Studio dei vissuti emozionali

S. Borgo

C.R.P. Centro per la Ricerca in Psicoterapia – Roma

Cosa sono le emozioni in termini adattativi?

- **Un sistema filogeneticamente molto antico,**
- **per il controllo automatico dell'azione,**
- **caratterizzato dalla immediatezza (emozione, umore, atteggiamento, tratto…)**
- **con valore informativo interno ed esterno.**

Esistono emozioni distinte?
(basic emotions di Ekman)

Antecedenti tipici (situazioni probabilmente collegate).

Segni distintivi universali (espressioni facciali, riconoscimento foto).

Pattern neurofisiologici caratteristici.

Differenti sistemi di risposta (comportamenti funzionali).

Presenza in altre specie (L. Camras).

Caratterizzazione durante lo sviluppo (teoria dei sistemi dinamici)

Studio sulle emozioni di base

- **Antecedenti tipici (situazioni probabilmente collegate).**
- **Pattern neurofisiologici caratteristici.**
- **Differenti sistemi di risposta (comportamenti funzionali).**
- **Rappresentazione cognitiva caratteristica**

Analisi Standardizzata
AREE COMPORTAMENTALI

Sessuale **Esplorativo**

Alimentare

Attaccamento

Drogastico **Sociale**

Ritmo Sonno-Veglia **Rituale**

<u>Dall'esterno</u> (osservazione)

- ***Interviste video o audioregistrate***

<u>Dall'interno</u> (autosservazione)

- ***Resoconti narrativi***

Analisi Standardizzata
AREE EMOZIONALI

Ansia - Paura Dolore - Sofferenza

Rabbia Gioia

Tristezza Piacere

Rifiuto - Disgusto Interesse

<u>Dall'esterno</u> (osservazione)

- ***Interviste video o audioregistrate***

<u>Dall'interno</u> (autosservazione)

- ***Schede autosservative contestuali***
- ***Auto-intervista (soltanto interesse)***

Studio autosservativo di situazioni emozionali

165 Soggetti addestrati

7 Condizioni emozionali (ansia-paura, rabbia, tristezza, gioia, rifiuto-disgusto, dolore-sofferenza, piacere)

1004 Resoconti scritti

811 Immagini

240 Resoconti completi (dialogo interno, immagini, sensazioni, comportamento)

SITUAZIONE:

	COMPORTAMENTO	SENSAZIONI	DIALOGO INTERNO	IMMAGINI
PRIMA DURANTE DOPO				

Analisi dei dati

Situazioni: eventi scatenanti l'emozione

Dialoghi interni (DI)

Immagini

Congruenza tra DI e immagine (stesso evento)

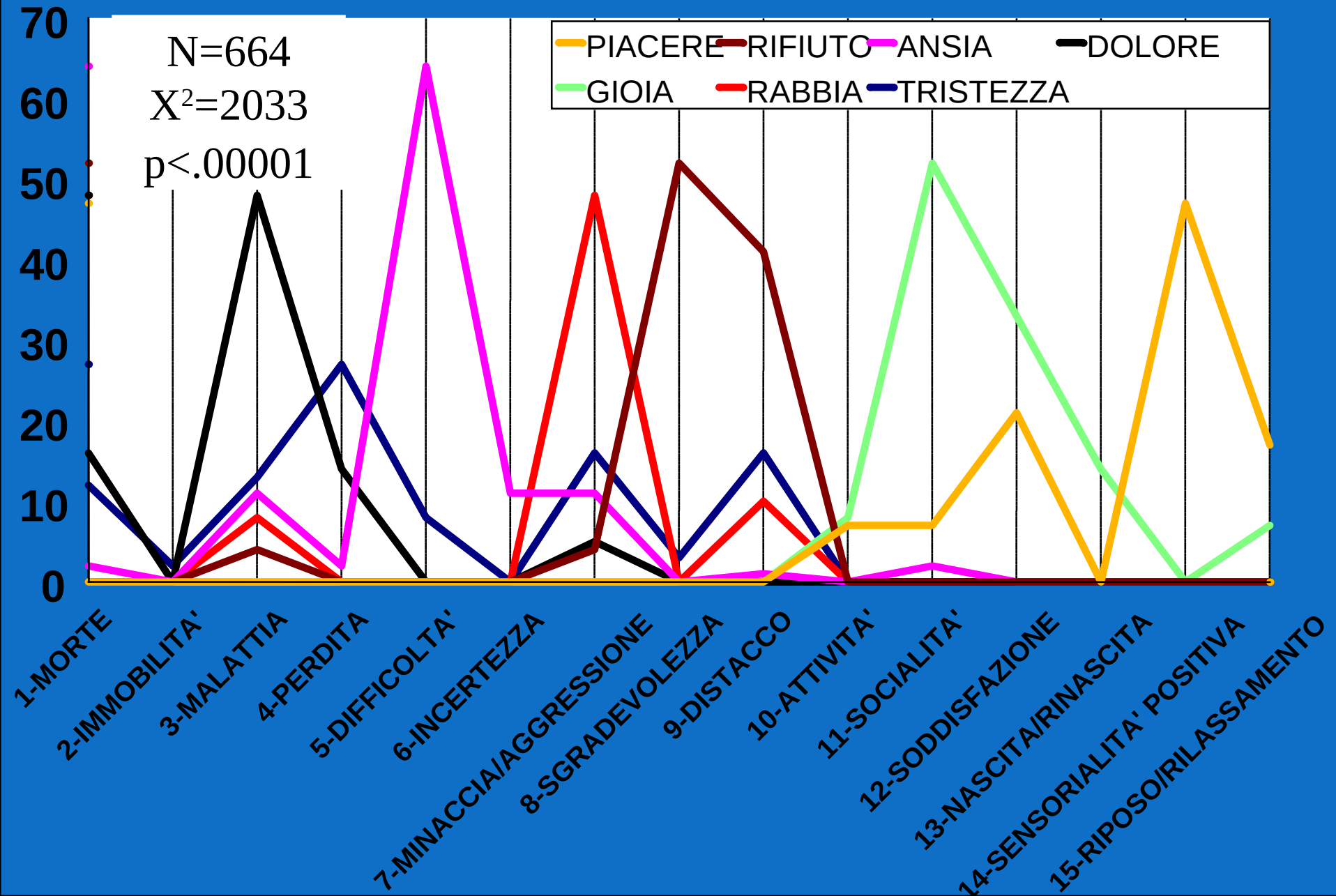
Sensazioni e comportamenti

Relazione tra le 4 variabili autosservate:

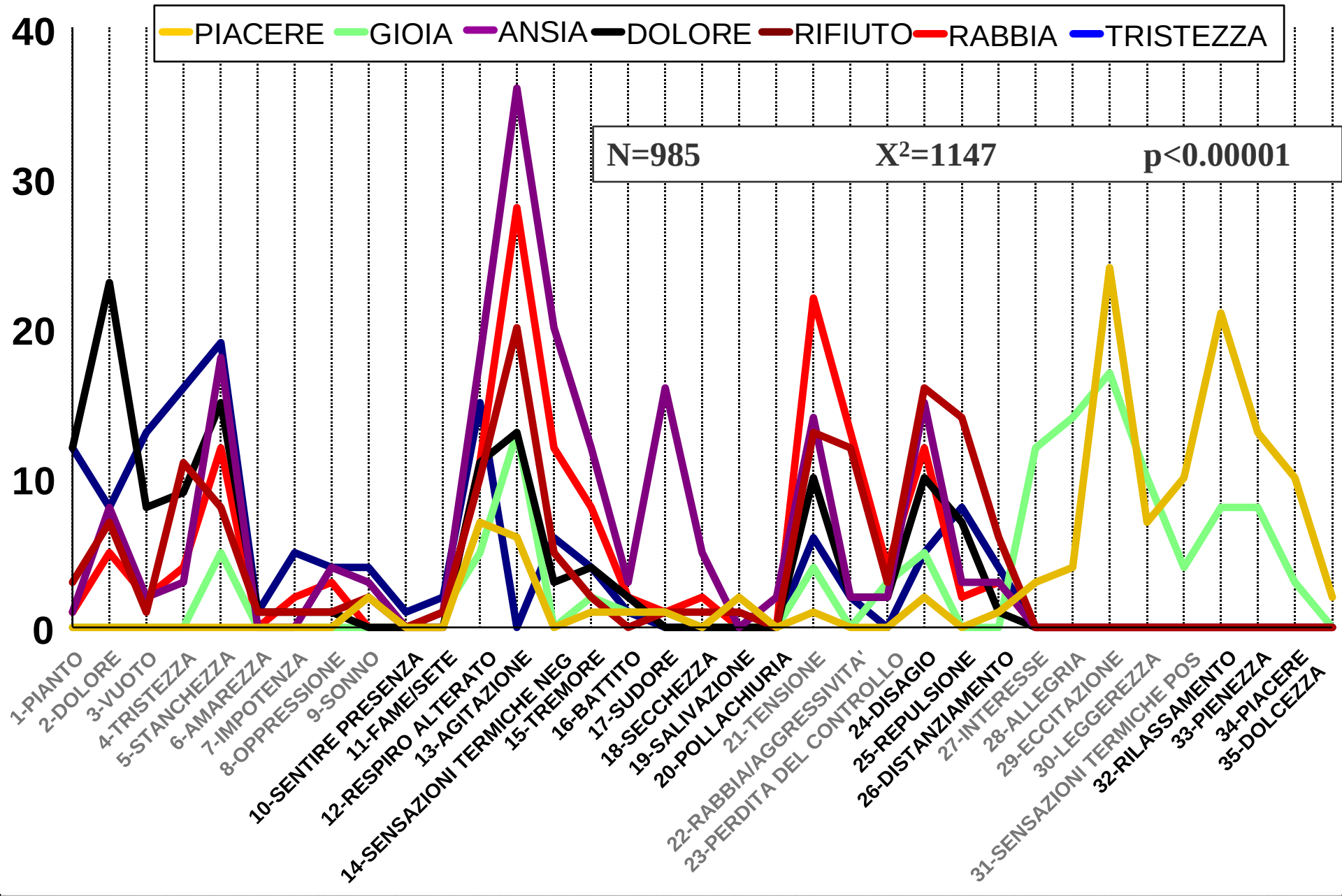
DI, immagini, comportamenti e eventi

Analisi quantitativa

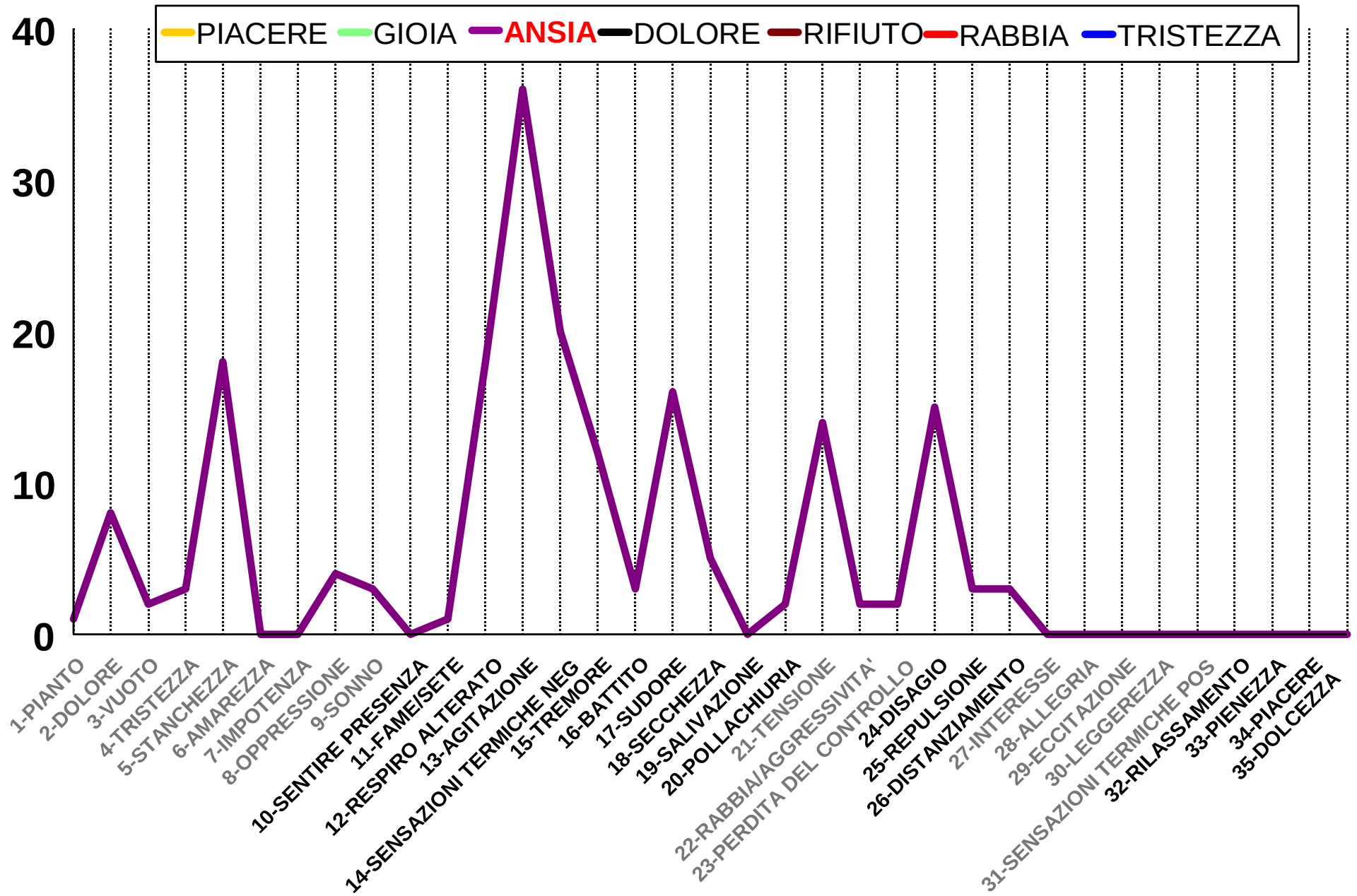
Spettro delle situazioni



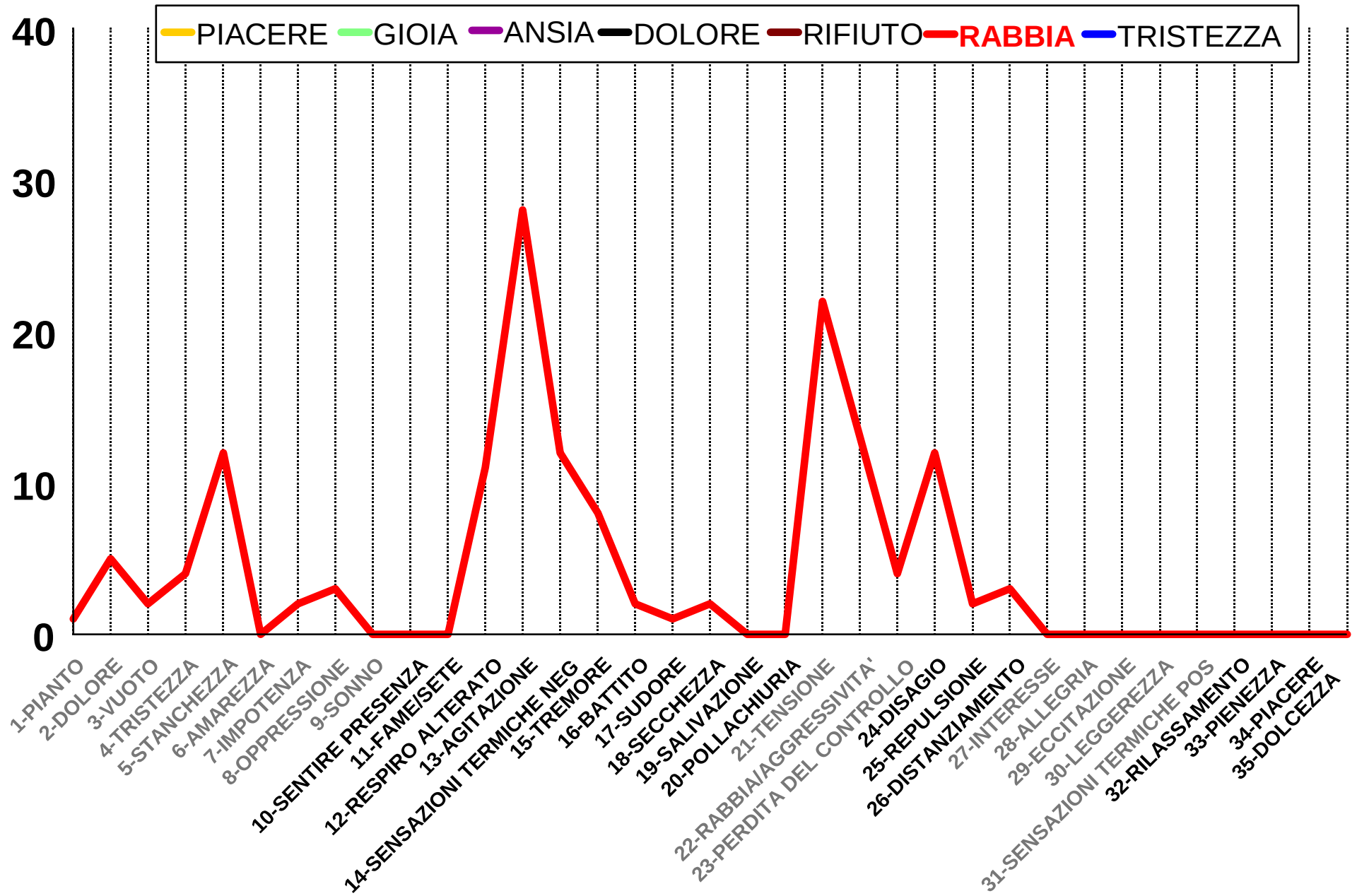
Spettro delle sensazioni



