

Ks. Piotr TYMOSIEWICZ*

I MODELLI TEORICI SUL TEMPERAMENTO ADULTO

Contenuto: Introduzione; 1. Il modello biologico di Hans J. Eysenck: 1.1. *I tre superfattori del temperamento*, 1.2. *Le basi biologiche del temperamento*; 2. Il modello neuropsicologico di Jeffrey A. Gray: 2.1. *Le dimensioni del temperamento*, 2.2. *I meccanismi neurofisiologici di temperamento*; 3. Il modello della «sensation seeking» di Marvin Zuckerman: 3.1. *La «sensation seeking»: definizione e struttura*, 3.2. *Le basi biologiche di «sensation seeking»*; 4. Il modello PAD di Albert Mehrabian; 5. La Teoria Regolativa del Temperamento (TRT) di Jan Strelau: 5.1. *La definizione di temperamento di Jan Strelau*, 5.2. *La struttura del temperamento nella TRT*; Conclusione; Summary: Models of adult temperament; Streszczenie: Wybrane modele temperamentu osób dorosłych.

Parole chiave: temperamento, adulti, modelli del temperamento, personalità, tratti temperamentali, dimensioni temperamentali, struttura del temperamento

Key words: temperament, adults, models of temperament, personality, temperament traits, temperament dimensions, structure of temperament

Słowa kluczowe: temperament, osoby dorosłe, modele temperamentu, osobowość, cechy temperamentalne, wymiary temperamentu, struktura temperamentu

Introduzione

Il temperamento costituisce la parte più remota e più stabile che rende la personalità umana costante nel tempo e su cui l'uomo sviluppa il proprio carattere. Esso viene studiato fin da tempi antichissimi e con modalità e strumenti diversi: dall'approccio speculativo a quello empirico, dalla riflessione filosofica alla ricerca psicologica. Il concetto di tempe-

*Autor, wykładowca w Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie – Filia w Białej Podlaskiej, prezbiter diecezji siedleckiej, wyświęcony w 2006 roku, w latach 2007-2015 studiował psychologię w Papieskim Uniwersytecie Salezjańskim w Rzymie, broniąc pracę doktorską pt. *Il temperamento della persona come regolatore del comportamento comunicativo nel matrimonio. Una ricerca nella diocesi di Siedlce in Polonia*; artykuł stanowi część nie publikowanej tej pracy.

ramento trova perciò una varietà di definizioni, ciascuna delle quali riflette l'orientamento teorico del ricercatore che lo studia. Comunque, dall'inizio della riflessione sul temperamento umano si è pensato che scoprire la parte più stabile della propria personalità aiuti a capire il proprio modo di comportarsi, mentre conoscere il temperamento della persona con cui si entra in relazione permette di comprenderne la condotta. Le persone che interagiscono non possono, quindi, lasciare da parte il proprio temperamento ma mettono in atto comportamenti da esso influenzati.

In questo articolo presentiamo e analizziamo alcuni psicologici modelli sul temperamento adulto. Nella letteratura da noi utilizzata vengono usate le parole «teoria» o «modello» del temperamento. Comunque noi, attraverso queste parole, intendiamo definire un insieme di concetti che contribuiscono notevolmente alla scienza del temperamento e che presentano i problemi teorici atti a una verifica e a una conferma empirica¹.

All'inizio analizzeremo il modello di Hans J. Eysenck, poi ci occuperemo del modello di Jeffrey A. Gray. In seguito presenteremo il modello di Marvin Zuckerman, il modello di Albert Mehrabian e alla fine la teoria di Jan Strelau.

1. Il modello biologico di Hans J. Eysenck

Hans Jürgen Eysenck è l'autore della teoria trifattoriale, definita anche come *la teoria biologica del temperamento*². Eysenck nacque in Germania nel 1931 e morì in Inghilterra nel 1997; svolse la sua attività scientifica prevalentemente presso l'Istituto di psichiatria del *Maudsley Hospital* a Londra in Inghilterra.

2.1. I tre superfattori del temperamento

Eysenck utilizza i termini «temperamento» e «personalità» in alternanza, spesso come sinonimi. Il fenomeno del temperamento, tuttavia, descritto e spiegato attraverso le dimensioni, si riferisce a quegli aspetti della personalità che non riguardano la sfera cognitiva³. La teoria della personalità di Eysenck può essere dunque definita come una teoria del temperamento⁴.

¹ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, Warszawa 2012, p. 75.

² *Ibidem*.

³ H. J. Eysenck, M. W. Eysenck, *Personality and Individual Differences: A Natural Science Approach*, New York 1985, p. 353.

