IRIS AperTO

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TORINO

AperTO - Archivio Istituzionale Open Access dell'Università di Torino

L'identità personale e il Sé. I Sé possibili: un'interfaccia dell'identità. Il bilanciamento fra i Sé possibili. Sé possibili: risultati accademici e obiettivi professionali

This is the author's manuscript

Original Citation:

Availability:

This version is available http://hdl.handle.net/2318/28138 since

Publisher:

Giuffrè Editore

Terms of use:

Open Access

Anyone can freely access the full text of works made available as "Open Access". Works made available under a Creative Commons license can be used according to the terms and conditions of said license. Use of all other works requires consent of the right holder (author or publisher) if not exempted from copyright protection by the applicable law.

(Article begins on next page)

12 October 2024

GUGLIELMO GULOTTA

LA VITA QUOTIDIANA COME LABORATORIO DI PSICOLOGIA SOCIALE

GIUFFRÈ EDITORE

PRIMA
CHE IL LIBRO SCIENTIFICO MUOIA

Il libro scientifico è un organismo che si basa su un equilibrio delicato.
Gli elevati costi iniziali (le ore di lavoro necessarie all'autore, ai redattori, ai compositori, agli illustratori) sono recuperati se le vendite raggiungono un certo volume.

La fotocopia in un primo tempo riduce le vendite e perciò contribuisce alla crescita del prezzo. In un secondo tempo elimina alla radice la possibilità economica di produrre nuovi libri, soprattutto scientifici.

Per la legge italiana la fotocopia di un libro (o parte di esso) coperto da diritto d'autore (Copyright) è illecita. Quindi ogni fotocopia che eviti l'acquisto di un libro è reato.

Fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, comma 4, della legge 22 aprile 1941 n. 633 ovvero dall'accordo stipulato tra SIAE, AIE, SNS e CNA, CONFARTIGIANATO, CASA, CLAAI, CONFCOMMERCIO, CONFESERCENTI il 18 dicembre 2000.

Le riproduzioni ad uso differente da quello personale potranno avvenire, per un numero di pagine non superiore al 15% del presente volume, solo a seguito di specifica autorizzazione rilasciata da AIDRO, via delle Erbe n. 2, 20121 Milano, telefax 02 809506, e-mail: aidro@iol.it.

TUTTE LE COPIE DEVONO RECARE IL CONTRASSEGNO DELLA S.I.A.E.

ISBN 88-14-12897-9

© Copyright Dott. A. Giuffrè Editore, S.p.A. Milano - 2008
Via Busto Arsizio, 40 - 20151 MILANO - Sito Internet: www.giuffre.it

La traduzione, l'adattamento totale o parziale, la riproduzione con qualsiasi mezzo (compresi i microfilm, i film, le fotocopie), nonché la memorizzazione elettronica, sono riservati per tutti i Paesi.

Tipografia «MORI & C. S.p.A.» - 21100 Varese - Via F. Guicciardini 66

Ai miei allievi di ieri,
di oggi, di domani

3. Quando e perché usare la metodologia investigativa 191
4. La metodologia dell'investigazione 195
Il ruolo del ricercatore 198
La ricerca sul campo 200
L'esame dei luoghi 200
Le unità del campo di indagine 201
Modelli interpretativi 202
5. L'analisi dei dati 203
6. Ragionare sui fatti della vita (di Luisa Puddu) 209
7. Ragionare e giudicare in condizioni di incertezza: euristiche e biases (di Georgia Zara) 216
Probabilità soggettiva e probabilità oggettiva 218
Euristica della rappresentatività 219
Euristica della disponibilità 223
Euristica della simulazione 224
Euristica dell'ancoraggio e accomodamento 230
Fallacia del ragionamento ed euristica della persuasione 232
8. Errare humanum est: come si sbaglia ragionando sui fatti della vita (di Luisa Puddu) 235
9. Parametri concettuali per l'investigazione 241
10. L'investigazione del futuro 245
11. L'attendibilità della ricerca investigativa 249
12. Limiti alla investigazione retrospettiva 251

5. il Sé e l'esperienza soggettiva

1. L'identità personale e il Sé (di Georgia Zara) 259
2. I Sé possibili: un'interfaccia dell'identità (di Georgia Zara) 265
Le funzioni dei Sé possibili (di Georgia Zara) 268
2.1. Il bilanciamento fra i Sé possibili (di Georgia Zara) 270
Un'applicazione empirica dei Sé possibili (di Georgia Zara) 272
2.2. Sé possibili: risultati accademici e obiettivi professionali (di Georgia Zara) 277
3. La teoria dell'autodiscrepanza (di Georgia Zara) 281
4. Il Sé pubblico e privato (con Michele Casula) 286
4.1. Uno studio esplorativo sul Sé (con Michele Casula) 289
L'immagine corporea nel sistema delle autodefinizioni (con Michele Casula) 295
Phisical-self, teoria della discrepanza e disturbi dell'alimentazione (con Michele Casula) 301

4.2. Aspetto fisico e teorie implicite della personalità (con Michele Casula) 303
4.3. Il corpo modificato e torturato 306
5. Quanto di me sono io? 307
6. Fuggire se stessi 310
7. La politica del quotidiano (con Michele Casula) 312
7.1. Autoschemi e autoverifica 316
7.2. Gestione delle impressioni e la self-identification theory 317
8. La psicologia del nome personale (di Georgia Zara) 320
8.1. L'onomastica del Sé (di Georgia Zara) 322
8.2. Il significato psicologico del nome personale nella letteratura (di Georgia Zara) 232
8.3. L'identità psicologica del nome (di Georgia Zara) 325
8.4. Il *name letter effect* (di Georgia Zara) 328
L'attenzione sul nome (di Georgia Zara) 330
8.5. Si (ri)incomincia dal nome per trovare se stessi (di Georgia Zara) 331
La scelta del nome (di Georgia Zara) 334
Esplorare empiricamente il nome (di Georgia Zara) 339

6. regole, convenevoli, ruoli e stili

1. Le regole sociali 347
Il codice d'onore e la reciprocità 350
2. Ruolo e status 351
2.1. Il ruolo nell'ipnosi 354
3. Rituali e convenevoli (con Luisella de Cataldo) 357
3.1. Il galateo a tavola 364
3.2. Scelte alimentari e regole culturali 369
3.3. Cibo e ambiente sociale 372
La dieta mediterranea 379
3.4. Cerimonie per gli sposi e per i morti 383