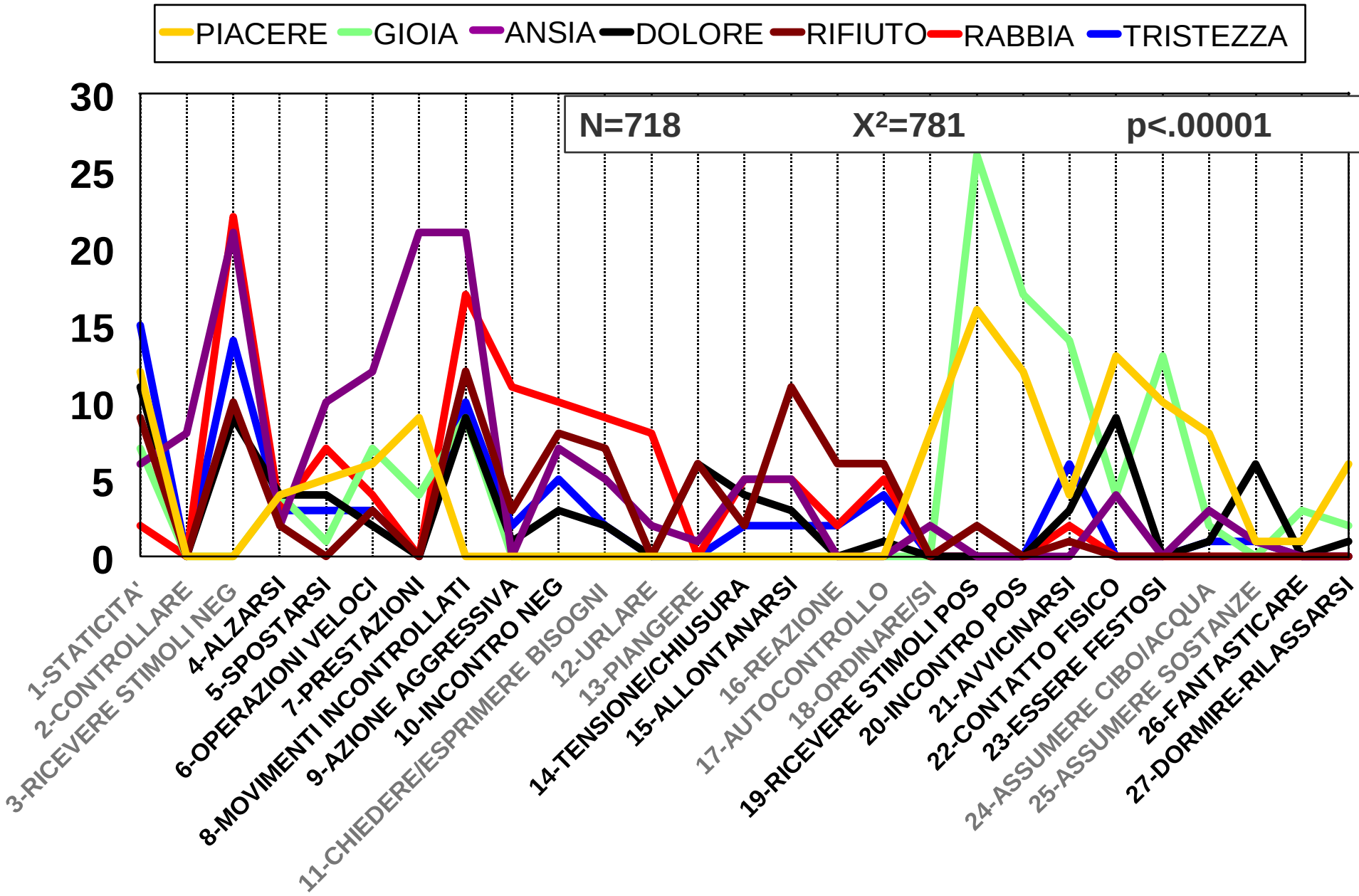
Spettro delle sensazioni



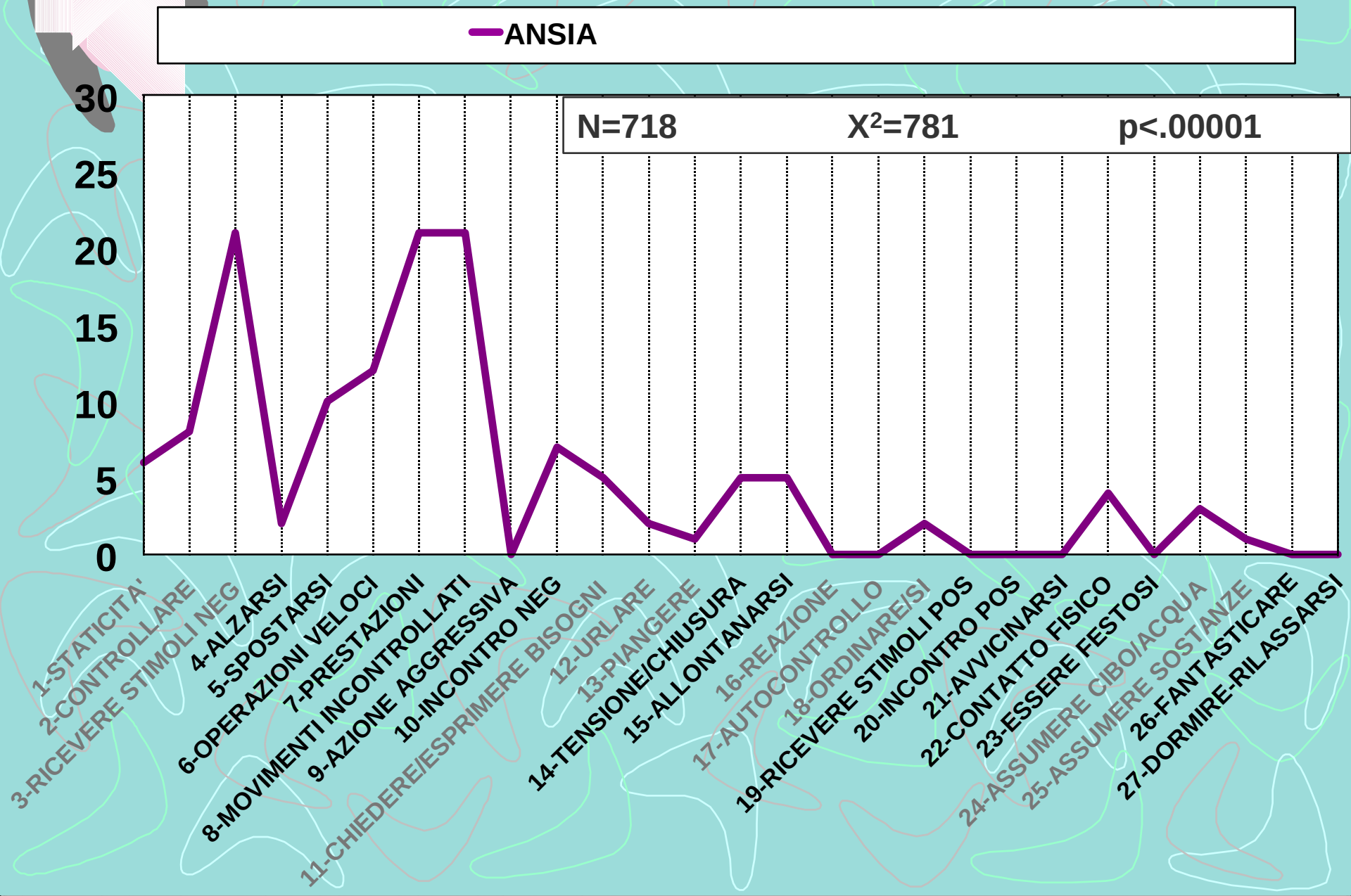
Spettro delle sensazioni



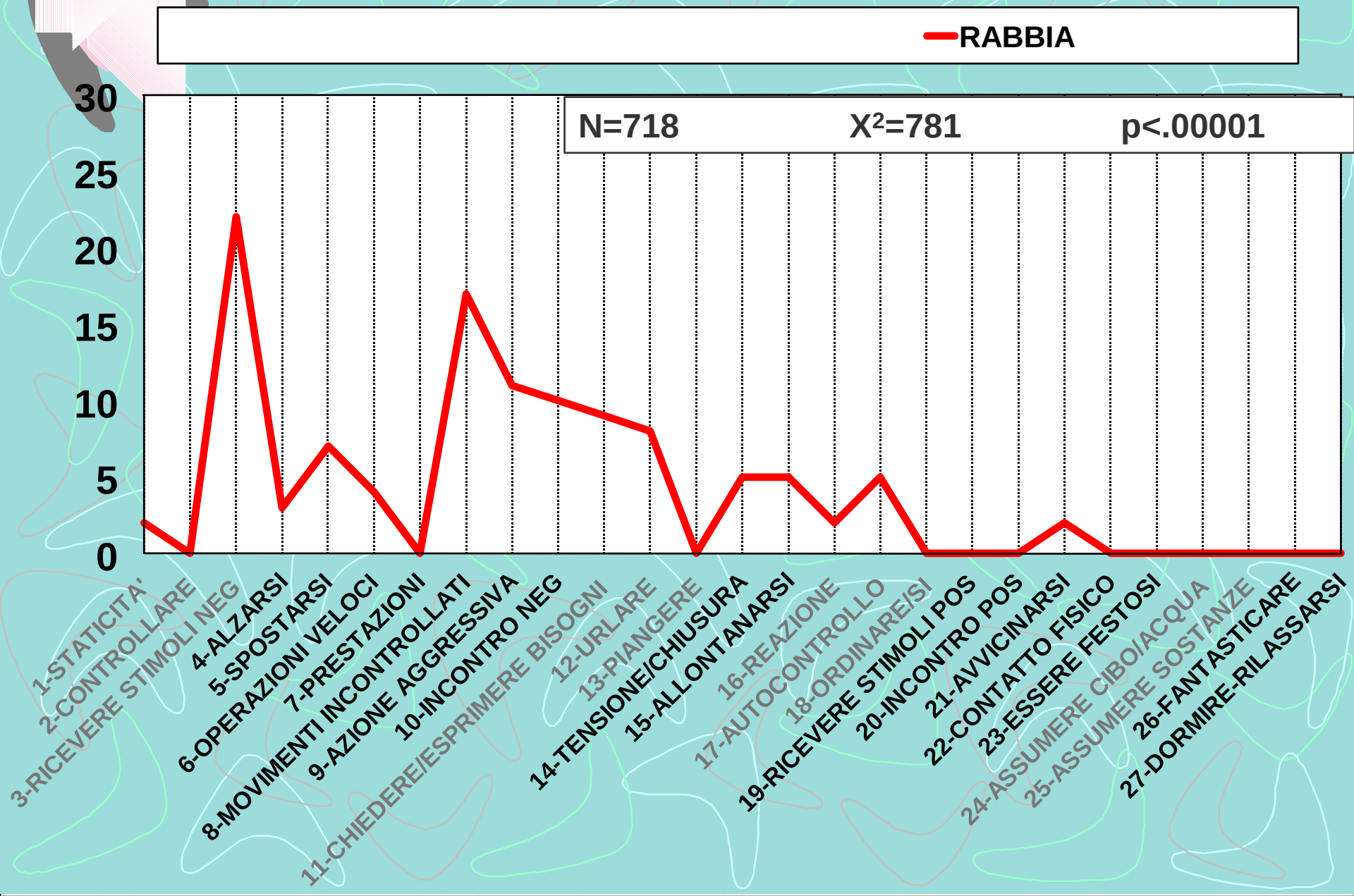
SPETTRO DEI COMPORTAMENTI



SPETTRO DEI COMPORTAMENTI



SPETTRO DEI COMPORTAMENTI



