

11/11/2021

CAP. 5**LE RELAZIONI SOCIALI****RELAZIONI SIGNIFICATIVE**

Relazioni interpersonali

Lewin → afferma che le relazioni non possono essere studiate a partire dagli individui coinvolti, ma vanno studiate dall'interazione di caratteristiche che riguardano il contesto, sia fisico (individui vicini geograficamente) che sociale e le proprietà degli individui.

Punto di partenza -- Idea che un cambiamento in qualsiasi proprietà che riguardano uno degli individui o il contesto, vanno necessariamente a modificare l'intero sistema relazionale; idea di relazione dinamica. Da qui si sono sviluppate 2 prospettive teoriche:

- Teoria della interdipendenza
- Approccio cognitivo alle relazioni

TEORIA DELLA INTERDIPENDENZA

Considera l'interdipendenza come l'influenza reciproca tra gli individui in relazione tra loro. Va a studiare non solo le caratteristiche dei singoli individui (dei singoli individui, le similarità e le differenze) ma anche quelle del contesto. Per quest'idea di continua evoluzione e facilità con cui le relazioni possono modificarsi nel tempo, tale teoria è stata messa alla prova con studi empirici longitudinali, di lunga durata temporale.

APPROCCIO COGNITIVO

Parte dai presupposti della Psicologia della Gestalt per andare a elaborare strutture cognitive. Si focalizza sulle tre componenti della struttura cognitiva dello schema di relazione:

- La rappresentazione del sé in relazione
- Le credenze riguardanti l'altro significativo
- Lo script interpersonale (sequenza di azioni attese delle interazioni)

Studia come gli individui coinvolti nella relazione mettono in atto questa serie di script rispetto anche alle abitudini della gestione della relazione, permette di costruire basi date per scontato, per poi aggiungere nel corso della relazione nuovi script.

Oggetto di studio riguarda due filoni:

- Discrepanze tra rappresentazioni di sé e l'altro: somiglianze e differenze
- Componenti automatiche degli script di relazione

TIPOLOGIE DI RELAZIONI

Si è cercato di identificare delle classificazioni delle tipologie di relazioni. Ci sono state numerose proposte, quella che ha avuto più successo è "il Triangolo dell'amore". Secondo cui l'amore è dato da 3 componenti principali:

- Emotiva = intimità
- Motivazionale = passione
- Cognitiva = impegno/decisione

Queste componenti vanno a definire classi di sentimenti. Gli autori definiscono 7 classificazioni di sentimenti e tipologie di relazione

MISURAZIONE DI RELAZIONI

Creazione di scale che andassero a misurare la qualità delle relazioni. 2 strumenti utilizzati per misurare:

- Scala di piacevolezza (affetto e rispetto dell'altro)
- Scala dell'amore= in cui a sua volta sono state identificate 3 dimensioni di amore
 - Attaccamento
 - Prendersi cura
 - Intimità

Gli studi hanno mostrato alcune differenze di genere rispetto ai punteggi ottenuti dalla Scala dell'amore, le donne mostrano un più alto livello nelle prime due dimensioni (attaccamento e prendersi cura) rispetto agli uomini, anche nei casi in cui la relazione non è amorosa ma amichevole o comunque significativa.

STILI DI RELAZIONE

Contributo che mette in primo piano il ruolo dei legami di attaccamento, assumendo che gli stili di attaccamento dei bambini avvenuti in età precoce nei confronti dei genitori, abbiano poi influenzato il modo in cui costruiscono le relazioni significative da adulti.

Rifacendosi a una teoria classica dell'attaccamento, vengono identificati degli stili di attaccamento di relazione bambini-genitore. Vengono distinti 3 / 4 stili dei bambini:

- Attaccamento sicuro = i bambini diventeranno adulti fiduciosi, in grado di stabilire rapporti significativi, pronti all'impegno, alla accettazione della dipendenza reciproca e non preoccupato per il futuro
- Attaccamento evitante = distaccati, insofferenti rispetto alle relazioni troppo strette alla possibilità di dipendenza
- Attaccamento ambivalente (ansioso/insicuro) = preoccupati di non essere amati, incerti, ansiosi e desiderosi di fondersi con il partner.

Sembra che il tipo di relazione costruita tra bambino e genitore, viene presa come modello inconsapevole per andare a costruire relazioni da adulto. Viene fatta una critica secondo cui gli eventi che accadono nel corso della vita possono andare a modificare in modo positivo o negativo questi attaccamenti; non sono quindi necessariamente stabili.

