorsione)*
 - *che agiscono a livello di SUBCEZIONE, prima che l'incongruenza emerga a livello di consapevolezza*
 - *un sé nucleare poco integrato si lega a condizioni psicopatologiche*
- bisogno di considerazione positiva: essenziali nell'intero arco di vita, soprattutto infanzia

Riprenderemo oltre questi processi motivazionali

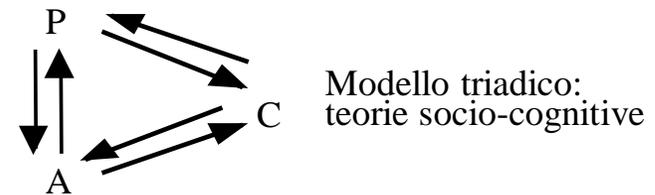
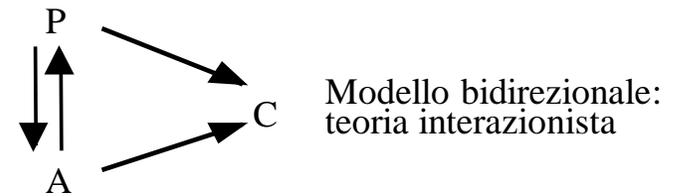
Il contributo di Bandura: le capacità umane fondamentali

- Simbolizzazione
 - *conservare esperienze*
 - *interpretare eventi*
 - *anticipare esiti*
- Apprendimento vicario o sociale
 - *apprendere comportamenti*
 - *modificare comportamenti*
 - *preservare comportamenti*
 - *sviluppare strategie comportamentali*

(processi di socializzazione sono essenziali)
- Autoriflessione
 - *senso di continuità di sé*
 - *valore all'azione personale*
- Autoregolazione
 - *dirigere l'azione verso obiettivo*
 - *sostenere l'azione verso obiettivo*



Il contributo di Bandura: IL DETERMINISMO RECIPROCO



Il contributo di W. Mischel

Personality and Assessment (1968): verso l'interazionismo



Una prospettiva critica rispetto alle teorie disposizionali

(al di là delle attuali conoscenze che derivano dalla genetica comportamentale)

secondo Mischel (1968) i dati questionariali forniscono informazioni coerenti, se i contesti sono simili (se ampia generalizzazione)

ma non i dati osservativi

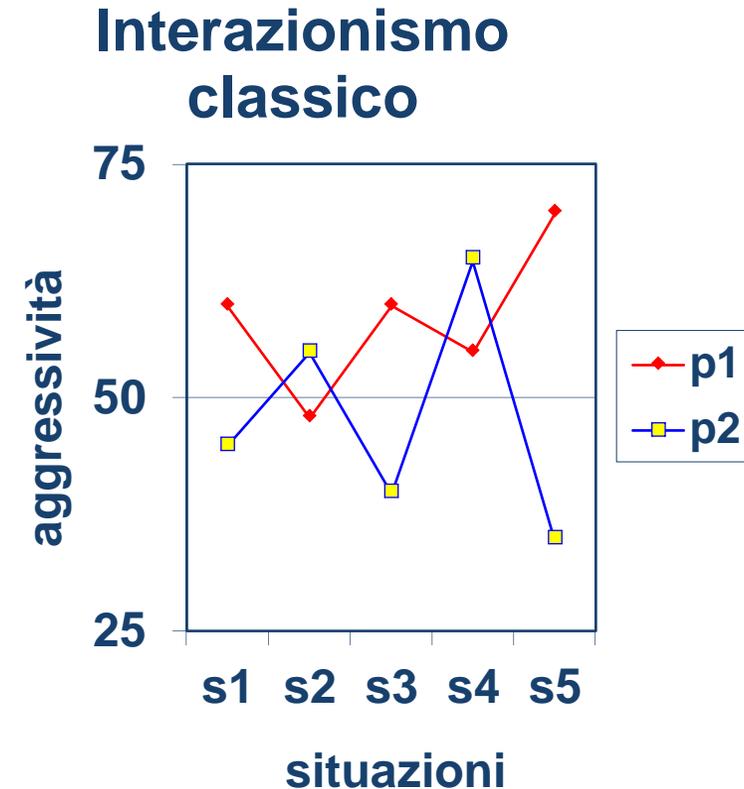
Regolarità dei comportamenti \neq regolarità delle risposte ai questionari