7. noi tra gli altri: i rapporti interpersonali

1. I rapporti interpersonali e la comunicazione umana 391

2. La comunicazione non verbale 395
3. Il contegno 398
4. Fare lo spiritoso 400
4.1. Ridere dei fatti della vita 404
5. La psicologia dell'umorismo 405
5.1. Le funzioni sociali dell'umorismo 408
6. Manovre comunicazionali 411
6.1. Trappole e paradossi della comunicazione 412
7. I fraintendimenti interpersonali 418
8. L'influenza interpersonale e le sue tattiche 425
9. L'altro fra mistero e scoperta (di Luisa Puddu) 433
Tu «per» me (e io «per» te): il «prodotto» della percezione interpersonale 436
La ri-costruzione dell'altro 441
Così sei se mi pare, ovvero la correttezza delle valutazioni e le sue «verifiche» 444
10. È accurata la nostra percezione interpersonale? 447
11. L'autopresentazione 454
11.1. L'abbigliamento e la cura dell'aspetto: un modo per rivelarsi agli altri (di Cristina Cabras) 458
12. Il confronto sociale (di Georgia Zara) 463
13. L'attrazione interpersonale 465
La teoria del bilanciamento cognitivo 466
La teoria del rinforzo-influenza 466
La teoria dello scambio sociale 467
La teoria dell'interdipendenza 467
Similitudine per valori, credenze e caratteristiche personali 468
Teoria dei bisogni complementari 470
Il controllo della comunicazione 471
Vicinanza geografica 472
Situazione eccitante 473
14. Il conflitto 474

8. *l'individuo, l'ambiente e le situazioni*

1. Introduzione 485
2. La psicologia della situazione 488

3. L'individuo e la situazione 491
3.1. La personalità individuale nelle situazioni 495
4. L'interazionismo: personalità e situazione 498
La prospettiva finalistica 500
4.1. La personalità nazionale e culturale nelle situazioni 504
5. L'intelligenza sociale 511
5.1. Il modello dell'intelligenza sociale 512
6. Le finalità umane 514
7. La motivazione 518
8. L'individuo e il tragitto delle sue scelte 519
Conoscersi: per piacersi, per accettarsi, per essere efficaci 523
9. Le aspettative 525
10. Le emozioni 527
10.1. Emozioni e società 529
11. Il rischio: sentimento del pericolo tra la speranza e la paura (con Stefano Cannetta) 535
11.1. Il gusto del rischio (con Stefano Cannetta) 538
11.2. L'influenza sociale nella percezione del rischio (con Stefano Cannetta) 540
12. Risorse 543
Risorse cognitive 544
Risorse comunicazionali 545
13. Le cognizioni sociali 545
14. I valori umani 547
15. Strategie per affrontare problemi 551
16. Relazione di uno zoologo extraterrestre al ritorno da un viaggio sul pianeta Terra 552

9. *il gruppo come unità di indagine*

1. Le rappresentazioni sociali 568
2. La psicologia collettiva e la folla 570
3. Le imitazioni nel gruppo 576
4. Il gruppo come persuasore (con Stefano Cannetta) 579
5. Il gruppo che rischia: un esempio di studio del comportamento collettivo (con Stefano Cannetta) 582

sommario:

1. L'identità personale e il Sé (di Georgia Zara)
2. I Sé possibili: un'interfaccia dell'identità (di Georgia Zara)
   2.1. Il bilanciamento fra i Sé possibili (di Georgia Zara)
   2.2. Sé possibili: risultati accademici e obiettivi professionali (di Georgia Zara)
3. La teoria dell'autodiscrepanza (di Georgia Zara)
4. Il Sé pubblico e privato (con Michele Casula)
   4.1. Uno studio esplorativo sul Sé (con Michele Casula)
   4.2. Aspetto fisico e teorie implicite della personalità (con Michele Casula)
   4.3. Il corpo modificato e torturato
5. Quanto di me sono io?
6. Fuggire se stessi
7. La politica del quotidiano (con Michele Casula)
   7.1. Autoschemi e autoverifica
   7.2. Gestione delle impressioni e la self-identification theory
8. La psicologia del nome personale (di Georgia Zara)
   8.1. L'onomastica del Sé (di Georgia Zara)
   8.2. Il significato psicologico del nome personale nella letteratura (di Georgia Zara)
   8.3. L'identità psicologica del nome (di Georgia Zara)
   8.4. Il *name letter effect* (di Georgia Zara)
   8.5. Si (ri)incomincia dal nome per trovare se stessi (di Georgia Zara)

1. *l'identità personale e il Sé*
(di Georgia Zara)

Parlare dell'individuo, da un punto di vista psicologico, significa principalmente esplorare le dimensioni che lo costituiscono come persona e come parte di una realtà socio-psicologica entro la quale nasce, cresce e sperimenta se stesso. Si tratta quindi di analizzare l'identità personale, nelle espressioni del *Sé* e dei *Sé possibili*.

"In definitiva, quello di cui ci occupiamo in psicologia sociale non è relativo ad *una attività mentale che sta dentro a degli individui*, quanto piuttosto *a degli individui che sono dotati di un'attività mentale* (o, per meglio dire, *anche* di una attività mentale). Quello che interessa, quindi, è l'insieme del loro essere, quale rappresentato dalla loro unità somato-psichica e dalle caratteristiche sociali e culturali che li rendono «persone»: individui che intessono relazioni e che operano in un contesto di relazioni in base non solo ai loro processi di conoscenza ma anche, come diceva Lewin, delle loro speranze e paure, dei loro bisogni, dei loro sentimenti e progetti. Un contesto, dunque, fortemente «presente» nella sua specificità (...)" (Amerio, 2006, p. 16).

Gli studi di neuroscienza cognitiva (Gillihan, Farah, 2005) stanno cercando di esplorare se, ed eventualmente fino a che punto, la rappresentazione umana del *Sé* possa essere considerata 'speciale', emergere cioè da un sistema, fisicamente e funzionalmente distinto da quello utilizzato nei processi cognitivi più generali. Un compito base della psi-

cologia dell'eleborazione dell'informazione è quella di definire l'architettura della mente e di definire i diversi processi attraverso i quali la mente elabora le informazioni. All'interno di questo framewok, le prospettive teoriche differiscono tra loro in base a quante compartizioni vengono individuate e a quanto specializzate vengono considerate le loro funzioni. Kircher e colleghi (2000, 2003) sostengono che l'elaborazione delle informazioni relative al *Sé* (*self-relevant information*) e la *conoscenza di sé* dipendono da un processo distinto da quello di elaborazione delle informazioni «oggettive» (p. 133). Gillihan e Farah (2005) ritengono invece che attribuire uno status speciale ai processi di elaborazione delle informazioni riguardanti il *Sé* sia prematuro visti gli attuali risultati empirici, e che i diversi studi sul *Sé* non sembrano evidenziare un sistema unitario e comune, nonostante l'esperienza soggettiva dell'individuo sia quella di sentire un *Sé* unificato.

L'*identità personale* è definita come la rappresentazione della soggettività dell'individuo e delle risposte comportamentali, emotive e relazionali che mette in atto in base a ciò che è, fa, vuole essere e pensa di essere o di diventare.

Il nostro essere al mondo e il nostro sentirci esistere come persone è determinato dal fatto che l'individuo si sente se stesso in relazione ad un'immagine personale che si è costruito nell'interazione del proprio *Sé* con il mondo esterno.