⁴ J. Strelau, B. Zawadzki, *Psychologia różnic indywidualnych*, in J. Strelau, D. Doliński (Eds.), *Psychologia. Podręcznik akademicki. Tom 1*, Gdańsk 2011, p. 789.

Eysenck distingue tre fattori temperamentali: l'estroversione – introversione, il nevroticismo e lo psicoticismo. Questi fattori generali vengono chiamati anche i superfattori⁵, le dimensioni⁶ o i tipi della personalità⁷. Anche noi, quindi, utilizziamo questi termini in alternanza.

Le due principali dimensioni del temperamento sono l'estroversione – introversione e il nevroticismo; esse vengono scoperte nelle prime ricerche di Eysenck⁸. Poi viene aggiunta anche la terza dimensione, lo psicoticismo⁹.

Per arrivare a definire i tratti temperamentali, Eysenck, attraverso l'analisi fattoriale, elabora le unità descrittive della personalità secondo quattro livelli di organizzazione comportamentale disposti gerarchicamente. La teoria dei tratti di Eysenck, dunque, viene definita gerarchica¹⁰.

Per elaborare i fattori della personalità (o temperamento) Eysenck adotta *la tecnica della rotazione obliqua della matrice della correlazione*¹¹; ruota, dunque, una matrice di semplici dati comportamentali e in questo modo ottiene fattori di primo ordine che sono correlati obliquamente. Essi, elaborati ulteriormente, portano a un numero ancora più basso di fattori chiamati di secondo ordine; e così via, fino ai fattori di quarto ordine. Al livello più basso di organizzazione comportamentale si trovano reazioni comportamentali specifiche, quindi le risposte più o meno tipiche di un individuo. Al secondo livello appartengono le reazioni abituali o consistenti, dunque comportamenti o reazioni specifiche, che generalmente ricorrono in circostanze simili. Al terzo livello si arriva all'organizzazione delle relazioni specifiche in tratti, che sono i costrutti teorici basati su correlazioni osservate tra un certo numero di diverse reazioni abituali. Per quanto riguarda invece il quarto livello, in esso si ottiene l'organizzazione dei tratti in un tipo generale, o in una dimensione temperamentale, come ad esempio *l'estroverso*.

Nella teoria di Eysenck vengono distinti, quindi, le reazioni, i tratti e i tipi. Le reazioni possono essere specifiche o abituali. I tratti, invece, sono tendenze interne relativamente

⁵ H. J. Eysenck, *Superfactors P, E, and N in a comprehensive factor space*, in «Multivariate Behavioral Research», 13 (4) 1978.

⁶ H. J. Eysenck, *Genetic and environmental contributions to individual differences: The three major dimensions of personality*, in «Journal of Personality», 58 (1) 1990.

⁷ H. J. Eysenck, M. W. Eysenck, *Personality and Individual Differences: A Natural Science Approach*, op. cit.

⁸ H. J. Eysenck, *Dimensions of personality*, New York 1947; H. J. Eysenck, *The Scientific Study of Personality*, London 1952.

⁹ H. J. Eysenck, S.B.G. Eysenck, *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire*, London 1975; H. J. Eysenck, M. W. Eysenck, *Psychoticism as a Dimension of Personality*, London 1976.

¹⁰ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 75.

¹¹ H. Franta, *Psicologia della personalità. Individualità e formazione integrale*, Roma 1982, p. 45.

stabili; essi risultano dall'aggregazione di reazioni simili. Eysenck è interessato principalmente a quelle dimensioni temperamentali che costituiscono i fattori di quarto livello di organizzazione, cioè i fattori di secondo ordine. Tali dimensioni, come è stato scritto sopra, sono estroversione vs. introversione (E – I), nevroticismo (N) e psicoticismo (P); esse sono indipendenti tra di loro.

È interessante che nella teoria di Eysenck sia difficile trovare una tipica definizione dei superfattori temperamentali. Essi vengono intesi come le correlazioni reciproche tra i diversi tratti¹². L'estroversione della dimensione E – I (estroversione vs. introversione) comprende, allora, tratti (cioè i fattori di primo ordine) come socievolezza, impulsività, attività, vivacità ed eccitabilità. Invece il tipo introversione della stessa dimensione riguarda tratti come persistenza, rigidità, soggettività, ritrosia e irritabilità. Per quanto concerne la dimensione del nevroticismo (N), essa è costituita dai tratti di ansia, angoscia, senso di colpa, autostima bassa e tensione; il loro opposto sono equilibrio o stabilità emotiva, perseveranza sociale e orientamento verso la mèta¹³.