Classi di comportamenti

- 1- Risposte automatiche immediate
- 2- Comportamenti finalizzati
- 3- Comportamenti di autoregolazione emozionale (riduzione del disagio, autogratificazione)

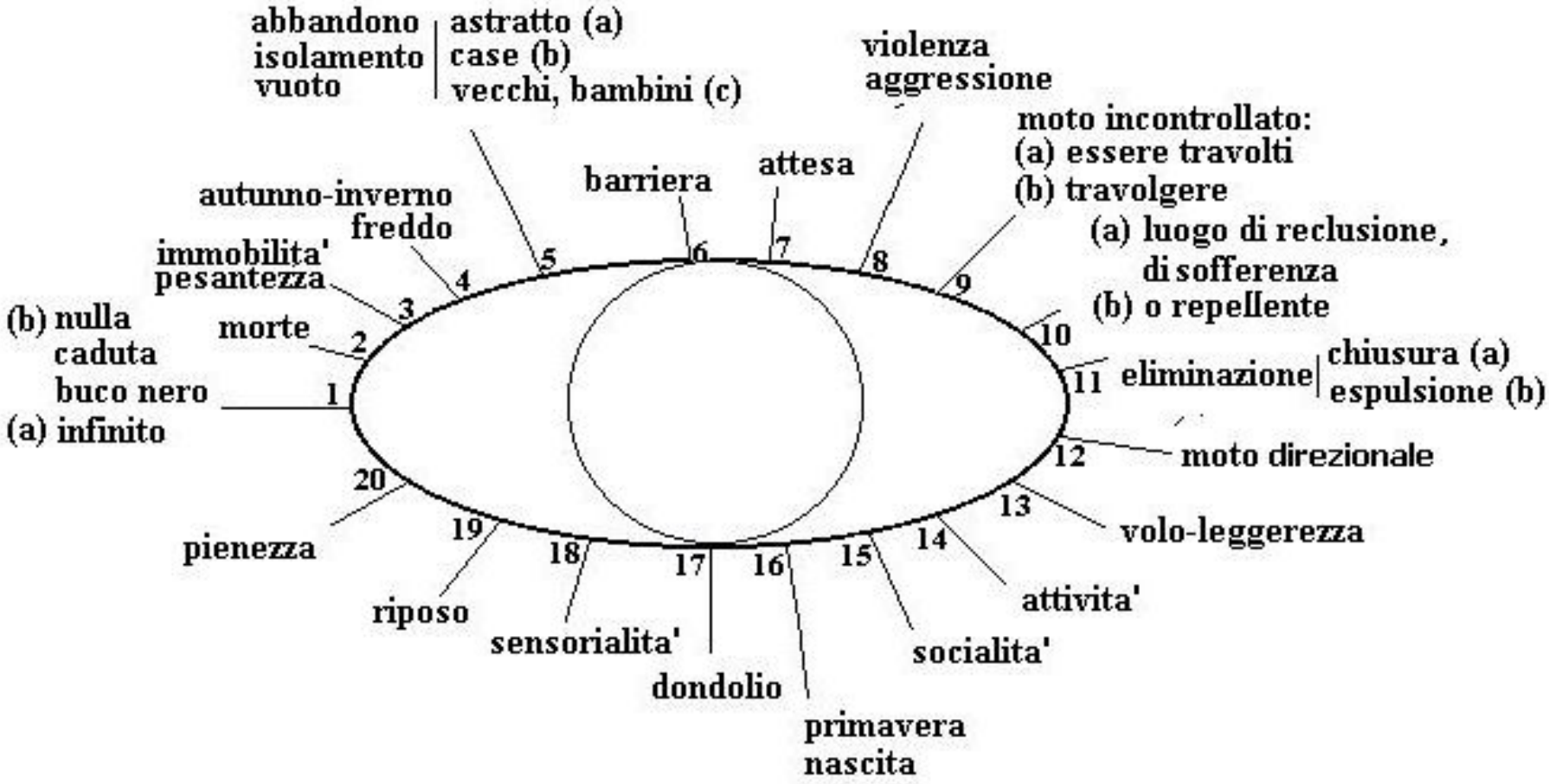
Ansia

- 1 Fuga
- 2 Prestazione (funzionale a affrontare situazioni difficili)
- 3 Controllare/ Ordinare (riduz. incertezza) – Assumere cibo (autogratificazione)

Rabbia

- 1 Attacco
- 2 Affermazione
- 3 Movimento veloce (impazienza – riduzione della tensione)

