



Classificazione Decimale Dewey:

155.4 (23.) PSICOLOGIA INFANTILE

FULVIA CIGALA FULGOSI

DORINA DI SABATINO

PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO INFANTILE





©

ISBN
979-12-218-1665-5

PRIMA EDIZIONE
ROMA 27 GENNAIO 2025

INDICE

7	<i>Introduzione</i>
9	Capitolo I Lo sviluppo infantile 1.1. La realtà biologica, 10 – 1.2. La percezione, 17 – 1.3. La memoria, 24 – 1.4. Il pensiero, 31 – 1.5. L'intelligenza, 37 – 1.6. La comunicazione e il linguaggio, 44 – 1.7. La sfera emotiva, 61 – 1.8. La motivazione, 72 – 1.9. L'apprendimento, 76 – 1.10. Il sogno, 83 – 1.11. La creatività, 88
99	Capitolo II Le teorie dello sviluppo 2.1. Le teorie dello sviluppo cognitivo, 100 – 2.2. Le teorie psicodinamiche dello sviluppo, 124
147	Capitolo III La teoria della nascita 3.1. Le tappe dello sviluppo psichico, 148 – 3.2. L'adolescenza, 159 – 3.3. La sessualità, 163 – 3.4. Le problematiche dello sviluppo, 167
177	Capitolo IV La socializzazione 4.1. Il processo di socializzazione, 177 – 4.2. Le dinamiche di gruppo, 181 – 4.3. Gli atteggiamenti sociali, 186

6 *Indice*

209 Capitolo v

La ricerca sulla psiche nella storia

5.1. Dalle origini all’Illuminismo, 210 – 5.2. L’emergenza dell’inconscio nell’Ottocento e lo sviluppo della psicoterapia, 226

243 *Bibliografia*

INTRODUZIONE

Lo sviluppo psicologico dell’essere umano consiste nella progressiva acquisizione e modificazione di capacità cognitive, affettive e relazionali che si svolge lungo l’intero arco della vita nella stretta interazione tra maturazione biologica, influenza dell’ambiente e apprendimento. Ma l’oggetto primario di ricerca della psicologia dello sviluppo è il periodo che va dalla prima infanzia all’adolescenza, poiché è in questa fase della vita che l’identità dell’individuo affonda le radici.

La straordinaria importanza dell’infanzia nello sviluppo umano non deve stupire, se pensiamo che il tratto biologico distintivo dell’*Homo sapiens*, rispetto alle specie animali e alle altre specie umane estinte, è proprio il notevole allungamento del periodo di accudimento del bambino. Grazie al prolungato stato di fragilità ed impotenza fisica, durante il quale dipende dalle cure parentali, il piccolo dell’uomo apprende, sperimenta ed affina le sue capacità psichiche ed affettive, fino al pieno sviluppo di un’attività mentale complessa e alla strutturazione della sua identità.

Il filo conduttore del lavoro è una visione integrata dello sviluppo del bambino, basata sulla sua unità psicofisica e sulla stretta interdipendenza tra la sfera fisiologica, cognitiva, affettiva e sociale nella strutturazione della sua identità. In questa prospettiva, evidenziamo la centralità dei legami affettivi vissuti nella prima infanzia e mettiamo in luce come la fusione armonica tra il corpo e la mente si sviluppi nel rapporto

interumano e come la conquista dell'autonomia e la maturazione psicologica del bambino passino attraverso un continuo movimento di separazione interiore dalle figure adulte di riferimento.

In linea con tale impostazione, nel primo capitolo tracciamo le fasi dello sviluppo infantile sul piano fisiologico, cognitivo ed emotivo, esponendo in sintesi le caratteristiche basilari delle diverse funzioni della mente che concorrono al processo evolutivo, interessandoci anche ad alcuni aspetti fondanti nello sviluppo della personalità, spesso trascurati, come il sogno, la creatività e la sessualità.