che rivelano la necessità di considerare *la persona calata nel contesto P x A*

e di sviluppare nuovi paradigmi intorno alla coerenza della personalità

Coerenza comportamentale e della personalità: P x A

- gli studi empirici mostrano come P e A interagiscano (Newcomb, 1929; Mischel, 1968)
- $C = P + A + P \times A$
- come le categorie (comportamentali) siano definibili in termini di **equivalenza funzionale**
- come i pattern P x A o *if ...then...* siano stabili nel tempo
- la coerenza si esprime come **shape** che varia (nonostante l'elevazione media sia comparabile) attraverso le persone
- i pattern se ... allora ... sono coerenti con le concezioni ingenuie di personalità; inoltre, le P sanno se sono più o meno coerenti
- questa impostazione teorica è coerente con il lavoro clinico



In breve, per tirare le prime fila

Kelly

- Costrutti personali
- Futuro
- Costrutti e relazioni interpersonali
- Costrutti ed emozioni

Rogers

- Sé come sistema
- Componenti affettivo-motivazionali (bisogno di realizzazione del sé e di coerenza)

Bandura
& Mischel

- Apprendimento sociale (modello, incentivo, mediazione della mente)
- Capacità umane
- P calata nel contesto
- P X A e e coerenza della personalità
- Influenza reciproca P – A – C

Le teorie social-cognitive della personalità:
Le variabili ovvero gli elementi strutturali

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

una teoria della personalità deve includere le scoperte che vengono da altre aree della psicologia, in particolare la psicologia cognitiva

- Abilità cognitive e competenze
- Codifiche
- Aspettative e credenze: anticipazioni cognitive
- Standard di valutazione e obiettivi
- Emozioni associate alle cognizioni
- Strategie di autoregolazione

Contenuti e organizzazione di queste unità in sistemi più complessi sono il risultato della storia individuale di apprendimento (cognitivo-sociale-affettivo) in costante e dinamica evoluzione

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

Abilità (cognitive) e competenze: “Cosa posso fare?”

- si riferiscono alla capacità di affrontare problemi e sfide
- le competenze includono sia abilità cognitive che comportamentali sia modi di pensare ai problemi
 - *implicando una combinazione di conoscenze dichiarative e procedurali*
- si acquisiscono e si possono acquisire (cfr C. Dweck)
- sono contestualizzate: “la specificità del contesto è una caratteristica naturale delle abilità”