Il *Sé* è quella dimensione psicosociale dell'identità che ci aiuta a raggiungere una sorta di *coerenza identitaria* che sopravvive nel tempo e che ci permette di sentirci uguali a noi stessi nel corso della vita. Se tuttavia è importante focalizzare l'attenzione su questa dimensione di *autosomiglianza* che l'individuo si costruisce attraverso il *Sé*, è altrettanto vero che il *Sé* non può esistere in assenza dell'aspetto relazionale e sociale. Il *Sé* è infatti, anche, influenzato da come gli altri reagiscono a noi e da come noi rispondiamo alla presenza degli altri. È il prodotto dell'interazione interpersonale che ci permette di essere *chi siamo*.

Smith e Mackie (2000) affermano che le fonti di conoscenza del *Sé* sono simili a quelle che influenzano la conoscenza degli altri, e cioè si usano informazioni e processi interpretativi analoghi. Gli individui infatti spesso inferiscono le proprie caratteristiche facendo riferimento alla propria storia familiare oppure focalizzando l'attenzione sul proprio comportamento, oppure analizzando il contesto entro il quale operano. In altre situazioni l'interesse viene rivolto alle potenzialità personali per essere in grado di spiegare chi si è al presente. Si pensi al caso di un individuo che desidera diventare uno scienziato e che al momento attuale, essendo un brillante studente impegnato nella sua dissertazione finale, elabora un'immagine personale soprattutto sulla base della sua vita universitaria, dell'impegno che deve investire nel superare con successo gli ultimi esami universitari, nel suo dover spesso rinunciare ad una vita sociale o ad una vacanza in montagna.

Il concetto del *Sé* diventa quindi anche l'insieme di tutte le convinzioni che l'individuo ha nei confronti delle proprie capacità e possibilità di successo o fallimento.

William James (1890) fu il primo a parlare del *Sé* e a riconoscere la multidimensionalità di questo costrutto, sostenendo che non si poteva parlare di un *Sé* unico, monadale, creato una volta e per tutte, e immune ai cambiamenti intra-psicologici e inter-personali che cadenzano l'esistenza delle persone. Il *Sé* diventava invece il prodotto dell'interazione dell'individuo con la sua realtà socio-psicologica nella quale nasce, cresce, cambia, crea e muore; ed è in questi termini che la psicologia sociale contemporanea lo studia e lo spiega.

Il *Sé* per James (1890) era la somma totale di tutto quello che l'individuo può considerare proprio e veniva diviso in due grandi categorie: il *Sé empirico* o *Me* e il *Sé puro* o *Io* (profondo principio dell'unità personale).

Venivano ulteriormente individuati il *Sé materiale*, *Sé sociale*, *Sé spirituale* e l'*Io puro*.

Il *Sé materiale* è costituito dal nostro corpo (identità corporale) e da tutti quegli oggetti che costituiscono la realtà di vita della persona. Il *Sé sociale* è il riconoscimento che l'individuo riceve dagli altri. L'essere umano è un essere gregario ed esiste anche nella misura in cui la sua identità è conservata nella memoria altrui. Il *Sé spirituale* consiste dalla profonda soggettività dell'essere, con tutte le abilità, disposizioni, attitudini e caratteristiche della persona che perdurano nel tempo e che determinano la parte più intima e remota dell'identità. Il *Sé spirituale* consiste in un processo riflessivo, attraverso il quale si diventa in grado di *pensarsi* come *individui pensanti* (*to think ourselves as thinker*), permettendo una continua transizione tra un *Sé conoscitore* (*self as a knower*) e un *Sé come oggetto di conoscenza* (*self as a known*). Il primo rappresenta il *Sé* attivo nel processo di auto- ed etero-conoscenza. Il secondo diventa l'oggetto della conoscenza.

L'*Io puro* è la parte sintetizzata dell'unità individuale, che permette di creare nel tempo un senso di continuità personale, emozionale e di pensiero, attraverso il quale l'individuo sente di esistere, trascende la sua corporalità, e rappresenta la parte immateriale dell'identità, la sua anima.

Il contenuto del *Me* si struttura in una gerarchia che vede il *Sé materiale* o *corporeo* in fondo alla gerarchia, quello *spirituale* alla sommità, mentre i vari *Sé extracorporei* e *sociali* sono pensati come appartenenti ai livelli intermedi.

Secondo James (1890) l'individuo è consapevole dell'Io come componente del *Sé* che elabora e riadatta continuamente il suo rapporto con la realtà circostante attraverso le esperienze di *continuità*, proprie del sentimento di identità personale e di autosomiglianza di se stessi nel

tempo, di *distinzione*, specifico del sentimento di differenziazione del *Sé* dagli altri, e di *volizione* che rappresenta la volontà dell'individuo di partecipare attivamente alla propria esperienza di vita (Palmonari, Cavazza, Rubini, 2002).

Con James (1890), il *Sé* diventava multiplo e l'idea dei *Sé potenziali* veniva cautamente introdotta, anche se sarà solo nella seconda metà del XX secolo che questi aspetti verranno empiricamente esplorati.

Cooley (1902) ha ampiamente analizzato il concetto del *Sé* come prodotto dell'interazione sociale, ritenendo che esso potesse costituirsi solo attraverso lo scambio che l'individuo stabilisce con l'esterno e con le altre persone. Il *Sé rispecchiato* diveniva tale attraverso un processo di rispecchiamento (*looking-glass Self*) di se stessi nell'interazione e nell'elaborazione delle risposte relazionali e sociali e dei feedbacks che gli altri significativi rimandano.

George Herbert Mead (1966), così come James (1890), distingueva una dimensione soggettiva ed una oggettiva del *Sé* che definiva *Io* e Me. Gli individui si percepiscono indirettamente, nel senso che tendono a fare propri, anche rielaborandoli, i punti di vista altrui rispetto a se stessi. Per Mead (1966) il *Sé* non esiste alla nascita, in quanto per costituirsi ha bisogno sia della capacità simbolica (produrre e rispondere ai simboli) sia della capacità di assunzione del ruolo dell'*altro generalizzato*. L'*altro generalizzato* è inteso come «la comunità o il gruppo sociale organizzato che, in quanto percepiti dall'*individuo*, gli permettono di costituire l'unità del proprio *Sé*» (Palmonari e al., 2002, p. 111, *corsivo* dell'autore).

È alla luce della costituzione dell'*altro generalizzato* che Mead (1966) parla di *gioco semplice* e *gioco organizzato*. Dal momento che il *Sé* si costituisce nella capacità dell'individuo di diventare oggetto a se stesso ma anche, se non soprattutto, di assumere ruoli e prospettive altrui, l'acquisizione della mente sociale avviene prima con il

bambino che inizia ad assumere, uno dopo l'altro, i ruoli delle persone e anche degli animali che costituiscono il suo milieu di vita (*gioco semplice*). Questi ruoli costituiscono dei *Sé parziali*, in quanto non sono interiorizzati e organizzati. Successivamente però il bambino inizia a coordinare i ruoli degli altri significativi anche assumendoli contemporaneamente, essendo cioè in grado di interiorizzare gli atteggiamenti generali del gruppo (*gioco organizzato*) (Palmonari e al., 2002).