Nel secondo capitolo presentiamo un quadro esaustivo delle principali teorie cognitiviste e psicodinamiche dello sviluppo infantile, improntato al confronto delle differenti elaborazioni di pensiero degli autori, analizzate nel contesto storico-culturale.

Nel terzo capitolo, attingendo all'impostazione teorica dello psichiatra Massimo Fagioli, concentriamo l'attenzione sulle tappe dello sviluppo psichico dalla prima infanzia all'adolescenza, strettamente legato alle dinamiche di rapporto vissute dal bambino, ed evidenziamo le problematiche che possono intervenire ad ostacolarlo.

Nel quarto capitolo, incentrato sul processo di socializzazione, esaminiamo le molteplici dinamiche interumane che caratterizzano la vita di gruppo e gli atteggiamenti sociali che sono alla base di fenomeni oggi diffusi ed allarmanti, come il conformismo, il pregiudizio, il razzismo e la violenza, che possono influenzare negativamente la fase dello sviluppo.

Il quinto capitolo presenta una veloce carrellata storico-filosofica, a carattere interdisciplinare, sulla ricerca compiuta dall'uomo, fin dai tempi più antichi, per arrivare alla conoscenza delle dimensioni profonde non coscienti.

Ogni capitolo è corredata da letture di approfondimento su temi di particolare interesse, che possono fornire al lettore ulteriori spunti di riflessione.

CAPITOLO I

LO SVILUPPO INFANTILE

Al percorso evolutivo attraverso cui il bambino struttura la sua mente ed arriva a conoscere la realtà, concorrono in uno stretto intreccio la maturazione biologica, il progresso delle specifiche abilità cognitive e le dinamiche affettive e relazionali vissute.

L'interdipendenza tra il corpo e la mente va sempre tenuta presente nello studio dello sviluppo infantile, che è il risultato dell'interazione di tutte le funzioni psichiche: la percezione, la memoria, il pensiero, la comunicazione, il linguaggio. Ed è indubbio che la maturazione della mente, ovvero la capacità di comprendere, interpretare e rapportarsi alla realtà in modo sempre più evoluto, non può essere confinata all'acquisizione di abilità e competenze a carattere razionale e strumentale.

Infatti, nello sviluppo globale del bambino, è essenziale la componente emotiva, che comprende tutto il vasto mondo del 'sentire' umano. Le emozioni, la sensibilità e gli affetti sono il nucleo e il fondamento della vita cognitiva e relazionale dell'uomo; insieme alle dimensioni irrazionali del sogno e della creatività, costituiscono la linfa vitale della motivazione, dell'apprendimento e di ogni conquista conoscitiva, sul piano intellettuale e nel rapporto interumano.

1.1. La realtà biologica

La realtà biologica e la realtà psichica, nella vita dell’essere umano, sono inscindibili: quando pensiamo entrano in attività intere catene di neuroni del sistema nervoso; i nostri stati d’animo o una sofferenza psicologica determinano reazioni fisiche dell’organismo, così come un malesere fisico influisce sui nostri stati emotivi. Lo stesso sviluppo cerebrale del bambino e quello motorio derivano dalla stretta interazione tra la mente e il corpo, tra la costituzione genetica e gli stimoli ambientali.

Il patrimonio genetico

La specie umana è dotata di un patrimonio genetico, ovvero di determinate caratteristiche biologiche ereditarie che ne permettono l’adattamento all’ambiente e quindi la sopravvivenza.

Nel nucleo di ogni cellula del nostro corpo si trovano 46 cromosomi, costituiti da una molecola organica lineare che presenta una tipica struttura a doppia elica: il DNA (o *acido desossiribonucleico*), che ha la funzione di trasmettere le caratteristiche genetiche. I cromosomi sono suddivisi in 23 coppie: 22 coppie (*cromosomi omologhi*) sono identiche nelle cellule di entrambi i sessi, mentre nell’ultima coppia i cromosomi sono diversi: nei maschi troviamo la *combinazione XY*, nelle femmine la *combinazione XX*.