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

la loro imprescindibile contestualizzazione implica che le abilità

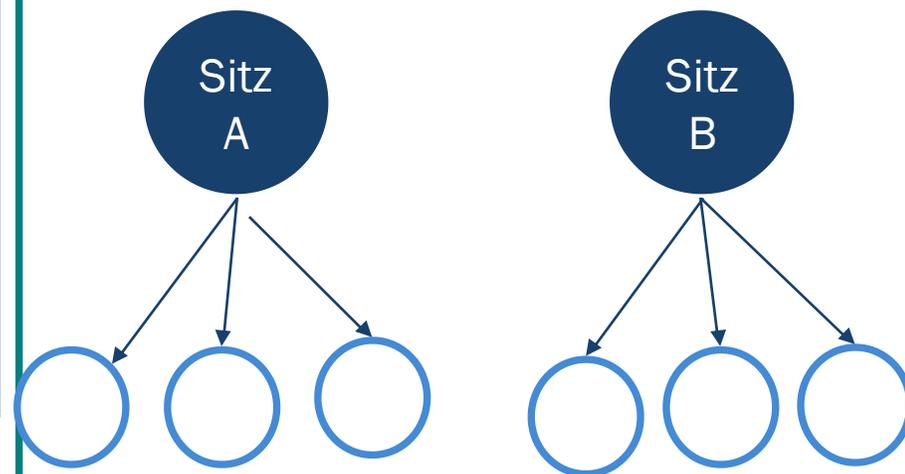
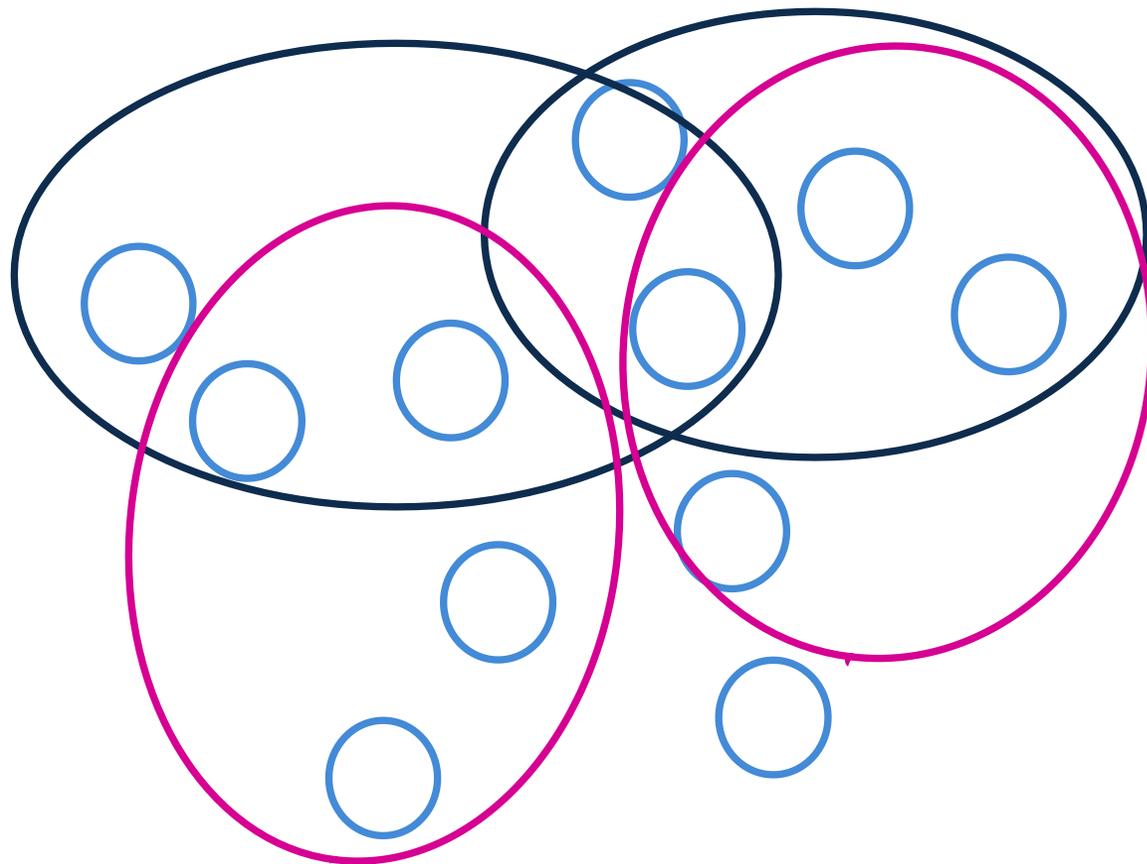
- *possono essere raggruppate in modo unico a livello individuale sulla base dei contesti cui sono legate (es., capacità di controllo delle emozioni e di concentrazione servono se affront un esame)*
- *ovvero i contesti possono essere raggruppati in modo unico a livello individuale tra loro sulla base delle abilità cui sono legati (es. situazioni che sono capace di gestire emotivamente)*

→ RAGGRUPPAMENTI IDIOSINCRATICI (cfr principio dell'equivalenza funzionale)

- *ogni individuo sviluppa rappresentazioni intorno alle proprie abilità e competenze (cfr self-efficacy)*

Raggruppamenti individuali unici di abilità (cerchi verdi) per due individui (cerchi blu e rosso) rispetto a ipotetici differenti situazioni

Raggruppamento idiosincratico
(tassonomie individuali)



Raggruppamento normativo
(tassonomie normative o btw people)

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

Codifica (encodings e beliefs): “Con che evento/individuo ho a che fare?”