Lo psicoticismo (P), di cui l'opposto è il controllo degli impulsi, comprende tratti come aggressività, freddezza emotiva, egocentrismo e impulsività. Esso ha la funzione di distinguere gli individui normali dagli psicotici. Secondo Eysenck questa dimensione è composta da due poli; il primo viene descritto da tratti come altruismo, empatia o socievolezza, mentre il secondo comprende sindromi patologiche come psicopatia e schizofrenia¹⁴.

2.2. Le basi biologiche del temperamento

Il modello del temperamento di Eysenck viene individuato come biologico. Alcuni autori¹⁵ parlano addirittura di “una sorta di riduzionismo biologista” che riguarda questo modello.

È stato proprio Eysenck, insieme a Donald B. Prell¹⁶, a condurre la prima ricerca nella quale, nello studio sulla personalità, è stata applicata la genetica del comportamento. Quasi dall'inizio della sua attività scientifica Eysenck è accompagnato dalla convinzione che le differenze individuali nei tratti hanno una solida base genetica; poi, basandosi sui risultati

¹² H. J. Eysenck, *Genetic and environmental contributions to individual differences: The three major dimensions of personality*, op. cit., p. 244.

¹³ H. Franta, op. cit., p. 46.

¹⁴ H. J. Eysenck, *The definition and measurement of psychoticism*, in «Personality and Individual Differences», 13 (7) 1992, p. 758.

¹⁵ G. V. Caprara, A. Gennaro, *Psicologia della personalità. Storia, indirizzi teorici e temi di ricerca*, Bologna 1999, p. 333.

¹⁶ H. J. Eysenck, D. Prell, *The inheritance of neuroticism: on experimental study*, in «The Journal of Mental Health», 97 (8) 1951.

delle sue ricerche, stima l'ereditarietà dei tratti temperamentali circa al 50-60%¹⁷.

La maggior parte della sua riflessione teorica e della ricerca empirica sulle basi biologiche del temperamento riguarda la dimensione estroversione – introversione, meno il nevroticismo, quasi per niente lo psicoticismo.

All'inizio la dimensione estroversione – introversione (E – I) è stata messa in relazione all'inibizione corticale e alla facilità di condizionamento. È stata avanzata l'ipotesi che l'estroverso fosse più disposto all'inibizione corticale e meno sensibile al condizionamento rispetto all'introverso. Successivamente questa dimensione è stata posta in relazione al sistema di attivazione reticolare ascendente ed è stata sviluppata l'ipotesi che il livello dell'estroversione – introversione fosse una misura dell'eccitabilità (*arousability*) corticale risultante dall'attività di tale sistema. Secondo la visione più recente gli introversi hanno un elevato livello interno di eccitazione (*arousal*), perciò tendono ad evitare la stimolazione esterna per non avere un eccesso di stimolazione; gli estroversi, al contrario, avendo un basso livello di eccitazione (*arousal*), tendono più a ricercare le intense stimolazioni esterne, a “preservare o realizzare un livello di stimolazione per loro ottimale”¹⁸.

Per quanto riguarda i fondamenti biologici del nevroticismo, all'inizio esse sono state riferite all'attività del sistema nervoso autonomo; l'ipotesi era quella di cercare le basi fisiologiche del nevroticismo nelle differenze dei livelli di reattività del sistema simpatico. Successivamente questa dimensione è stata posta in relazione con il sistema limbico, più precisamente all'attività di quella parte del sistema nervoso che comprende l'ippocampo, l'amigdala, il setto, il cingolo e l'ipotalamo. L'affermazione più recente che riguarda il fattore del nevroticismo è che *lo studio sulla popolazione normale non fornisce delle prove solide per appoggio alla teoria sul collegamento tra il nevroticismo e gli indicatori fisiologici dell'attivazione*¹⁹.

Non è stata proposta da Eysenck nessuna teoria fisiologica sullo psicoticismo. Tuttavia, sono stati raccolti alcuni dati da cui emerge che l'indicatore dell'ereditarietà dello psicoticismo è paragonabile a quello di altre dimensioni del temperamento²⁰. Comunque, la dimensione dello psicoticismo tuttora sembra la più problematica, in quanto i suoi mecca-

¹⁷ H. J. Eysenck, M. W. Eysenck, *Personality and Individual Differences: A Natural Science Approach*, op. cit., p. 96.

¹⁸ G. V. Caprara, A. Gennaro, op. cit., p. 331.

¹⁹ H. J. Eysenck, *Biological dimensions of personality*, in L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research*, New York 1990, p. 266.

²⁰ H. J. Eysenck, M. W. Eysenck, *Personality and Individual Differences: A Natural Science Approach*, op. cit.; H. J. Eysenck, *Genetic and environmental contributions to individual differences: The three major dimensions of personality*, op. cit.; M. Zuckerman, *Models of adult temperament*, in M. Zentner, R. L. Shiner (Eds.), *Handbook of Temperament*, New York 2012.

nismi biologici non sono ancora conosciuti²¹.