I *geni* corrispondono a segmenti ben definiti di DNA e rappresentano gli elementi ereditari, nel senso che ogni coppia di geni presenti su cromosomi omologhi è responsabile per lo stesso tratto caratteristico dell’individuo; essi sono deputati alla formazione di numerosissime proteine, gli elementi costitutivi della cellula.

Le *cellule sessuali*, l’ovulo femminile e lo spermatozoo maschile, contengono la metà dei cromosomi. Al momento della fecondazione i 23 cromosomi paterni e i 23 materni si accoppiano per dare origine ad una cellula di 46 cromosomi, che è all’origine di una nuova vita; ma mentre gli ovuli hanno tutti un cromosoma X, la metà degli spermatozoi presenta il cromosoma X, l’altra metà il cromosoma Y: quando lo spermatozoo feconda l’ovulo, si può quindi formare una *coppia XX* oppure una *coppia XY*.

Questa fusione di cromosomi prende il nome di ‘ricombinazione sessuale’, grazie alla quale il neonato eredita la metà del suo patrimonio

genetico dalla madre e l'altra metà dal padre: l'incontro dei cromosomi materni e paterni può formare milioni di combinazioni diverse. Ciascun individuo deriva, quindi, da una combinazione unica e irripetibile di geni, che è alla base della diversità genetica e dell'assoluta unicità di ogni essere umano; solo i gemelli monozigoti, che provengono da un unico uovo fecondato, non presentano alcuna diversità genetica.

Il nostro DNA si differenzia soltanto per il 2% da quello dei primati a noi più vicini nella scala evolutiva e questo ci fa comprendere che la distanza della specie umana dalle specie animali è *qualitativa* più che quantitativa. Il salto evolutivo dall'animale all'*Homo sapiens* si esprime nella grande espansione, nel cervello dell'uomo, della corteccia che, invece, è quasi assente nei primati.

Il nucleo della specificità del DNA umano sta, quindi, nella potenzialità di sviluppare il *pensiero creativo*, che il DNA degli animali non possiede. Ne deriva che, nel processo evolutivo del genere umano, la componente biologica si integra indissolubilmente con il fattore culturale e proprio per questo l'uomo non è soggetto al determinismo biologico e alle rigide leggi dell'istinto animale.

A lungo, nel campo della psicologia, si è dibattuto se la formazione della personalità dell'individuo derivi dalla natura o dalla cultura, ovvero dai fattori ereditari o da quelli ambientali. La risposta a questa domanda mette in gioco visioni contrapposte sulla natura umana e sulle sue possibilità trasformative, poiché l'idea della preponderanza dell'eredità genetica, ovviamente immodificabile, toglie significato ai concetti di scelta e di libertà dell'individuo nel realizzare la propria esistenza.

Riferendoci alle caratteristiche specifiche del patrimonio genetico umano, possiamo osservare che se i fattori genetici sono fondamentali nel determinare la costituzione fisica dell'individuo, per quanto riguarda il suo sviluppo psichico è prioritaria l'influenza dell'ambiente, della cultura e del rapporto interumano, in particolare di quello vissuto nei primi anni di vita.

Lo sviluppo del cervello nel bambino

Alla nascita, quando la luce, stimolando la retina che è costituita da sostanza cerebrale, attiva il funzionamento della corteccia, il numero

dei neuroni del cervello del neonato è quasi completo, mentre le connessioni sinaptiche, ancora immature, continueranno a moltiplicarsi incessantemente formando reti neurali sempre più complesse.

Ad un anno la corteccia frontale, l'area associata con la capacità di regolare ed esprimere le emozioni ed i pensieri, incrementa ulteriormente la sua attività e, in sinergia con lo sviluppo motorio, determina nel bambino la spinta ad esplorare il mondo e a realizzare la propria indipendenza.