SET SEMANTICI

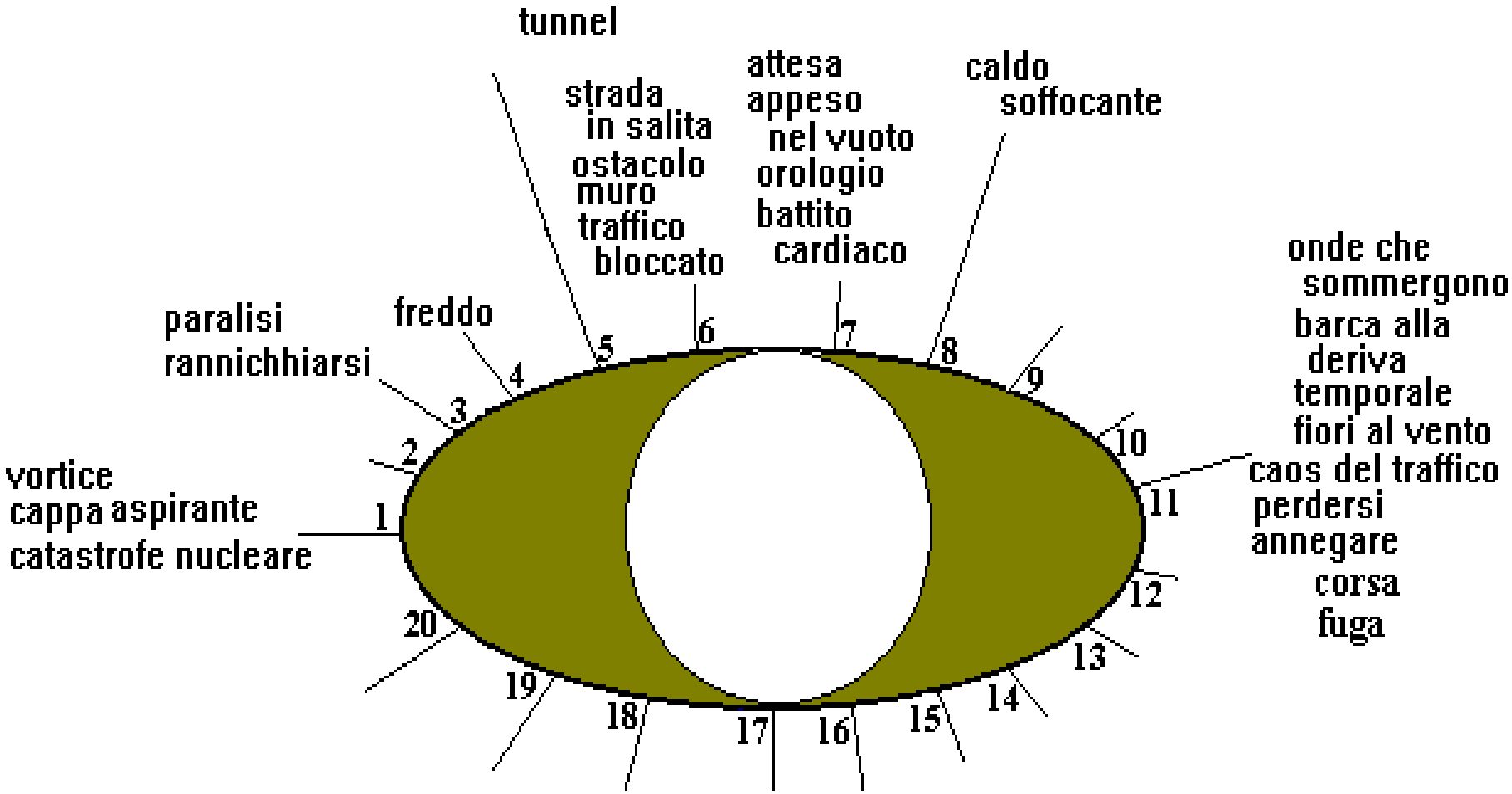


ANSIA

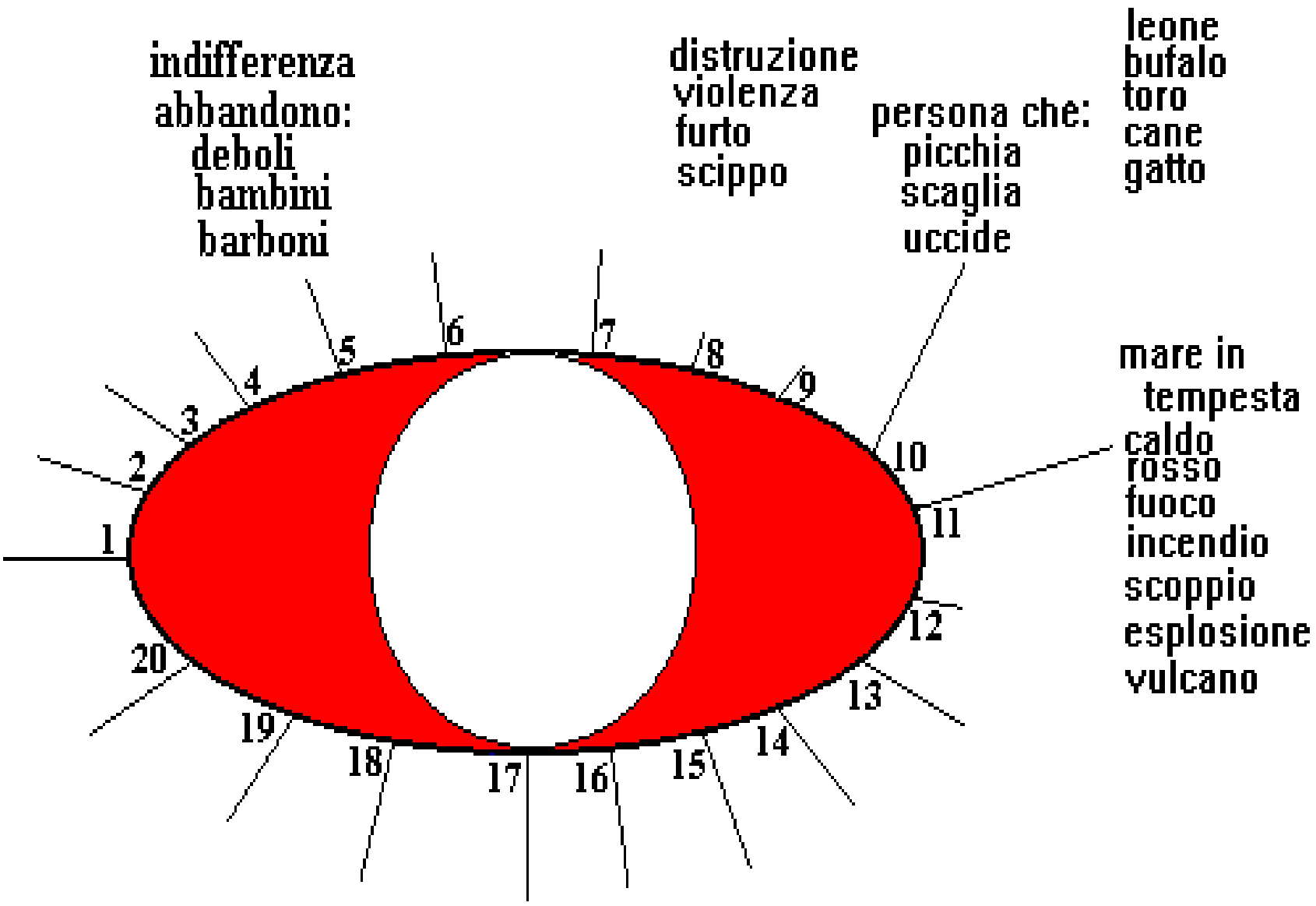
a:
vuoto
silenzio
buio
nebbia

b:
deserto
strada
isolata

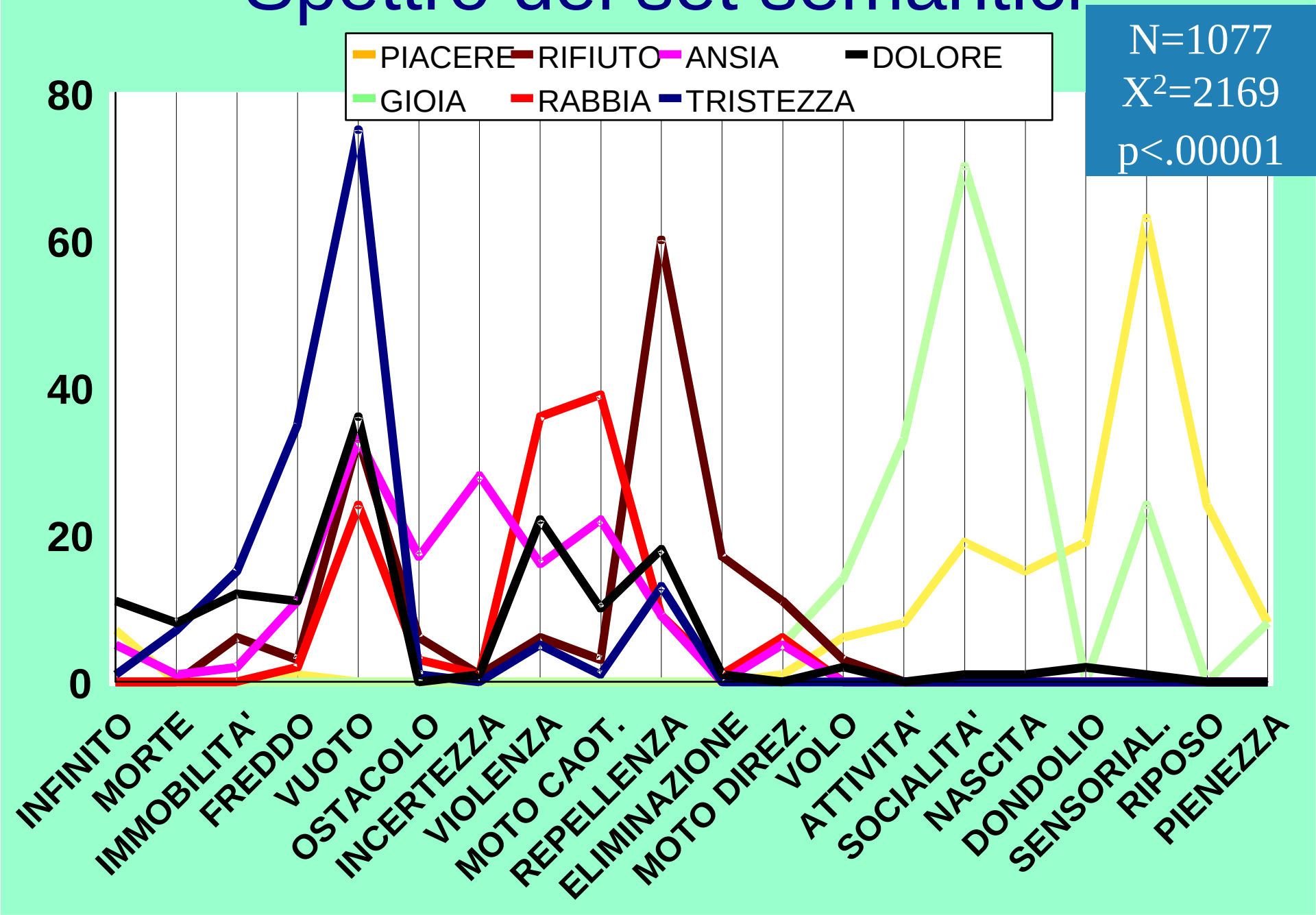
c:
bambino al
buio



RABBIA


indifferenza
abbandono:
deboli
bambini
barboni
distruzione
violenza
furto
scippo
persona che:
picchia
scaglia
uccide
leone
bufalo
toro
cane
gatto
mare in
tempesta
caldo
rosso
fuoco