È attraverso queste capacità di interazione e riproduzione simbolica e di ruoli che l'individuo inizia a costruirsi un suo *Sé*. Il linguaggio e la conversazione di gesti aiutano lo scambio coordinato di azioni e di ruoli.

L'*Io* e il *Me* si costituiscono in un rapporto dialettico e di interscambio per cui l'*Io*, ovvero la parte attiva della situazione esistenziale di un preciso momento, diventa presente nel *Me* di un momento successivo. Il *Me* rappresenta infatti la *conoscenza autoriflessiva*.

Il *Sé* riassume, contrasta, rinforza l'*Io* e il *Me*, quasi come se esso fosse un meta-integratore: *Sé* = *Io* + *Me*. Questo processo di integrazione deve essere percepito non come una somma aritmetica, ma come un rapporto di tensione, crescita, trasformazione che trova le sue radici nell'esperienza sociale e storica di ogni individuo, nelle regole e nei ruoli condivisi dal gruppo di appartenenza e che poi diviene sempre più specifico e proprio della autobiografia della persona.

Per esempio *Io* ascolto oppure gli altri *mi* ascoltano oppure *io mi* ascolto. L'*Io* diventa colui (o colei) che agisce, il *Me* rappresenta l'oggetto dell'azione comportamentale. L'*Io* non sempre riesce a sentirsi nell'immediatezza delle sue azioni e spesso si percepisce come il risultato delle stesse; ma l'*Io* è dato anche dalle reazioni dell'organismo ai feedbacks e alla disponibilità degli altri nei suoi confronti. Il *Me* rappresenta un passaggio differente, tuttavia integrato al precedente, in quanto è l'insieme organizzato degli atteggiamenti degli altri che l'*Io*, assumendoli, fa propri. Il *Sé* per manifestarsi ha, quindi, necessità di un'audience comunicante, ovvero della presenza di un «altro» o «altri significativi» che costituiscono il *Me* organizzato al quale l'individuo risponde come *Io* (Mead, 1966).

> Quanto mi piacerebbe starmi a sentire come se fossi un estraneo, senza riconoscermi, e solo più tardi venire a sapere che ero *Io*» (Canetti, 1973/2006, p. 139, *enfasi* dell'autore).

2. i Sé possibili: un'interfaccia dell'identità (di Georgia Zara)

Il sistema di codifica di quello che pensiamo di essere e di quello che possiamo, vogliamo, temiamo di diventare è rappresentato dal *Sé* come una vera e propria «clessidra dell'identità», il centro promotore dei fini e dei progetti dell'individuo. Una delle proprietà costitutive del *Sé*, messe in luce dalla psicologia sociale, è quella per cui il *senso di identità* è quello che *ci fa essere uguali a noi stessi e che ci permette di distinguerci dagli altri*.

Come già precedentemente è stato evidenziato, affrontare le tematiche del *Sé* significa iniziare a riconoscerlo non come un'impalcatura monadale, ma come un costrutto dinamico e multidimensionale, la cui espressione dialettica è lasciata ai *Sé possibili* (Markus, Nurius, 1986).

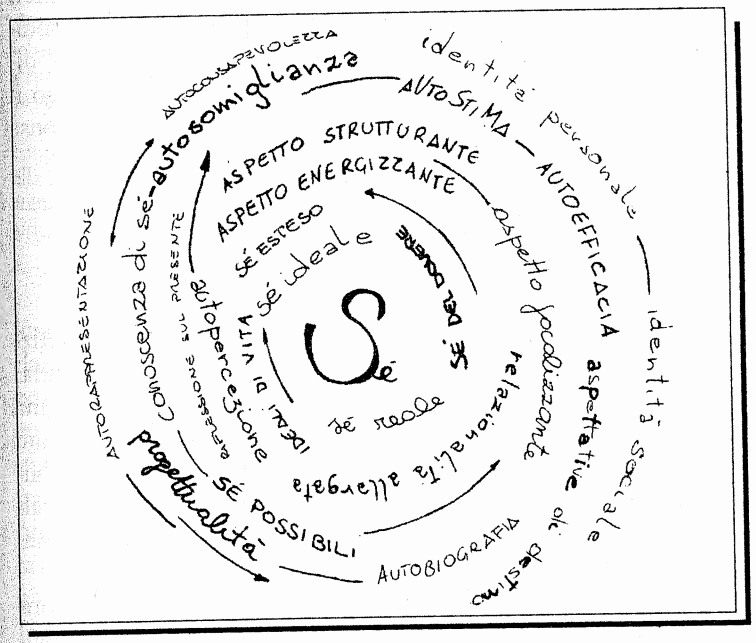
I *Sé possibili* sono rappresentazioni di noi stessi in realtà future che possono essere sperate e desiderate, anche se non sempre realizzabili, aspettate, quindi altamente probabili, e temute. I *Sé possibili* diventano quindi elaborazioni affettive e cognitive collegate strategicamente a progetti specifici, in conseguenza dei quali l'immagine del

Sé viene rilanciata in realtà desiderate, aspettate e temute. Questa premessa ci permette di capire che non possa esistere una porzione del *Sé* ipostatizzata che, svolgendo un ruolo legiferante, impedisca alla *molteplicità di emergere*. I *Sé possibili* appaiono, quindi, non come epifenomeni di forme identitarie intrapsichiche, ma come realtà del *self-concept* che preludono le dinamiche psicologiche, emotive e comportamentali che emergeranno successivamente.

I *Sé possibili* sono perciò in funzione di un tempo sociale e di un tempo personale, in cui la futurizzazione della propria immagine scaturisce dalle modalità di progettazione. Le aspettative giocano infatti un ruolo decisivo nel prospettare, selezionare, motivare, modificare l'elaborazione dei propri ideali di vita. L'interazione semantica tra i *Sé possibili* offre all'individuo l'opportunità di vivere la propria identità con un senso di continuità tra ciò che spera, che aspetta, che teme di diventare. Il presupposto di partenza è dato perciò dall'esperienza che l'individuo ha del *Sé* come dotato di desideri e progetti o di paure, capace di agire per realizzarli o solo per difendersi: i *Sé possibili*, divengono quasi la scaturigine di un gioco delle parti dell'identità. Analizzarli significa avvicinarsi al *Sé esteso* (Castelli, Quadrio, Venini, 1994) come coordinatore contenutistico di ciò che ricordiamo del passato, di quanto anticipiamo del futuro e degli investimenti emotivi, psicologici, relazionali e comportamentali che facciamo nel presente.

I concetti di *Sé* e di *Sé possibili* non sarebbero altro che il processo di differenziazione ed integrazione tra tutte le definizioni, i progetti, i sentimenti, i pensieri, che si elaborano in riferimento a se stessi, per quello che si è, ma anche per quello che si vuole diventare. Il disegno in tavola 1 sintetizza questo sistema di autodefinizione e autoproiezione, di trasformazione, di divenire continuo e costruttivo, di cambiamento e di continuità.