All'età di due-tre anni si verifica un progressivo ispessimento e aumento del volume della corteccia, con una moltiplicazione esponenziale delle connessioni sinaptiche, che si ridurrà solo dopo la pubertà; in questa fase, il cervello umano è paragonabile ad una 'spugna' capace di assorbire una gran massa di nozioni e informazioni. Lo sviluppo del cervello prosegue poi fino alla completa maturazione al termine dell'adolescenza.

Un tempo si pensava che la maturazione neurologica derivasse esclusivamente dal programma genetico; oggi si è arrivati, invece, alla convinzione che lo sviluppo del cervello, fatte salve le basi genetiche, avvenga attraverso le esperienze e l'apprendimento, che è legato agli stimoli ambientali e relazionali. Le neuroscienze, infatti, hanno evidenziato che sono le esperienze a determinare la creazione delle reti neurali, la moltiplicazione e la modificazione delle connessioni sinaptiche, la selezione e l'attivazione di alcune reti neuronali piuttosto che di altre, in un processo di continua riorganizzazione.

Se nessuna mente è uguale all'altra è proprio perché le esperienze relazionali sono diverse per ciascun individuo. Sono essenzialmente i rapporti, vissuti attraverso la comunicazione non verbale nei primi mesi di vita, a orientare la qualità dell'apprendimento e il relativo sviluppo delle strutture neurali e mentali, che è senza dubbio favorito dalla sintonia che si crea tra il neonato e le persone che lo accudiscono.

Dalla moderna concezione del cervello come 'organo unitario e indivisibile', che funziona grazie al lavoro coordinato di diverse aree e formazioni interconnesse, possiamo trarre una riflessione a carattere psicologico.

La corteccia, la formazione più recente nella evoluzione della specie, ha il fondamentale compito di regolare e coordinare il funzionamento

globale del sistema nervoso, ma le attività cognitive ‘superiori’ cui essa presiede sono strettamente collegate all’attività del sistema più arcaico sottocorticale, sede degli istinti e delle emozioni.

La corteccia, dunque, elabora gli impulsi e l’emotività dell’uomo trasformandoli in cultura, pensieri e rapporti creativi: è così che nell’essere umano si crea l’armonia tra gli affetti e la conoscenza, tra il corpo e la mente.

L’equilibrio e l’integrazione tra il ‘pensiero emozionale’ ed il ‘pensiero razionale’ sono fondamentali. Sbagliamo, quindi, quando usiamo il cervello per controllare le emozioni e ragionare ‘freddamente’, mortificando una parte di noi a scapito dell’altra: in questo modo rinunciamo alla naturale integrità della nostra mente, diventiamo astratti e perdiamo la nostra umanità.

La plasticità del cervello

È importante sottolineare la grande *plasticità funzionale* di cui è dotato il cervello, un organo dinamico che come abbiamo visto, è in grado di modificarsi in relazione ai fattori ambientali e alle esperienze personali, grazie alla crescita dei dendriti e alla formazione di sempre nuove sinapsi; ricordiamo che questo non vale per la parte più antica del cervello, poiché i centri sottocorticali non hanno alcuna plasticità e non hanno subito variazioni nell’evoluzione filogenetica.

È proprio grazie ai numerosissimi e sempre nuovi *collegamenti sinaptici* tra le vie nervose del cervello che l’essere umano è in grado di apprendere, memorizzare e collegare un’enorme quantità di stimoli ambientali: può così stabilire infiniti nessi e creare percorsi conoscitivi liberi e imprevisti.

Alla nascita, il patrimonio genetico ci mette a disposizione un gran numero di differenti organizzazioni neuronali, che corrispondono ad innumerevoli abilità potenziali: all’inizio ne mettiamo in azione solo una parte, mentre altre restano disponibili, come una riserva di possibilità capaci di attivarsi in seguito, qualora si rendano necessarie.