incendio
scoppio
esplosione
vulcano
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

Spettro dei set semantici



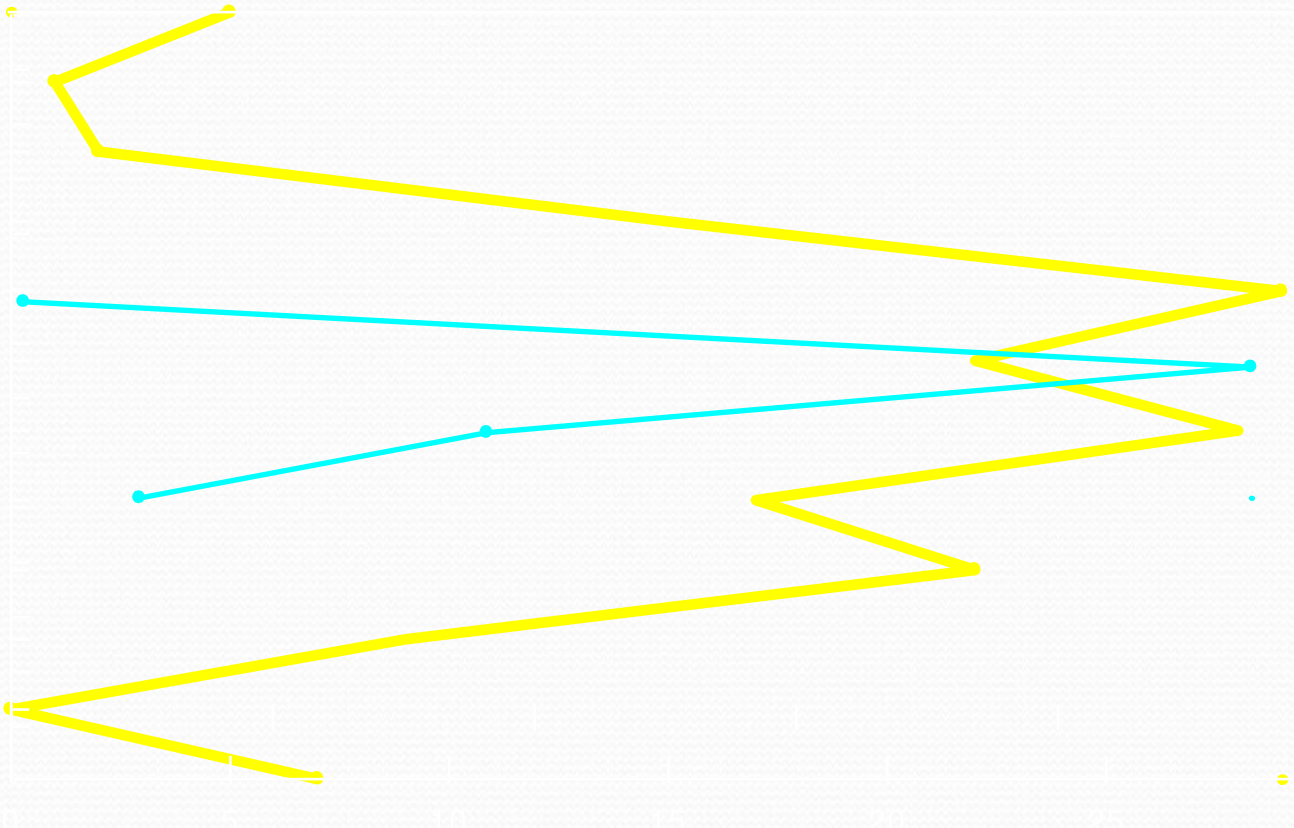
N=1077

X^2=2169

p<.00001

Anxiety - Situations and semantic sets of images

VORTEX - 1
DEATH - 2
PARALYSIS - 3
UNCERTAIN WEATHER - 4
ISOLATION - 5
DIFFICULTY - 6
UNCERTAINTY - 7
AGGRESSION - 8
CHAOS - 9
CONSTRAINT - 10
ELIMINATION - 11
DIRECT. MOTION - 12