TAVOLA 1 *



In altre parole, i *Sé possibili* sono come i pianeti possibili di cui parlano Casati e Varzi (2006) su cui le cose ma anche le persone e gli eventi «sono diversi come qui da noi. Sono i pianeti su cui succedono le cose che non sono successe e su cui le cose non sono come sono, ma come potrebbero essere. (...) Io potrei avere le ali e volare (...). Potrei essere un fiore? Un'automobile? C'è forse un pianeta dove io sono te... mentre tu sei me?» (pp. 67-77).

I *Sé possibili* visti in questa dimensione di potenzialità alternative, di speranze e aspettative positive hanno una

---

* Si ringrazia la dott.ssa Viviana Corbia che ha contribuito a visualizzare graficamente la complessità del costrutto del *Sé*.

funzione di rigeneratori dell'identità e di riorganizzatori dei percorsi di vita dell'individuo. È in base a come l'individuo si prospetta nel futuro, a come si identifica in diverse realtà, che organizzerà il suo comportamento verso il raggiungimento di quella possibile realtà personale, con i suoi significati, i suoi limiti e le sue caratteristiche.

2.1. Le funzioni dei Sé possibili (di Georgia Zara)

In relazione alla dimensione futura del *Sé*, si è ipotizzato pertanto che i *Sé possibili* svolgano tre funzioni fondamentali: a) focalizzare le loro attività prefigurando una condizione desiderata; b) organizzare le strategie e i piani di azione per permettere l'avvicinamento alla meta e/o l'allontanamento da condizioni indesiderate; c) permettere all'individuo di persistere energicamente in quelle attività necessarie al raggiungimento dell'obiettivo finale.

La prima funzione dei *Sé possibili* nel processo motivazionale è definita dunque *focalizzante*. Il *Sé possibile* configurato nell'ambizione di diventare un famoso e brillante chirurgo è un esempio specifico della concettualizzazione di un obiettivo determinato. Con questo *Sé*, una persona potrebbe iniziare a strutturare le proprie azioni, e quindi il proprio comportamento, in modo che il raggiungimento della meta divenga non solo possibile ma anche più facile.

La seconda funzione è *strutturante* e *organizzante* (Zara, 2005) nel senso che permette la presa di consapevolezza del *know-how*, ovvero delle possibili azioni e strategie necessarie per rendere realizzabile il *Sé desiderato*. Si tratta quindi di come l'individuo pianifica l'azione e le strategie in funzione del raggiungimento del suo *Sé aspettato*.

«Una persona sarà più motivata a realizzare un *Sé possibile positivo* se riuscirà ad immaginare con chiarezza gli eventuali impedimenti a cui potrebbe incorrere e quello che succederebbe se non riuscisse a realizzare i propri progetti. Tuttavia non è sufficiente avere chiarezza degli obiettivi che si desiderano raggiungere per ottenerli; sono necessari degli schemi e piani d'azione, delle strategie e delle regole operative. Il costrutto della *self-attainability* si riferisce al modo in cui un individuo cerca di realizzare i propri sé possibili. La *self-attainability* è una conoscenza di tipo procedurale, comprensiva delle informazioni riguardanti il contesto, se stessi e delle inferenze riguardo al futuro che contribuiscono alla presa di decisione circa le scelte da mettere in atto per ridurre la distanza fisica, psicologica e sociale tra l'individuo e i suoi sé possibili desiderati» (Zara, 2005, p. 450).

La terza funzione definita *energizzante* (Inglehart, Markus, Brown, 1989) è collegata alle emozioni provate dall'individuo nel pensare ad un *Sé possibile*. Configurare un *Sé possibile positivo*, come quello di fare un viaggio, potrebbe energizzare l'interesse dell'individuo a concretizzare il suo obiettivo, al punto da fornirgli la 'forza' di risparmiare il denaro necessario per il viaggio desiderato. Lo stesso dicasi per quanto concerne un *Sé possibile negativo* (perdere il posto di lavoro, essere bocciato): la negatività della situazione immaginata, ma possibile e in certi casi probabile, può energizzare la persona affinché si impegni per evitare, o almeno per controllare, lo stato indesiderato. I *Sé possibili* quindi da una parte rappresentano e definiscono un chiaro obiettivo da perseguire se è positivo, da evitare se è negativo.

Nel corso della vita gli individui concentrano molte delle loro energie nella costruzione del *Sé*. L'immagine che si elabora circa se stessi e che si desidera rappresentare agli altri esercita un'influenza sul come la persona organizza il proprio comportamento in funzione del raggiungimento sia di obiettivi di autorealizzazione che di adattamento sociale e di benessere. Noi tutti facciamo prestito di noi stessi alle situazioni in cui siamo coinvolti e spesso ci troviamo in difficoltà a riconoscere chiaramente il territorio del nostro *Sé*. Molte delle difficoltà relazionali non dipendono tanto da problemi emotivi o psicologici della persona, ma da elaborazioni concettuali circa se stessi che possono avere un effetto disabilitante la percezione di

autoefficacia del *Sé*. Così di fronte ad una versione annacquata del *Sé*, la ricerca di una propria identità risulta un difficoltoso processo di costruzione di coincidenze tra azioni e aspettative, tra auto-riconoscimenti ed etero-riconoscimenti, tra se stessi e gli altri significativi. Già George Bernard Shaw nell'atto V del suo *Pygmalion* (1913/2003) non ha trascurato questo aspetto fondamentale, sostenendo infatti che «... *la differenza tra una signora e una fioraia non consiste nel modo in cui si comporta, ma nel modo in cui viene trattata*».

Gli individui *si vivono*, infatti, non solo in base al valore che hanno attribuito a se stessi, ma che altri gli hanno attribuito, come capaci o incapaci di condizionare il corso degli eventi, e questo spesso non permette loro di monitorare i propri atteggiamenti e le proprie abilità attraverso un autoesame consono alle circostanze.

In effetti già Rousseau, nel suo *Discours* sur *l'inégalité* (1754), aveva osservato che per studiare gli esseri umani ci si deve guardare intorno, ma per studiare l'individuo nella sua singolarità bisogna imparare a guardare lontano.

2.1. Il bilanciamento fra i Sé possibili (di Georgia Zara)

Per *bilanciamento* tra *Sé possibili* s'intende la simmetria tra *Sé aspettati* e *Sé temuti* all'interno di una stessa area di interesse, ovvero ci deve essere un'assonanza tra i contenuti delle aspettative e i contenuti delle paure (per es. l'aspettativa di superare l'esame di psicologia sociale a pieni voti e la paura di fallimento).

Questi presupposti teorici sembrano trovare degli agganci epistemologici nella *teoria della dissonanza cognitiva* (Festinger, 1973), secondo la quale molti dei cambiamenti comportamentali e di atteggiamento sono in funzione della necessità di un riaggiustamento cognitivo, ripristinante una coerenza interna tra due elementi dissonanti. Quindi, quanto più le proprie paure di fallimento risultano controbilanciate da *Sé possibili aspettati positivi*, tanto più energizzante risulterà la forza motivazionale per operare efficacemente nella realizzazione dei propri progetti ('Ho paura di non riuscire a superare la selezione per quel lavoro di traduttore e interprete, ma se dimostro interesse, competenza e impegno potrei farcela, evitando di restare un disoccupato cronico. Pertanto mi dedicherò puntigliosamente allo studio dei testi consigliati per l'esame e soprattutto mi eserciterò con le lingue'). In questo senso il riaggiustamento cognitivo è dato dall'aver trovato una giustificazione motivazionale a persistere nello scopo nonostante l'intermittenza di *Sé possibili negativi*. Si individuerebbe nella logica del bilanciamento il tentativo di eliminare la dissonanza tra ciò che si fa e ciò che si sa, la cui difficoltà emerge là dove si desidera cambiare non solo il comportamento, ma anche la consapevolezza circa i rischi di insuccesso, o le possibilità di riuscita, connessi ad una precisa situazione (Zara, 2002a).