Questo è vero in particolare durante l’infanzia. Facciamo l’esempio di un bambino indio che nasce nella foresta amazzonica: dal punto di

vista neuronale il suo cervello è identico a quello di un bambino che nasce in una metropoli occidentale, ma le abilità richieste per interagire in modo efficace con l'ambiente sono molto diverse. Il piccolo indio attiverà i circuiti cerebrali che gli permettono di riconoscere stimoli (acustici, visivi, olfattivi) che al bambino metropolitano passerebbero del tutto inosservati. Quest'ultimo, dovendo affrontare situazioni differenti, ma altrettanto complesse, come ad esempio attraversare una strada trafficata, metterà in moto altri tipi di collegamenti neuronali. Ma se i due bambini si scambiassero l'ambiente di vita, si riattiverebbero, in tempi più o meno lunghi, le reti neuronali utili all'adattamento al nuovo habitat che sperimentano.

È fuor di dubbio, inoltre, che la grande plasticità del cervello permette al bambino di ripristinare le funzioni compromesse da una lesione cerebrale. Ciò è particolarmente evidente quando un danno colpisce l'emisfero sinistro: fino alla pubertà, ad esempio, l'emisfero destro può intervenire ed assumere la funzione linguistica (che competerebbe al sinistro), consentendo così uno sviluppo del tutto normale.

La plasticità del cervello, affascinante oggetto degli studi più recenti delle neuroscienze, è stata al centro delle ricerche del biologo statunitense G. Edelman, convinto sostenitore dell'importanza degli stimoli ambientali per lo sviluppo della mente. Dopo la nascita, come egli afferma, il ruolo del DNA sullo sviluppo del cervello è minimo, come dimostra anche l'osservazione dell'attività cerebrale dei gemelli, che condividono lo stesso patrimonio genetico: si riscontrano infatti grandi differenze nella risposta che essi danno allo stesso stimolo, a conferma del fatto che ogni cervello è unico, diverso dagli altri.

Di conseguenza, la mancanza di stimoli sociali e culturali inaridisce la funzione del cervello e può determinare ritardi nello sviluppo intellettuivo, mentre la varietà e la molteplicità delle informazioni che riceve sviluppano il sistema nervoso, le sue ramificazioni e connessioni e quindi le potenzialità della mente.

L'importanza degli stimoli affettivi

La scoperta della plasticità cerebrale induce ad alcune considerazioni dal risvolto psicologico.

Come abbiamo visto, il cervello è un organo plastico e dinamico in continua trasformazione, specialmente nella fase della maturazione durante l'infanzia; per lo sviluppo delle potenzialità cerebrali è dunque essenziale il rapporto con l'ambiente ed in particolare con gli altri esseri umani: 'intelligenti si nasce e si diventa'. Sono fondamentali soprattutto le *prime esperienze di vita*, quelle vissute dal neonato nel rapporto con la madre, o con chi lo accudisce, che influiscono sullo schema delle connessioni cerebrali plasmando alla radice la sua personalità.

È facile, quindi, comprendere perché le *carenze affettive ed ambientali* possano causare *deficit dello sviluppo* fisico e mentale del bambino. Particolarmente importanti sono gli stimoli che egli riceve nei *periodi critici*, 'finestre temporali' geneticamente determinate: infatti, se le funzioni psichiche non arrivano a maturazione in un determinato periodo, difficilmente potranno essere recuperate in seguito.

Bisogna poi considerare quanto sia importante per uno sviluppo sano la capacità di esprimere ed elaborare i vissuti emotivi, cioè l'integrazione tra le dimensioni affettive e quelle razionali. Il collegamento tra le emozioni (regolate dall'emisfero destro) ed il pensiero logico-verbale (regolato dall'emisfero sinistro) è operata dal *corpo calloso*, una struttura nervosa che mette in relazione i due emisferi e che si completa proprio nei primi tre anni di vita, grazie alla continua stimolazione ambientale.