Dialogo interno e immagini: non rapporto significativo

Dialoghi interni: estrema variabilità individuale

ANALISI QUALITATIVA

SITUAZIONE: *FARE UN INTERVENTO A LEZIONE*

	COMPORTAMENTO	SENSAZIONI	DIALOGO INTERNO	IMMAGINI
PRIMA	ASCOLTARE	TACHICARDIA SENSAZIONE DI VUOTO DIFFICOLTÀ DI RESPIRO DEPERSONALIZZAZIONE SENSAZIONE DI SVENIRE	DECIDO DI PARLARE *LAVAGNA BIANCA* PERCHÉ QUESTO EFFETTO? MI SENTO MINACCIATA MI FA SCATTARE IL PANICO	
DURANTE	PARLARE	(Come sopra ma più forte) VOCE MALFERMA	ORA O MAI PIU' PARLARE IL MENO POSSIBILE GUARDA LORO COME SONO AGGRESSIVI NON HO IL CORAGGIO DI REPLICARE	*PRECIPITARE DENTRO UN IMMENSO TRITACARNE*
DOPO	NON PARLARE	TACHICARDIA SENSO DI SOFFOCAMENTO	*VASO DI COCCIO IN MEZZO AI VASI DI FERRO* NON RIESCO A COMPETERE L'HO APPRESO COSÌ BENE QUALCOSA DI STRUTTURALE	

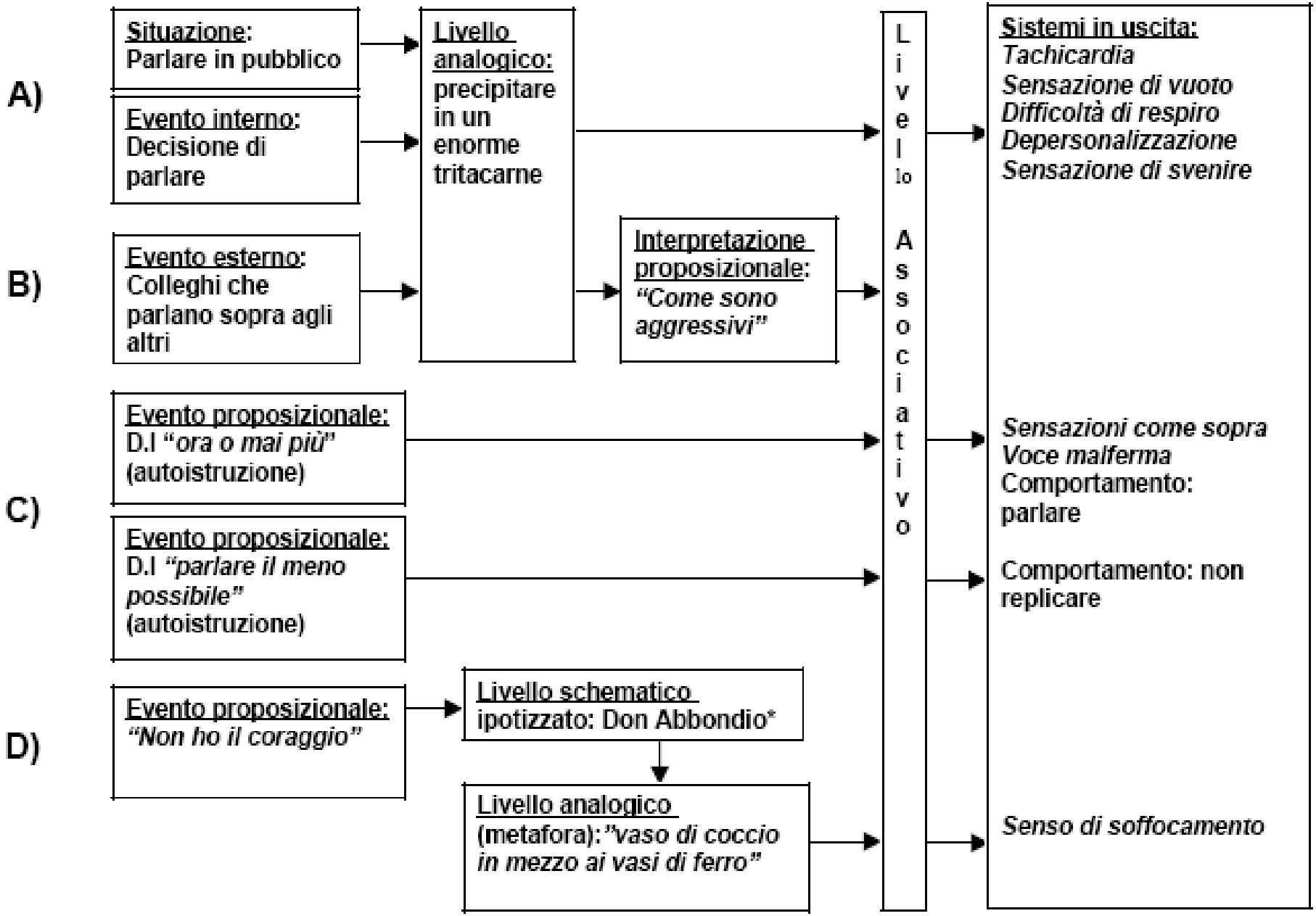


Fig. 6 - Modello SPAARS (Power and Dalgleish, 1997) modificato a 4 vie

*"Abbondio non nobile, non ricco, coraggioso ancora meno...come un vaso di terracotta costretto a viaggiare in compagnia di molti vasi di ferro" (Manzoni, I Promessi Sposi)

ANALISI CLINICA

SITUAZIONE: *FARE UN INTERVENTO A LEZIONE*

	COMPORTAMENTO	SENSAZIONI	DIALOGO INTERNO	IMMAGINI
PRIMA	ASCOLTARE	TACHICARDIA SENSAZIONE DI VUOTO DIFFICOLTÀ DI RESPIRO DEPERSONALIZZAZIONE SENSAZIONE DI SVENIRE	DECIDO DI PARLARE *LAVAGNA BIANCA* PERCHÉ QUESTO EFFETTO? MI SENTO MINACCIATA MI FA SCATTARE IL PANICO	
DURANTE	PARLARE	(Come sopra ma più forte) VOCE MALFERMA	ORA O MAI PIU' PARLARE IL MENO POSSIBILE GUARDA LORO COME SONO AGGRESSIVI NON HO IL CORAGGIO DI REPLICARE	*PRECIPITARE DENTRO UN IMMENSO TRITACARNE*
DOPO	NON PARLARE	TACHICARDIA SENSO DI SOFFOCAMENTO	*VASO DI COCCIO IN MEZZO AI VASI DI FERRO* NON RIESCO A COMPETERE L'HO APPRESO COSÌ BENE QUALCOSA DI STRUTTURALE	

Grazie per l’attenzione