Essendo i *Sé possibili* proiezioni del *Sé* individuale in realtà future, aspettate o temute, questi dovrebbero differenziarsi in funzione dell'immagine che l'individuo ha di *Sé*, nutrendosi direttamente del clima di fiducia (o sfiducia), autostima e autoefficacia, entro il quale si fa fronte (*coping with*) alle proprie esperienze di formazione e di crescita. Contrariamente a quello che si credeva, Olgivie (1987) ha dimostrato come il *Sé possibile temuto* o *negativo* o *indesiderato* non abbia sempre un effetto deterrente o fallimentare, tutt'altro. Infatti quando esso è controbilanciato da un *Sé aspettato positivo*, nello stesso dominio di interesse, esso può agire da risorsa motivazionale e focalizzante, perché aiuta l'individuo ad attivare le sue energie per evitare l'evento negativo e quindi capire meglio cosa fare per evitare la sua concretizzazione. La funzione del *Sé negativo* è anche quella di autoconsapevolezza, in

quanto permette all'individuo di acquisire consapevolezza circa i possibili ostacoli e impedimenti che si frappongono tra il *Sé aspettato positivo* e le possibilità e opportunità di realizzarlo. Markus e Oyserman (1990) sono partiti dall'assunto che uno squilibrio tra gli aspetti positivi e quelli negativi dei *Sé possibili* sia speculare di una condizione disadattante e di una concezione difettosa del *Sé*. In riferimento a questa prospettiva teorica, si presuppone che la forza motivazionale di una aspettativa sia proporzionale all'energia psicologica che si investe per superare eventuali ostacoli che si presentano nel raggiungimento di un obiettivo. L'assenza di simmetria tra aspettative positive e paure di fallimento in uno specifico ambito potrebbe essere collegata ad una disorganizzazione progettuale, per cui le discrepanze tra *Sé reale* e *Sé ideale* sono ricondotte a condizioni di delusione e di dubbio, il cui effetto è ravvicinato a delle performances disordinate e a condizioni di confusione. Erikson (1959) citando un detto dei cow-boy dell'ovest è riuscito a sintetizzare il senso di incertezza di molti adolescenti e giovani adulti di fronte all'esperienza di ricerca di *Sé*: *non sono quello che dovevo essere, non sono quello che sto per essere, ma non sono neppure quello che ero.*

Un'applicazione empirica dei Sé possibili (di Georgia Zara)

I costrutti del *Sé* e dei *Sé possibili* hanno contribuito a che si iniziassero ad analizzare le problematiche delinquenziali nei termini secondo cui l'individuo antisociale definisce la propria identità e organizza le proprie «aspettative di destino». La letteratura sull'argomento (Markus, Oyserman, 1990) ha voluto analizzare il *come* e il *quanto* le esperienze delinquenziali incidano sulla personalità e sui progetti di vita dei ragazzi con esperienze antisociali e delinquenziali rispetto a quelli non 'delinquenti'. Queste analisi

rivolgono la loro attenzione alle situazioni di pre-antisocialità e antisocialità giovanile.

I percorsi spesso *silenziosi e neganti* con cui ciò che non è parola acquista un proprio ruolo comunicativo, non sono risolvibili in una analisi circoscritta degli elementi aggressivi e distruttivi ricorsivi in una carriera antisociale. Non è infatti possibile arrivare ad esplorare la strutturazione delle dinamiche antisociali seguendo la logica lineare causa-effetto. Risulta difficile leggere il comportamento azione per azione, movimento per movimento, allo stesso modo di come risulta difficile riuscire a leggere un libro lettera per lettera. Il *chi* (esigenze di identità), il *quando* (esigenze di temporalità), il *come* (esigenze di modalità), il *perché* (esigenze esplicative di multicausalità): l'analisi di questi elementi deve essere attivata in modo sistematico, contestualizzato e multidimensionale. L'interesse è utilizzare una logica che cominci ad avviare un processo di concentrazione oltre che sugli intensificatori affettivi, psicologici e sociali del comportamento in senso lato, anche sull'individuo, protagonista, con la sua identità, con le sue motivazioni, con i suoi progetti, di percorsi disadattati e disadattanti.

L'ipotesi di fondo è quella secondo la quale gli individui con problematiche delinquenziali possono distinguersi da quelli non delinquenti per ciò che concerne la concettualizzazione dei loro *Sé possibili*, e la difficoltà a costituirli in coppie simmetriche e bilanciate. In altre parole, una carriera delinquenziale giovanile sembra influenzata dalla difficoltà sia ad elaborare un'immagine di *Sé* alternativa rispetto al *Sé delinquenziale* in cui molti giovani trovano il rifugio della loro identità, sia a trovare un equilibrio tra gli aspetti positivi e negativi dei loro *Sé possibili*. Il *concetto* di *bilanciamento* si riferisce alle relazioni che esistono tra coppie di *Sé possibili*, cioè a quelle cognizioni del *Sé* collegate alle cose che un individuo sa del suo ambiente e sa di se stesso come capace o incapace di realiz-

zare quanto si propone. Si tratta di quel fenomeno che si potrebbe definire *bilanciamento vigilante*, attraverso il quale si può riscontrare come non sia la negativà delle previsioni a preannunciare comportamenti antisociali, problematici o irregolari, quanto lo squilibrio tra aspettative positive e paure che permette di capire, grazie al *processo di semiotizzazione della realtà individuale*, molte delle azioni problematiche degli individui, il cui significato profondo sta al di là dell'aspetto puramente antisociale che viene agìto. Le azioni antisociali possono, infatti, avere anche una connotazione *covert*, ovvero coperta, sono, cioè, azioni caratterizzate da almeno due significati: uno manifesto osservabile, misurabile, valutabile, confrontabile; l'altro latente, silenzioso, profondo, la cui espressione non è diretta. Pertanto le azioni antisociali sono azioni coperte nella misura in cui, andando al di là del fatto puramente distruttivo, si scoprono motivazioni e significati profondi legati al perché e al come di quello stesso comportamento.

Risultati empirici condotti in ambito psicosociale (Markus, Oyserman, 1990) e criminologico (Zara, 2000, 2002a, 2005) hanno evidenziato le eventuali trasformazioni dell'identità nell'evolversi di una *carriera delinquenziale*. Quello che verrà riportato in questo volume è solo una miniaturizzazione della realtà socio-psicologica delle persone antisociali e non, che potrebbe però già cominciare ad offrire lo spunto per una interpretazione del problema. Per un'analisi più approfondita, si rimanda il lettore interessato alla letteratura specialistica (cfr. Zara, 2002c, 2005, 2006).