Tuttavia non dobbiamo pensare che il nostro cervello subisca passivamente gli stimoli ambientali e che ne sia rigidamente determinato perché, proprio grazie alla sua plasticità, può in ogni momento ristrutturarsi sulla base di nuove esperienze e di nuovi rapporti. Quindi ognuno di noi ha la possibilità di modificare il proprio pensiero nel corso della vita, sviluppando le potenzialità che il cervello gli offre.

Lo sviluppo motorio

Lo sviluppo delle attività motorie, collegato alla maturazione del sistema nervoso e dell'apparato muscolo-scheletrico, si svolge durante il primo anno e mezzo di vita, con la progressiva acquisizione, da parte del bambino, delle abilità nei movimenti, fino alla deambulazione autonoma. Questo processo si verifica nell'intreccio complesso e continuo

con gli altri aspetti della maturazione globale (sensoriale, cognitiva, relazionale, emotiva).

Lo sviluppo della motricità ha un ruolo essenziale nello sviluppo cognitivo e del linguaggio e quindi nella crescita globale del bambino: attraverso i movimenti egli interagisce con la realtà, che rappresenta nella sua mente sulla base delle azioni che compie.

Dalla nascita ai due mesi i principali movimenti del neonato sono i *riflessi motori*, reazioni innate, automatiche ed istintive che gli assicurano la sopravvivenza, come il riflesso della respirazione, della suzione, della rotazione del capo o il riflesso di presa (se gli si tocca il palmo della mano, stringe le dita). In questo primo periodo, la forza muscolare del bambino è molto ridotta, per cui non è in grado di stare dritto, né di tenere eretto il capo e riesce a muovere solo le dita delle mani e dei piedi, gli occhi e i muscoli della faccia.

Intorno ai due mesi i movimenti riflessi involontari lasciano il posto ai movimenti volontari, grazie alla maturazione della corteccia e ad un coordinamento motorio sempre più completo. Da qui in poi, la progressione dello sviluppo motorio sarà scandita da fasi e passaggi precisi, che possono però variare nei tempi e nel ritmo per ogni bambino, in rapporto a fattori soggettivi, legati sia alla costituzione fisica che agli stimoli relazionali ed ambientali che riceve.

Le *differenze individuali* nella scansione temporale e nelle modalità di sviluppo sono particolarmente rilevanti quando compare nel bambino una nuova abilità cognitiva, a dimostrazione dell'importanza della motivazione che lo spinge ad esplorare la realtà. Possiamo perciò comprendere quanto sia necessario che l'adulto lo asseconti e lo sostenga nel suo desiderio di attività e di autonomia nei movimenti.

Per stabilire se il processo di sviluppo è regolare e adeguato alla norma, gli psicologi utilizzano specifiche *scale di valutazione*, come quelle di A. Gesell e di Brunet-Lézine, che delineano una dettagliata sequenza di tappe, che possono essere in alcuni casi ritardate, ma mai invertite. Ne riportiamo, in sintesi, le principali:

- a *due mesi* il bambino gira il capo in risposta ad uno stimolo sonoro;
- a *quattro mesi* controlla il capo in posizione seduta, si gira sul lato, cerca di afferrare gli oggetti e li porta alla bocca;

- a *sei mesi* solleva il capo e il tronco, riesce a star seduto sul seggiolone, si gira da supino a prono, afferra gli oggetti e li manipola; queste attività implicano la maturazione, l'integrazione e il coordinamento di aspetti sia motori che percettivi;
- a *nove mesi*, se sostenuto, può stare seduto e reggersi in piedi; inoltre comincia a 'gattonare', ossia a camminare carponi;
- a *dodici mesi* riesce a stare seduto senza sostegno, a camminare tenuto per mano e anche a fare qualche passo da solo;
- a *tredici, quattordici mesi* il bambino, in genere, è in grado di camminare autonomamente e i suoi movimenti si fanno via via più sicuri e coordinati.