In conclusione bisogna notare che, anche se la teoria di Eysenck nel corso di circa settant'anni ha subito delle modifiche, i suoi fondamenti rimangono stabili e fermi; ciò riguarda principalmente il suo carattere biologico e i tre superfattori.

La teoria di Eysenck viene proposta come un sistema di spiegazione esaustiva della personalità globale, che vuole formulare leggi generali della regolazione dello sviluppo e del comportamento; essa ha l'ambizione di *ancorare la descrizione e la previsione della condotta all'indagine sui processi e sui meccanismi biologici che la sostengono e la determinano*²².

2. Il modello neuropsicologico di Jeffrey A. Gray

Jeffrey Allan Gray (1934-2004) è stato il più eminente allievo di Eysenck. L'autore ha svolto la sua attività scientifica prevalentemente presso l'*Oxford University* in Inghilterra. Gray ha condotto una critica della teoria formulata dal suo maestro e ha sviluppato la propria teoria neurofisiologica del temperamento. Il modello di Gray enfatizza il ruolo dei meccanismi fisiologici ed è questo ciò che lo differenzia in modo particolare dagli altri modelli di temperamento adulto. Questo modello, inoltre, si collega al concetto di *livello ottimale di attivazione*²³.

2.1. Le dimensioni del temperamento

Gray ha condotto esperimenti sul condizionamento classico e strumentale dei ratti e ha cercato di spiegare l'influsso delle punizioni e dei premi sull'apprendimento. L'autore si è focalizzato sui meccanismi fisiologici, biochimici e sulle strutture nervose responsabili dell'ansia nei ratti. I risultati di questi esperimenti e anche una revisione critica della teoria di Eysenck hanno condotto Gray alla conclusione che l'estroversione – introversione e il nevroticismo costituiscono dei tratti secondari. Vi sono altri fattori che giocano un ruolo più importante: l'ansia e l'impulsività. Essi costituiscono le variabili chiave che differenziano gli individui più facilmente condizionabili da quelli più difficilmente condizionabili, *in rapporto anche alla specificità del rinforzo considerato (premio o punizione)*²⁴. Nel modello di Eysenck l'ansia costituisce una dimensione intermedia tra nevroticismo e introversione, mentre nel modello di Gray essa si riferisce a una delle due dimensioni principali che insorgono attraverso la rotazione di 45 gradi dei fattori eysenckiani (l'estroversione – introversione e il nevroticismo).

²¹ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 83.

²² G. V. Caprara, A. Gennaro, op. cit., p. 320.

²³ *Ibidem*, p. 357.

²⁴ *Ibidem*, p. 338.

Gray ha formulato due premesse che lo hanno guidato nello studio sul temperamento:

- il temperamento rispecchia le differenze individuali nelle predisposizioni a certe emozioni;
- le emozioni sono gli stati del sistema nervoso centrale che vengono suscitate dagli accadimenti rinforzanti²⁵.

La variabile mediatrice del tratto di ansia è, secondo Gray, la sensibilità (la suscettibilità) nei confronti della punizione, della mancanza del premio o della novità della situazione. Più alta è tale sensibilità, più forte è l'ansia. Gli individui molto ansiosi sono, dunque, particolarmente suscettibili ai segnali e ai rinforzi punitivi. Per quanto riguarda invece il tratto di impulsività, la condizione delle differenze individuali di esso è la sensibilità (la suscettibilità) ai segnali del premio e della mancanza della punizione; più alta è tale sensibilità, più elevata sarà anche l'impulsività. Gli individui molto impulsivi, quindi, sono particolarmente suscettibili ai segnali e ai rinforzi al premio. Questa dimensione, inoltre, riflette le differenze individuali nel livello di *arousal* dovute al ritmo cardiaco, ovvero la modulazione di tale livello rispetto al ritmo cardiaco²⁶.

Prendendo in considerazione il modello sul temperamento di Gray, si possono interpretare anche i tratti eysenckiani dell'estroversione – introversione e del nevroticismo. L'estroversione è una combinazione tra un basso livello di ansia e un alto livello di impulsività. Gli estroversi, allora, sono molto sensibili nei confronti dei premi e poco nei confronti delle punizioni; gli introversi, al contrario, sono più sensibili alle punizioni che ai premi. Il nevroticismo viene visto, invece, come il risultato di un alto livello di ansia e un alto livello di impulsività. In altre parole, nelle persone nevrotiche è rafforzato l'influsso degli stimoli della punizione e del premio²⁷.