Gli individui partecipanti a questi studi erano sia individui ufficialmente antisociali che individui socialmente inseriti. Lo scopo era quello di esplorare le trasformazioni del *Sé* dell'individuo in relazione alla sua storia di vita, che poteva essere delinquenziale oppure prosociale. Ad ogni partecipante veniva chiesto di elencare tre *Sé possibili sperati*, tre *Sé possibili aspettati* e tre *Sé possibili temuti* in un futuro prossimo (6 mesi-1 anno). Inoltre dovendo consultare un elenco prestampato di aggettivi definitori e di frasi indicanti attività e situazioni, dovevano anche riportare il grado di autodescrittività di ogni item presentato (per es. sono felice). In relazione ad ogni item l'intervistato doveva indicare se la situazione propostagli nel questionario era descrittiva della sua condizione presente, se si aspettava e se sperava il verificarsi di una situazione simile nel futuro prossimo.

Attraverso la capacità di progettazione temporale delle persone e attraverso la narrazione delle loro psicostorie è stato possibile valutare il ruolo che l'immagine presente di *Sé* riveste sui *Sé possibili*. Cercare di dare una spiegazione dei comportamenti sociali significa, anche se non sempre e non solo, riuscire ad individuare i loro meccanismi di generazione. I risultati ottenuti da questi studi suggeriscono che il *Sé* si strutturerebbe differentemente a seconda che gli individui siano o non siano individui con esperienze delinquenziali, soprattutto se messi nella condizione di dover proiettare la propria immagine in realtà future, aspettate e temute. Se i progetti di vita dei ragazzi non delinquenti includevano interessi legati alla scuola, allo studio e alla realizzazione di sé come persone socialmente competenti e inserite, per i giovani problematici i *Sé possibili* acquistavano una connotazione differente, in cui l'uscire da una condizione di disoccupazione e il diventare capaci di autocontrollarsi risultavano le aspettative maggiormente espresse.

Per quanto riguarda i *Sé temuti*, i ragazzi hanno fatto dichiarazioni pressoché simili tra loro. La paura di perdere persone care, di non riuscire ad adattarsi alle diverse situazioni, risultavano dei fantasmi comuni nella vita dei ragazzi di entrambi i gruppi. Alcune differenze rilevanti hanno cominciato ad evidenziarsi là dove si entrava nello specifico della loro vita personale. Ossia, mentre per i non delin-

quenti le paure più ricorrenti erano quelle legate al contesto più importante, la scuola (si noti l'equilibrio tra *Sé possibili*), per i giovani antisociali la paura di commettere reati, di persistere in una carriera antisociale, di fallire nella loro vita e andare nuovamente in carcere risultavano i *Sè possibili* temuti comuni e più ricorrenti. Si tratta di ansie e preoccupazioni spiegabili in relazione alle loro esperienze di vita e alla loro realtà socio-psicologica, e altrettanto comprensibili se si osserva l'asimmetria tra le loro aspettative e paure dichiarate.

Gli individui antisociali avevano riportato un'alta incidenza di *Sé possibili* fallimentari legati alla loro storia passata; tuttavia non era tanto la presenza di *Sé temuti* e *negativi* che caratterizzava questo gruppo, quanto lo sbilanciamento tra *Sé possibili*, che consisteva in un'alta presenza di *Sé negativi* non coerentemente associati a *Sé aspettati positivi* in grado di contrastrali. La differenza tra i due gruppi in questo studio è costituita primariamente da una diversità concettuale del *Sé personale*, fondamentalmente legata alla propria biografia esistenziale, alle esperienze e alle condizioni di vita, dalle quali non si può prescindere, in quanto variabili decisive nella costruzione della propria storia di vita e del suo evolversi.

Da questi risultati empirici, emerge come il *Sé* risulti spesso collegato alla cosiddetta *sindrome dello specchietto retrovisore*, per la quale qualunque riflessione circa se stessi è anche, se non soprattutto, una riflessione retrospettiva. Quello che si è stati, quello che si è fatto e quello in cui si ha fallito, incide più o meno direttamente, più o meno favorevolmente, sull'immagine del *Sé presente*. Anche se i *Sé possibili* sono una sorta di *potenziale di aspettative* e di *cambiamento*, spesso certe esperienze di vita, specie quando drammatiche, sembrano ipotecare duramente gli obiettivi, le scelte e gli ideali dell'individuo, per cui questo potenziale rischia di disperdere la propria sovranità motivazionale, là dove prevale una condizione di inadeguatezza e di autoimpedimento. L'incapacità di trovare una corrispondenza tra le proprie aspettative e i propri timori è apparsa acutizzata in coloro che, avendo un concetto di *Sé negativo*, non riuscivano a risolvere cognitivamente e motivazionalmente, con delle aspettative positive, le proprie preoccupazioni di fallimento. I giovani antisociali erano apparsi maggiormente incerti circa il proprio futuro, incapaci di elaborare con convinzione progetti di riuscita e di realizzazione personale, e percorsi di cambiamento. È come se vivessero in uno stato di presentificazione, per cui il loro passato antisociale e spesso violento, associato ad un concetto di *Sé negativo*, risultava il solo filtro percettivo con cui *prospettizzare* la propria immagine, in una sorta di *profezia che si autoadempie*.

S'i fosse fuoco, arderei 'l mondo;
s'i fosse vento, lo tempestarei;
s'i fosse acqua, i l'annegherei;
s'i fosse Dio, mandereil'en profondo;
s'i fosse papa, allor serei giocondo;
ché tutti cristiani imbrigarei;
s'i fosse 'mperator, ben lo farei;
a tutti tagliarei lo capo a tondo.
S'i fosse morte, andarei a mi padre;
s'i fosse vita, non starei con lui;
similemente faria da mi madre.
S'i fosse Cecco com'i sono e fui,
torrei le donne giovani e leggiadre:
le zoppe e laide lasserei altrui.

CECCO ANGIOLIERI, *S'i fosse fuoco*

2.2. Sé possibili: risultati accademici e obiettivi professionali (di Georgia Zara)

Abbiamo visto come i *Sé possibili* rappresentino concezioni del *Sé personale* in situazioni future; queste situa-

zioni possono coinvolgere diversi aspetti relativi all'autopercezione del *Sé* psicologico e corporeo, alle dimensioni affettiva, relazionale, sociale e professionale. Le aspirazioni al successo sono i più forti predittori di riuscita e costanza accademica (Pizzolato, 2006). Studi specialistici hanno evidenziato come il fallimento nella realizzazione dei *Sé possibili desiderati* o *ideali* possa aumentare il rischio di disturbi depressivi (King, 2001; Oyserman, Fryberg, 2006), mentre un costante confronto con *Sé negativi* e *fallimentari* incide sul senso di insicurezza e inadeguatezza personale.