In seguito, la motricità si perfeziona ulteriormente e si organizza con precisione, portando alla graduale acquisizione di capacità più complesse, come correre, saltare, nuotare, andare in bicicletta e via dicendo. Lo sviluppo motorio si esprime e si potenzia nel gioco e nell'interazione sociale e fa maturare nel bambino una sempre maggiore autonomia e sicurezza del proprio corpo e della propria mente.

1.2. La percezione

Ogni organismo vivente riceve e reagisce continuamente ad una moltitudine di informazioni che provengono dall'ambiente circostante sotto forma di stimoli: questa è una funzione indispensabile per l'adattamento e la sopravvivenza.

L'atto stesso della nascita, come ha scoperto lo psichiatra M. Fagioli, si lega alla recezione sensoriale dello *stimolo della luce*: la radiazione luminosa suscita nel neonato, che proviene dal buio dell'ambiente intrauterino, una reazione vitale che mette in moto la vita psichica.

Gli stimoli vengono recepiti dagli organi di senso e trasmessi ai centri cerebrali attraverso il sistema nervoso; le molteplici sensazioni che ci arrivano dall'esterno vengono poi selezionate ed elaborate dalla nostra mente e diventano percezioni coscienti dotate di significato.

I termini 'sensazione' e 'percezione', che spesso vengono assimilati, rappresentano due momenti distinti del processo cognitivo:

- la sensazione è *l'immediata modificazione fisiologica dovuta all'effetto di uno stimolo interno o esterno*, il quale agisce sui recettori sensoriali e provoca un eccitamento, che viene poi trasmesso sotto forma di impulso nervoso al cervello. Possiamo distinguere le *sensazioni esteroettive*, che provengono dai cinque sensi, *propriocettive*, che provengono dagli arti e dalle membra, *enterocettive o viscerali*, che ci informano sullo stato dei nostri organi interni, come ad esempio le sensazioni di dolore, stanchezza, caldo o freddo etc. La sensazione precede sempre la percezione, ma non tutte le sensazioni diventano percezioni; la nostra mente infatti non può accogliere tutti gli innumerevoli stimoli che ci arrivano, ma recepisce solo quelli più rilevanti e significativi. Ciò non toglie che molte di queste sensazioni 'scartate' restino sotto la soglia della coscienza a nostra insaputa, per magari riaffiorare nei sogni o in particolari stati emotivi;
- la percezione è *l'atto psichico attraverso cui si diventa coscienti della sensazione*: è quindi una funzione complessa, attiva e dinamica, che interviene ad un livello più elevato della sensazione stessa.

Il processo della percezione

Il processo della percezione è molto rapido e a noi sembra di percepire tutto in una volta, ma in realtà esso avviene per gradi, attraverso stadi paralleli di elaborazione, fino al riconoscimento consapevole, controllato dalla coscienza.

Bisogna sottolineare il ruolo attivo del sistema nervoso e quindi del soggetto che percepisce; infatti la percezione non è mai una registrazione passiva e meccanica dei dati sensoriali, ma *un'esperienza attiva e soggettiva* che coinvolge gli stati d'animo e gli affetti. Le sensazioni, ovvero le informazioni che provengono dagli organi di senso, vengono raccolte dal sistema nervoso e quindi elaborate ed investite di significato, dopo essere state raggruppate, filtrate e confrontate con le informazioni acquisite nel passato.

Come sostiene lo psicologo statunitense J. Bruner, l'atto fondamentale della percezione consiste nel *confrontare una stimolazione sensoriale con le tracce lasciate dalle stimolazioni precedenti*; questo complesso

processo costruttivo è condizionato dagli atteggiamenti, emozioni e motivazioni del soggetto, che ‘sceglie’ e interpreta il messaggio percepito.

La percezione è dunque un *processo attivo di interpretazione*, con cui l’individuo opera una selezione rispetto alla molteplicità degli stimoli provenienti dall’esterno, sulla base degli schemi percettivi che già possiede e che si sono formati con le precedenti esperienze. Egli elabora e attribuisce un significato ai dati sensoriali non solo in base alle conoscenze acquisite in passato, ma anche in relazione alla situazione psicologica presente.