Oltre all'ansia e all'impulsività, nelle pubblicazioni più recenti Gray ha postulato anche l'esistenza di una terza dimensione principale di temperamento: si tratta della difesa o della capacità difensiva²⁸. Questo tratto si manifesta nell'aggressività e nella fuga difensiva. Il fattore mediatore di questa dimensione è la suscettibilità agli stimoli avversivi incondizionati. In seguito spieghiamo più dettagliatamente questa dimensione.

2.2. I meccanismi neurofisiologici di temperamento

²⁵ J. A. Gray, *The neuropsychology of temperament*, in J. Strelau, A. Angleitner (Eds.), *Exploration in temperament: International perspectives on theory and measurement*, New York 1991, p. 106-107.

²⁶ G. V. Caprara, A. Gennaro, op. cit., p. 338.

²⁷ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 159.

²⁸ J. A. Gray, *The neuropsychology of temperament*, op. cit.

Uno dei contributi più importanti di Gray nello studio sul temperamento sono le proposte delle verifiche empiriche sottostanti agli ipotetici meccanismi fisiologici dei tratti temperamentali. L'autore distingue tre sistemi indipendenti, che guidano le emozioni (alle emozioni, come abbiamo detto prima, si riferisce il temperamento). Tali sistemi possiedono le funzioni e le strutture specifiche che costituiscono una base biologica dei tratti temperamentali. Essi vengono analizzati di seguito.

Il sistema di inibizione comportamentale (*Behavioral Inhibition System*, BIS) è responsabile per il controllo dell'ansia. Esso condiziona, allora, la sensibilità ai segnali di punizione, di mancanza di premio o di novità della situazione, ed è responsabile della reazione a questi stimoli, cioè alla inibizione del comportamento, all'incremento dell'attività e dello stato di vigilanza. Il BIS viene controllato, a sua volta, da un insieme di strutture interagenti come il sistema setto – ippocampale, i suoi afferenti monoaminergici dal tronco encefalico e le sue proiezioni nel lobo frontale. Lo stato soggettivo dell'ansia è riferito proprio all'attività del BIS. Il tratto dell'ansia viene definito come uno stato in cui l'individuo reagisce a un pericolo (gli stimoli associati alla punizione o alla mancanza di premio) o a una novità della situazione (insicurezza) con una reazione di tipo «fermati, osserva, ascolta e sii pronto di agire»²⁹. È proprio la reattività (la sensibilità) dei parametri del BIS a essere il fattore responsabile per le differenze individuali nell'ansia (il tratto di ansia).

Il sistema di attività comportamentale (*Behavioural Approach System* o *Behavioral Activation System*, BAS) è il secondo sistema distinto da Gray. I meccanismi fisiologici coinvolti nella sua regolazione e nella determinazione della diversa impulsività non sono ben chiari³⁰. L'ipotesi di Gray è quella che un'alta sensibilità del BAS abbia una relazione con un comportamento rinforzato positivamente, quindi con le emozioni positive (per esempio, speranza, felicità).

Il sistema lotta – fuga (*Fight/Flight System*, F/FLS) è il terzo sistema regolativo che guida le emozioni e sta alla base dei tratti temperamentali. La sensibilità (livello di reattività) del F/FLS costituisce una base delle differenze individuali nel livello delle capacità difensive e ciò si riferisce al terzo tratto principale del temperamento (dopo l'ansia e l'impulsività). Questo tratto si manifesta nella persona attraverso la rabbia³¹.

I tre sistemi definiti da Gray sono interconnessi e contribuiscono insieme al comportamento degli individui. Quello che modula le loro azioni e interazioni non è soltanto

²⁹ *Ibidem*, p. 110.

³⁰ G. V. Caprara, A. Gennaro, op. cit., p. 338.

³¹ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 161.

l'energia fornita dai meccanismi di attivazione, ma anche l'energia derivata dai meccanismi di decisione. La maggior attenzione di Gray nelle sue pubblicazioni è dedicata al sistema di inibizione comportamentale³².

Alla luce del funzionamento dei tre sistemi di Gray possono essere spiegate anche le dimensioni temperamentali di Eysenck. La dimensione estroversione – introversione rifletterebbe l'equilibrio tra le reattività del BIS e del BAS, mentre il nevroticismo risulterebbe dalla somma di tali reattività. La terza dimensione eysenckiana, lo psicoticismo, potrebbe riflettere differenze individuali nella reattività del terzo sistema, cioè del sistema *lotta – fuga*³³. Comunque, le dimensioni eysenckiane, come detto prima, nel modello di Gray sono secondarie e derivate da quelle primarie.

Ultimamente la teoria riguardante questi sistemi è stata revisionata. Per esempio, secondo la visione aggiornata, il terzo sistema viene chiamato il *fight – flight – freeze system* (FFFS). Non vogliamo entrare in un'analisi ancora più profonda di questo contenuto in quanto ciò non appartiene allo scopo del nostro lavoro.