Un ambito di particolare interesse empirico è quello relativo alla realizzazione dei *Sé possibili accademici e professionali*. Per *Sé professionale* s'intende l'immagine di sé che l'individuo elabora rispetto al proprio percorso professionale e all'attività lavorativa che desidera svolgere. Quegli individui che, invece, non sono equipaggiati con specifici *Sé possibili accademici* (per es. coinvolgimento scolastico, motivazione allo studio, fare le esercitazioni richieste, seguire le lezioni, preparare le relazioni per i seminari, ecc.) e *professionali*, con maggiore probabilità, non completeranno il loro percorso di studi e con maggiore probabilità finiranno con il perseguire lavori poco gratificanti (Oyserman, Bybee, Terry, 2006).

La realizzazione di se stessi avviene, infatti, anche attraverso il *Sé professionale*: gli individui nel corso della loro vita investono energie e tempo nella realizzazione di obiettivi accademici e professionali, in funzione del raggiungimento di una carriera professionale specifica.

Cosa desidero fare da grande? Lo scienziato oppure lo stilista? Il medico oppure l'ingegnere?

Queste scelte professionali implicano progettualità e investimento motivazionale. Tutti i *Sé possibili* per essere realizzati hanno infatti bisogno di essere associati a piani di azione, non solo funzionali alla natura degli obiettivi che si desiderano raggiungere, ma anche coerenti rispetto all'identità sociale della persona. In altre parole, i *Sé possibili* devono avere una base di concretezza per diventare *Sé possibili veri*, devono cioè essere legati a strategie operative e contestualizzate all'ambiente entro cui essi dovrebbero realizzarsi. Se un giovane studente desidera diventare un infermiere non avrà alcun senso per la realizzazione di questo *Sé professionale* iscriversi ad una scuola d'arte, e la scelta principale dovrà essere, invece, l'iscrizione ad una scuola infermieri della città o della provincia di appartenenza.

È stato inoltre dimostrato (Oyserman, Bybee, Terry, 2006) che quanto più il *Sé professionale* prescelto (diventare un *infermiere* oppure un *pittore*) è socialmente riconosciuto e apprezzato, maggiore sarà l'investimento motivazionale nella realizzazione dello stesso. I *Sé professionali* risentono quindi delle influenze sociali e culturali e si rinforzano in funzione dei feedbacks di accoglienza che ricevono dal contesto sociale.

La triplice funzione focalizzante, strutturante ed energizzante che i *Sé possibili* esercitano sull'azione è stata analizzata da Inglehart, Markus, Brown (1989) in riferimento ai progetti professionali ed ai risultati ottenuti in ambito accademico. Lo studio è stato condotto su alcuni studenti iscritti alla Facoltà di Medicina, seguiti periodicamente per l'intero corso di studi. Si chiedeva loro di indicare in che misura la carriera medica venisse considerata quale unica carriera possibile, e il grado di attrattiva che essa esercitava nei loro confronti.

L'ipotesi dalla quale si partiva era che quanto più gli studenti focalizzavano i loro interessi su una carriera coerente alle loro scelte universitarie (nello specifico la carriera medica), migliori erano i loro risultati accademici. Inoltre quanto più consideravano la professione (nella fattispecie) del medico come la più attraente e soddisfacente, migliori e più ampie risultavano le acquisizioni accademiche. I risultati, in ottemperanza alle aspettative, hanno messo in evidenza che quanto più una persona focalizzava

la propria attenzione su un *Sé professionale specifico*, migliori erano i risultati universitari che riusciva a perseguire. Lo stesso dicasi per quanto concerne l'aspetto energizzante. Si è constatato che quanto più una persona valutava una professione futura come la più soddisfacente, migliore e maggiore era il suo impegno nel realizzare il suo desiderio. In altri termini, quanto più un *Sé possibile professionale* (fare il medico) veniva considerato attraente, tanto superiore era l'investimento energetico che la persona attivava per renderlo concretizzabile.

Al contrario, ad un maggior numero di *Sé possibili professionali*, in molti casi antagonisti o confusivi (faccio il medico oppure il ballerino classico?) corrispondevano risultati accademici peggiori. Una delle possibili plausibili spiegazioni risiede nella difficoltà a mettere a fuoco, in modo chiaro e specifico, il proprio futuro professionale; quando succede questo si disperdono i propri interessi in ipotesi alternative, rendendo più difficile l'organizzazione del proprio pattern comportamentale in vista del perseguimento del proprio progetto. Pertanto provare eccitazione ed entusiasmo al pensiero di poter svolgere una determinata professione favorisce la realizzazione delle cosiddette *tappe di avvicinamento* all'obiettivo.

La presenza di *tappe di avvicinamento* o *tappe intermedie* ha la funzione di monitorare orizzontalmente la gratificazione, in quanto l'individuo ha così la possibilità di misurare le sue abilità e i suoi fallimenti durante tutto il suo percorso di avvicinamento all'obiettivo. Per esempio, il superamento di ogni esame universitario rinforzerà la forza motivazionale, focalizzante ed energizzante del *Sé possibile professionale* (fare il *medico*), mentre un fallimento in una prova accademica darà all'individuo la misura di quello che deve modificare se desidera realmente raggiungere quello specifico obiettivo.

La concezione delle proprie capacità e dei propri interessi sembra incidere sulla realizzazione personale e professionale dell'individuo, in poche parole sul senso della propria carriera. I *Sé possibili* quindi diventano una forza trainante per la pianificazione e per l'azione.

3. la teoria dell'autodiscrepanza
(di Georgia Zara)

La separazione-individuazione dei compiti di vita, specie nel periodo adolescenziale, e la transizione verso una vita adulta richiedono un bilanciamento tra i *Sé assegnati* e i *Sé scelti*. I primi sono i *Sé standardizzati* che l'individuo assimila per rispondere alle aspettative sociali (i *Sé* di status, di genere, di cittadinanza, di occupazione, ecc.). I *Sé scelti* rispondono al «chi» l'individuo vuole diventare (ambizioni, progetti di vita, aspettative personali, ecc.).

Come abbiamo già ampiamente descritto, i *Sé possibili* sono le aspettative, gli ideali e le paure che l'individuo ha in riferimento a se stesso in situazioni future. Lo sviluppo di un senso di coerenza tra i diversi *Sé possibili* e le richieste e le aspettative della comunità, è uno dei compiti prioritari nell'adolescenza, ma che persiste per tutto il corso della vita dell'individuo. È all'inizio dell'adolescenza, periodo della vita definito da Hall (1904) *the birthday of imagination*, ovvero il compleanno dell'immaginazione, che molti adolescenti elaborano con intenso interesse un'idea di se stessi e della propria vita fondamentalmente *fantasticata*, appoggiandosi ad immagini di unicità e grandezza propri di quello che può essere definito *the myth of the hero* (Campbell, 1949, cit. in Zara, 2002b, p. 33), ovvero il mito dell'eroe, e che Elkind (1967, 1985) definiva *the personal fable*, la fiaba personale, che tuttavia spesso risultano avere poca corrispondenza con le esperienze della vita quotidiana.