Un’ulteriore conferma che nella percezione entrano in gioco elementi soggettivi e componenti emotive è data dal fatto che i sensi fisici, in certe situazioni, possono ingannarci; ad esempio, a volte ci sembra di riconoscere un amico per strada ma poi, ad un esame più attento, ci accorgiamo di esserci sbagliati.

Questi errori nella percezione rientrano nel campo delle *illusioni percettive*, che sono state studiate a fondo dalla scuola tedesca della Gestalt. Tale fenomeno consiste in una *distorsione nella percezione della realtà*, dovuta alla situazione emotionale del soggetto, che interferisce con la corretta elaborazione dello stimolo sensoriale. L’illusione percettiva non costituisce in sé un fenomeno patologico, perché l’interpretazione dello stimolo è sempre legata a una componente emotiva, quindi il rischio di un errore più o meno consistente è plausibile; infatti noi, di solito, riusciamo a correggere il nostro errore percettivo rapidamente, ‘mettendo a fuoco’ il dato esterno e controllando l’emotività che ci ha fuorviato.

L’attenzione

Tutti gli stimoli, affinché siano avvertiti dai nostri organi di senso devono raggiungere una certa intensità, chiamata ‘soglia’, cioè la *quantità di stimolazione necessaria a provocare una reazione dell’organismo*. Essa non è uguale per tutti, ma varia in relazione alle motivazioni del soggetto, al suo stato d’animo e alla situazione in cui si trova; anche il grado di attenzione che prestiamo agli stimoli è fondamentale nella determinazione della soglia.

L’attenzione consiste nell’*attivazione di un flusso di energia psichica che ci permette di selezionare determinati stimoli e di metterli a fuoco*,

escludendo gli altri che ci distrarrebbero; in questo modo noi orientiamo il nostro interesse verso un determinato oggetto o campo. L'orientamento dell'attenzione non è sempre volontario e legato alle nostre motivazioni, ma può essere involontario quando l'attenzione è catturata da stimoli che ci colpiscono, a prescindere dal nostro immediato interesse, per la loro particolare intensità o subitanità, oppure per una nostra predisposizione naturale.

Dunque noi, con la nostra attenzione, valutiamo istantaneamente tutti gli stimoli che ci arrivano e poi operiamo una *scelta*, in relazione all'importanza e al significato che essi acquisiscono in quel dato momento.

Esistono forme diverse di attenzione:

- l'*attenzione concentrata*, o *focalizzata* è volontaria e indirizzata a uno specifico oggetto, intensa ma limitata nel tempo;
- l'*attenzione fluttuante*, o *divisa* è più spontanea e libera, si allarga a un campo più vasto e può durare più a lungo;
- l'*attenzione sostenuta* è legata ad uno sforzo consapevole, si prolunga nel tempo e presuppone una forte motivazione; è proprio a questo tipo di attenzione che dobbiamo far appello quando siamo impegnati nello studio e non possiamo distrarci.

La *distrazione* è, appunto, una *diminuzione dell'intensità e della resistenza dell'attenzione*, provocata da *interferenze*, legate a fattori oggettivi o soggettivi di carattere psicologico; ad esempio, è ben difficile restare ancorati allo studio della filosofia di Aristotele se si aspetta con ansia una telefonata decisiva per la storia d'amore che si sta vivendo.

L'attenzione è richiamata da diversi fattori: il *coinvolgimento emotivo*, l'*interesse*, la *novità*, l'*originalità*, l'*intensità*, l'*intermittenza* e la *subitanità dello stimolo* oltre che, ovviamente, dalla *motivazione*.

La percezione è innata o acquisita?

Il tema è stato discusso a lungo dagli studiosi, che hanno sostenuto posizioni discordanti basando le loro ricerche, in particolare, sulla *percezione dello spazio* da parte del bambino.