Attraverso la riflessione qui fatta sui meccanismi biologici sottostanti ai tratti temperamentali possiamo arrivare alla conclusione che la conoscenza delle strutture fisiologiche determinanti le differenze individuali a livello temperamentale non è ancora totalmente nota. Lo stesso Gray afferma che la maggior parte della sua analisi deve necessariamente avere carattere speculativo³⁴.

Alla fine della nostra riflessione sul modello di temperamento di Gray bisogna ricordare alcune critiche che esso ha subito. Innanzitutto non è stato costruito nessuno strumento psicometrico che potesse misurare in modo soddisfacente i tratti definiti nella teoria di Gray. Ciò evidenzia le difficoltà nella costruzione di un modello temperamentale sulla base degli studi fatti sui ratti, poiché è difficile fare analogie tra le persone e gli animali. La teoria di Gray può essere inoltre vista come una teoria dell'ansia e non come una teoria del temperamento; inoltre è stato criticato anche il suo forte orientamento biologico³⁵. In ogni caso, il contributo di Gray alla scienza del temperamento rimane presente, apprezzato, e costituisce un'ispirazione per le ricerche in questo campo³⁶.

Passiamo adesso alla presentazione di modello di temperamento adulto proposto da

³² G. V. Caprara, D. Cervone, *Personalità. Determinanti, dinamiche, potenzialità*, Milano 2003, p. 206.

³³ *Ibidem*.

³⁴ J. A. Gray, *The neuropsychology of temperament*, op. cit., p. 113.

³⁵ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 163.

³⁶ G. V. Caprara, D. Cervone, op. cit., p. 207.

Marvin Zuckerman, che è stato influenzato sia dalla teoria di Jeffrey A. Gray, sia da quella di Hans J. Eysenck.

3. Il modello della «*sensation seeking*» di Marvin Zuckerman

Marvin Zuckerman, il professore presso l'*University of Delaware* negli Stati Uniti, è uno dei pochi psicologi delle differenze individuali che sviluppa una teoria del temperamento riferita soltanto a una dimensione. Il suo modello collega i risultati delle ricerche sugli animali e sulle caratteristiche comportamentali con gli indicatori psicofisiologici.

3.1. La «*sensation seeking*»: definizione e struttura

La carriera scientifica di Zuckerman inizia con lo studio sulla deprivazione sensoriale. I risultati di questo studio evidenziano un diverso comportamento degli individui in condizioni di deprivazione. Per misurare tali differenze viene costruita una scala che permette un passo in avanti per la ricerca successiva, nella quale Zuckerman si riferisce al costrutto del *livello ottimale di attivazione* di Donald Olding Hebb³⁷. Hebb parla di un livello ottimale, moderato, di attivazione a cui tende l'organismo; l'individuo ricerca una stimolazione finché questo livello non è raggiunto. Per creare il suo modello Zuckerman riprende il concetto di Hebb e postula che l'organismo si caratterizza per un livello ottimale di attivazione. Le persone mirano, quindi, a mantenere un tono edonico positivo attraverso tale livello ottimale di stimolazione³⁸.

Zuckerman introduce il concetto di «*sensation seeking*», cioè il concetto della «ricerca di sensazioni» che viene definito come *il bisogno di varie, nuove e complesse sensazioni ed esperienze e perciò la propensione ad assumere rischi fisici e sociali al solo fine di tale esperienza*³⁹. Le persone differiscono tra di loro per quanto riguarda il bisogno di stimolazione. Ciò vuol dire che la stessa stimolazione può indurre alcuni alla ricerca di stimolazioni ad essa additive, altri invece all'evitamento di nuove stimolazioni. Alcune persone hanno un elevato livello di attivazione, perciò prediligono situazioni di bassa stimolazione; altre persone prediligono situazioni di intensa stimolazione in quanto hanno un basso livello di attivazione. Come ci dice la stessa definizione di *sensation seeking*, la fonte della stimolazione non si trova nel suo valore fisico ma piuttosto nel suo significato per gli individui, diverso secondo le diverse esperienze.

³⁷ D. O. Hebb, *Drives and the C.N.S. (Conceptual Nervous System)*, in «*Psychological Review*», 62 (4) 1955.

³⁸ G. V. Caprara, A. Gennaro, op. cit., p. 339.

³⁹ M. Zuckerman, *Sensation Seeking: Beyond the Optimal Level of Arousal*, Hillsdale 1979, p. 10.