- *in accordo con Kelly, la persona elabora costantemente rappresentazioni del mondo e della proprie esperienze per conferire loro significato*
- *guidano la selezione, interpretazione e organizzazione delle esperienze*
- *sono contestualizzate, cioè legate a situazioni anche altamente specifiche*
- *e organizzate in sistemi idiosincratici*

«IL COVID non esiste»

«L'informazione è guidata da poteri occulti»

«Mario è un altruista»

«io sono una persona ingenua»

«I bambini bravi non piangono»

«L'intelligenza o ce l'hai o non ce l'hai»

Codifica (encodings e beliefs) Categorie generali di classificazione

Generale vs specifico

- *“tratti”*
- *contestualizzato in schemi “se.. allora ...”*
- *“quella volta che”*

Centrale vs periferico: self-schemata centrali sono (Markus)

- più articolati
- più rapidamente attivati
- più frequentemente attivati
- rilevanti per il sé

Valenza positiva vs negativa

- *legate a componenti emotive*
- *e all'autostima*

Consapevoli vs non consapevoli

- *i pensieri automatici (Beck)*

Reali vs. possibili

- *ideale e imperativo*
- *le discrepanze del sé*
- *i sé futuri*

Codifica (encodings beliefs)

Contenuti salienti del Sistema del sé e loro evoluzione nel tempo secondo un sistema di classificazione

S. Harter

- *il sé si sviluppa attraverso il tempo*
- *divenendo progressivamente più articolato*



Età scolare

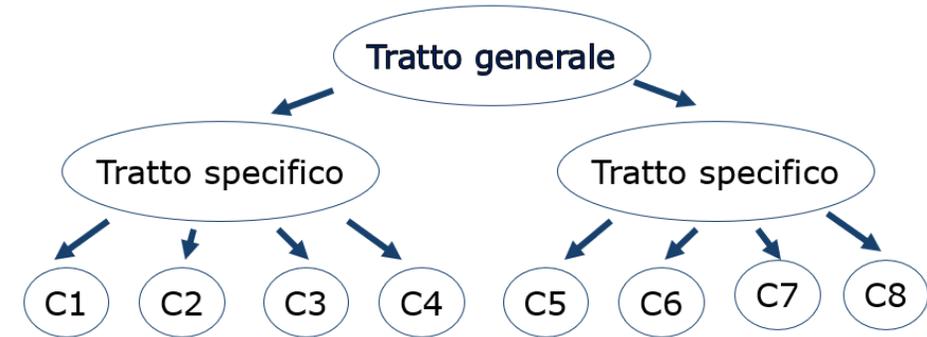
- Competenza scolastica
- Competenza atletica
- Aspetto fisico
- Accettazione da parte dei pari
- Condotta comportamentale
cui in adolescenza si aggiungono
- Condotta e moralità
- Legami d'amicizia
- Legami sentimentali

Codifica (encodings beliefs)

Classificazione o Sistema idiosincratico o unico

Teorie disposizionali:

organizzazione between = organizzazione within



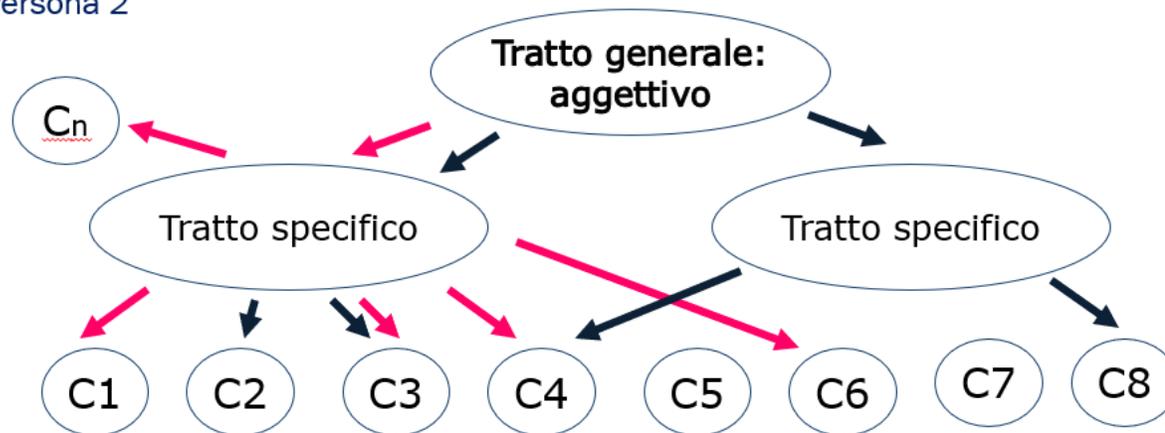
Teorie social-cognitive

organizzazione between people ≠ organizzazione within-person

ogni persona elabora i propri costrutti → unicità organizzazione intrapersonale

Persona 1

Persona 2



Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

Aspettative come credenze orientate al futuro: “Cosa accadrà?”

- *sul mondo e sulle persone e su come funziona/no, anticipando come andranno le cose in futuro*
- *così anche su se stessi (rappresentazioni del sé reale o actual self)*
- *sono contestualizzate*
- *possono essere raggruppate in modo idiosincratico aspettative ↔ contesti (es. contesti in cui mi aspetto di rilassarmi) in base all'esperienza di apprendimento*
 - *aspettative stimolo-risultato (es. sorriso → sostegno o approvazione)*
 - *aspettative comportamento-risultato (es. Regalo grande → non lo riceverò davvero)*

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

Obiettivi

- *su come si vorrebbe funzionassero le cose intorno a noi*
- *desiderando conseguire cambiamenti intorno a noi anche salienti per il sé*
- *su come si vorrebbe essere (cfr sé ideale)*
- *possono essere a breve → lungo termine*
- *quelli a breve termine hanno un impatto contingente maggiore*
- *ed è utile procedure per step verso un obiettivo a lungo termine*
- *esistono tassonomie degli obiettivi che a livello invece intra-individuale sono organizzati in modo unico*
- *obiettivi sono motore dell'azione orientate al futuro (cfr C. Dweck)*
- *e contribuiscono a sviluppare strategie di auto-regolazione*

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

Standard di valutazione

- *su come il mondo e gli altri dovrebbero essere e funzionare (standard)*
- *su come l'individuo stesso dovrebbe funzionare (cfr sé imperativo)*
- *delinano livelli di prestazioni da conseguire essendo così coinvolti negli obiettivi*
- *sono legate a standard morali (es., non si dovrebbe copiare)*
- *ma distinte da standard comportamentali da cui invece dipende la messa in atto qui ed ora di un'azione non coerente con principi morali (es., ma tutti copiano, perciò anch'io)*
- *guidano l'autovalutazione delle nostre azioni, con effetti per la rappresentazione e il benessere di sé, nonché l'auto-regolazione verso il conseguimento di obiettivi*

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

Auto-regolazione del comportamento

- legata a obiettivi e standard
- coinvolge 3 principali processi
 - *auto-monitoraggio: strategie di controllo dell'azione e di pensieri ed emozioni interferenti*
 - *auto-valutazione dell'azione che coinvolge*
 - esito raffrontato a standard personali genera una reazione emotiva che se positiva funge da auto-rinforzo e stimola a proseguire nell'azione
 - stili esplicativi
 - *auto-gratificazione: rinforzi positivi con cui premiamo l'azione, sostenendola*

The Marshmallow Test

https://www.youtube.com/watch?v=QX_oy9614HQ

Il contributo di Mischel: le variabili personali socio-cognitive secondo il modello CAPS

Emozioni

- *ogni variabile del Sistema CAPS si lega a stati emotivi*
 - *codifica: stati depressive favoriscono la percezione e interpretazione di ciò che accade in accord con la condizione umorale*
 - *aspettative: il tono umorale favorisce aspettative positive vs negative*
 - *obiettivi: generano ma dipendono dalle emozioni contingenti*
 - *strategie di autoregolazione*
- *ogni volta che un evento o un'azione è rilevante e coinvolge direttamente il sé questo ha una connotazione emotiva*
- *i processi che sottendono il funzionamento dell'individuo in termini di personalità, il sé, coinvolgono sempre componenti affettivo-motivazionali*