FORMAZIONE DELLE RELAZIONI

Studi che indagano quali fossero le condizioni per cui si formano le relazioni. In letteratura sono stati individuati 4 elementi che vanno a giocare un ruolo nelle relazioni:

- **Prossimità** (vicinanza fisica) = idea che la vicinanza fisica tra persone crea occasioni di contatto. Viene fatto uno studio da Festinger in cui negli anni 40 dei veterani e le loro famiglie sono andati ad abitare in alcune palazzine vicine tra loro e si è visto come le persone che vivevano nella stessa palazzina sviluppassero maggiormente rispetto agli altri la probabilità di costruire delle relazioni. È stato inoltre notato che emergeva una distanza funzionale, ovvero le persone che riscuotevano più popolarità erano quelle vicine ai luoghi di passaggio più utilizzato, dove era più facilmente possibile incontrarsi. Effetto di mera esposizione (quanto più incontro delle persone su cui inizialmente ho un giudizio neutro o positivo, quanto più è facile che vedendolo ripetutamente si vada a migliorare ulteriormente il giudizio su questa persona)
- **Somiglianza** = idea secondo cui la percezione di somiglianza (di opinioni, non di personalità) aumenta l'attrazione tra le persone -- legge dell'attrazione

Sono state fatte delle critiche e degli sviluppi rispetto a queste interpretazioni:

- Newcomb – il quale sostiene che la prossimità fisica prevale rispetto alla percezione di somiglianza. Nel suo studio, in alloggi universitari dove gli studenti dovevano condividere stanze doppie, assegnava agli studenti un compagno molto differente da lui in termini di cultura. Quello che emerge è che venivano creati comunque forti relazioni amicali; mostra che la vicinanza permette di superare le disuguaglianze
- Rosebaum – riformula la legge di attrazione in termini di legge di repulsione, si sostiene che non sia la somiglianza che genera la relazione e l'attrazione, ma che la diversità generi distanza e repulsione.
- **Aspetto fisico** = alcuni studi vanno a identificare l'aspetto fisico come un aspetto importante. È stato verificato empiricamente che le persone ritenute belle di aspetto fossero anche quelle con cui più facilmente si costruiscono relazioni; le persone attraenti sono meno sole, più popolari e posseggono più abilità sociali.

Questo viene spiegato in termini di una tendenza nella nostra società a definire bello e buono, e nell'attribuire qualità positive anche a chi ha un aspetto migliore. Secondo un processo di profezia che si auto-avvera, succede che guidati da questo stereotipo implicito tra bello e buono, nella vita quotidiana siamo portati a dare feedback positivi alle persone che rispondono a questi criteri. Automaticamente si genera questo circolo vizioso.

- **Self-disclosure** = riguarda l'apertura agli altri, secondi cui esiste una relazione di circolarità e reciprocità tra la tendenza ad aprirsi agli altri e l'attrazione. Si è visto che le persone che si aprono più agli altri sono più apprezzate e le persone tendono ad aprirsi di più con le persone di cui sono attratte.

Sono state notate delle differenze di genere riguardo a questo punto, secondo cui le donne sono più portate ad aprirsi alle altre persone.

STABILITÀ E SODDISFAZIONE DELLE RELAZIONI

Riguarda come le relazioni si mantengono stabilmente nel tempo.

È stato fatto uno studio sulle coppie di sposi per esigenza sociale (provare a dare risposte sull'aumento dei divorzi) ed esigenza metodologica (per opportunità in modo da avere una relazione definita all'interno di certi canoni sociali).

Sulla stabilità sono state definite prevalentemente due interpretazioni teoriche, simili tra loro:

- Teoria dello scambio
- Teoria dell'equità

TEORIA DELLO SCAMBIO

Si basa su un modello economico del comportamento umano, fatto sulla valutazione di costi e benefici. Ogni individuo fa un bilancio personale dei costi e dei benefici legati alla relazione per poi andare a decidere se mantenere la relazione o meno nel momento in cui i benefici superano i costi. Questo è influenzato da una serie di criteri legati a **profitti** (materiali e simbolici), alla **valutazione delle alternative**, rimanere soli o trovare un altro partner (il livello di autostima ha un ruolo importante: le persone con un livello più alto sono anche quelle che ritengono di poter ambire a qualcosa di meglio rispetto a quello che hanno nella relazione o in grado di immaginare una vita da soli senza partner) e all'**investimento** (tempo, risorse e sforzi).

TEORIA DELL'EQUITÀ

Si basa su un modello economico del comportamento umano, basato su costi e benefici ma allargandolo alla coppia e non al singolo individuo. Prevede che ci sia un bilanciamento tra benefici e costi a favore dei benefici ma lo stesso deve accadere anche nel nostro partner.

Sono state notate differenze di genere, secondo cui le donne sono più a disagio quando sono il partner più beneficiato, mentre gli uomini sono più a disagio quando sono il partner meno beneficiato.

CRITICHE ALLE TEORIE

- Viene contestata l'idea di utilizzare un modello economico costi – benefici per un fenomeno così complesso come una relazione significativa
- Mancato approfondimento di altri elementi che necessariamente hanno un ruolo nel favorire od ostacolare il mantenimento nel tempo o meno di una relazione. Manca un modello interpretativo di insieme su come questi elementi possono giocare sulla stabilità di una relazione
- Si riferiscono a culture individualistiche

INFLUENZE CULTURALI

.....