La ricerca delle sensazioni costituisce, secondo Zuckerman, una struttura complessa, composta da quattro fattori. Li presentiamo di seguito:

– la ricerca di forti emozioni e di avventura (*Thrill and Adventure Seeking*, TAS); il TAS si manifesta nel cercare una stimolazione o un piacere nello sport o comunque nell'attività fisica, anche in quella rischiosa in quanto eccitante (per esempio, il paracadutismo, le corse automobilistiche);

– la ricerca di esperienze (*Experience Seeking*, ES); l'ES consiste nella ricerca dell'attivazione attraverso la mente e i sensi, o anche tramite uno stile di vita non conformista (per esempio, i viaggi prima non progettati, l'uso di droga);

– la disinibizione (*Disinhibition*, Dis); il Dis è condizionato biologicamente più di tutti i fattori e si manifesta nella tendenza a ricercare le sensazioni tramite comportamenti come il sesso, l'ubriacarsi o l'azzardo;

– la suscettibilità alla noia (*Boredom Susceptibility*, BS); il fattore BS si rivela nell'avversione alle esperienze ripetute, alla routine quotidiana o di lavoro, alla gente noiosa e il suo indicatore è una reazione di ansia alle situazioni monotone⁴⁰.

Per quanto riguarda il concetto di *sensation seeking*, esso rimane stabile nel modello di Zuckerman, cioè i contenuti fondamentali riguardanti questo concetto non sono cambiati nel corso degli anni.

Faremo adesso un'analisi delle basi biologiche della dimensione temperamentale secondo il modello di Zuckerman.

3.2. Le basi biologiche di «*sensation seeking*»

Il tratto della *sensation seeking* ha una vasta gamma di correlati fisiologici e biochimici. Il suo modello biologico è molto complesso⁴¹. Qui illustriamo i contenuti principali riguardanti le basi biologiche della ricerca delle sensazioni, in quanto ciò ci permette di avere un'idea più chiara sul modello di Zuckerman.

Sotto l'influsso del modello biologico di temperamento di Eysenck è stata formulata da Zuckerman un'ipotesi che nella ricerca di sensazione sarebbe responsabile delle differenze individuali il sistema reticolo – corticale attivante. Questo sistema, dunque, avrebbe formato le differenze nel livello di attivazione. Tuttavia tale ipotesi è stata abbandonata, vista la complessità dei sistemi responsabili per la *sensation seeking*. In seguito è stato sottoli-

⁴⁰ *Ibidem*.

⁴¹ M. Zuckerman, *Models of adult temperament*, op. cit., pp. 48-51.

neato il ruolo svolto dal sistema di monoammine del cervello limbico. Così la dopamina avrebbe la responsabilità nella tendenza ad un'elevata attività generale e all'esplorazione, e sarebbe rilevante soprattutto per il livello di attività generale e per l'interazione sociale; invece la norepinefrina sarebbe connessa al rinforzo positivo nelle situazioni nuove e, di conseguenza, alla voglia di assumersi rischi, e dunque sarebbe rilevante innanzitutto per la tonalità edonica dell'umore⁴².

Zuckerman parla anche di un livello tonico di attività del sistema catecolamico che è ottimale e adattivo per l'umore, l'attività generale e l'interazione sociale; tale livello motiva, quindi, il ricorso a determinate stimolazioni e attività. Gli individui con un basso livello di attività del sistema catecolamico, i cosiddetti *ricercatori di sensazioni*⁴³, tenderebbero a svolgere attività rischiose e a ricercare livelli di stimolazione con un maggior rilascio di catecolamine. Invece le persone caratterizzate da un basso livello di attività di tale sistema, i cosiddetti *evitatori di sensazioni*⁴⁴, eluderebbero le attività rischiose e la ricerca delle stimolazioni per attenuare i livelli di catecolamine.

Le basi biologiche della *sensation seeking* conducono all'ipotesi che il fattore genetico o l'ereditarietà avrebbe un apporto significativo nelle differenze individuali nella tendenza a ricercare le sensazioni. Sono state, però, condotte poche ricerche per confermare questa ipotesi. In alcune di esse è stato evidenziato che il quoziente di ereditarietà di tale tratto risulta 0.60; questo sarebbe uno dei più alti quozienti di ereditarietà dei tratti temperamentali verificati empiricamente⁴⁵.

Insieme alla ricerca sulle basi biologiche della *sensation seeking* sono stati condotti gli studi psicometrici che rilevano differenze tra uomini e donne nella ricerca di sensazioni ed evidenziano, oltre i correlati fisiologici, anche gli indicatori ormonali della dimensione temperamentale individuata da Zuckerman⁴⁶.

Nella conclusione della riflessione sul modello di temperamento di Zuckerman vogliamo riportare alcune critiche di cui è stato oggetto. Per quanto riguarda le basi biologiche della teoria di Zuckerman, non sono stati identificati gli identificatori biologici o fisiologici concreti, specifici per ogni fattore della ricerca di sensazioni. Le variabili biologiche

⁴² G. V. Caprara, A. Gennaro, op. cit., p. 340.

⁴³ *Ibidem*.

⁴⁴ *Ibidem*.

⁴⁵ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 169.

⁴⁶ R. J. Daitzman, M. Zuckerman, *Disinhibitory sensation seeking personality, and gonadal hormones*, in «Personality and Individual Differences», 1 (2) 1980; M. Zuckerman, *Sensation seeking: A comparative approach to a human trait*, in «Behavioral and Brain Sciences», 7 (3) 1984.

formulate in questo modello si correlano anche con gli altri tratti definiti da altri modelli, come l'estroversione o l'impulsività⁴⁷.

Il modello di Zuckerman non dà tanto spazio alla spiegazione dell'impatto dell'ambiente sulla manifestazione dei quattro fattori di *sensation seeking*. Il contesto sociale viene, dunque, un po' trascurato.

La teoria della *sensation seeking* possiede, comunque, una posizione solida tra i modelli contemporanei del temperamento. Essa è un esempio di approccio complesso allo studio sulla ricerca di sensazioni. Le ipotesi formulate in questo modello trovano numerose conferme e verifiche empiriche. Oggigiorno il modello di Zuckerman si trova nello sviluppo continuo; per esempio, vengono intraprese delle prove per trovare correlazioni tra la *sensation seeking* e altri modelli di personalità o anche per creare i nuovi modelli di personalità, aventi basi biologiche e temperamentali⁴⁸.

Passiamo adesso alla presentazione del modello di temperamento proposto da Albert Mehrabian.

4. Il modello PAD di Albert Mehrabian

Albert Mehrabian, oggi professore emerito presso l'*University of California* a Los Angeles negli Stati Uniti, è l'autore del modello di temperamento adulto focalizzato sulle emozioni. L'autore porta un contributo significativo allo studio sul temperamento, che si manifesta nella teoria descrittiva e complessa e nelle ricerche sulle dimensioni del temperamento.

All'inizio della sua attività scientifica Mehrabian si è occupato della comunicazione non verbale. Il suo interesse ha riguardato anche argomenti psicosociali, come atteggiamenti o prestazioni. I risultati delle sue ricerche lo hanno condotto a intravedere il ruolo degli stati emotivi nell'interazione tra l'uomo e l'ambiente⁴⁹.

Mehrabian, insieme a James A. Russell, ha individuato tre principali dimensioni degli stati affettivi, indipendenti tra di loro: Piacere – Dispiacere (*Pleasure – Displeasure*), Eccitazione – non Eccitazione (*Arousal – Nonarousal*), Dominanza – Sottomissione (*Domi-*

⁴⁷ M. Zuckerman, *Sensation seeking: A comparative approach to a human trait*, op. cit.

⁴⁸ A. Aluja, M. Kuhlman, M. Zuckerman, *Development of the Zuckerman – Kuhlman – Aluja Personality Questionnaire (ZKA-PQ): A factor/facet version of the Zuckerman – Kuhlman – Aluja Personality Questionnaire (ZKA-PQ)*, in «Journal of Personality Assessment», 92 (5) 2010; M. Zuckerman, *Sensation seeking: A comparative approach to a human trait*, op. cit.

⁴⁹ A. Mehrabian, J. A. Russell, *An Approach to Environmental Psychology*, Cambridge 1974; A. Mehrabian, J. A. Russell, *The basic emotional impact of environments*, in «Perceptual and Motor Skills», 38 (1) 1974.

nance – *Submissiveness*). Messe insieme, queste dimensioni costituiscono il modello degli stati emotivi PAD, dalle prime lettere delle parole inglesi *pleasure*, *arousal* e *dominance*, cioè piacere, eccitazione e dominanza. Secondo Mehrabian e Russell ogni stato emotivo può essere descritto attraverso tali dimensioni che sono bipolari. Invece il temperamento viene definito come uno stato emotivo caratteristico per un individuo, ovvero un'emozione intesa come tratto o disposizione⁵⁰. Si tratta di uno stato duraturo e stabile, di una «media» di stati emotivi di una persona che si manifesta in varie situazioni della vita. Dunque, prendendo in considerazione tre dimensioni del modello PAD, si possono individuare tre principali variabili temperamentali bipolari: il tratto piacere – dispiacere, il tratto dominanza – sottomissione e il tratto analiticità – eccitabilità davanti ad uno stimolo.

La dimensione temperamentale piacere – dispiacere su un polo contiene la tristezza e il senso di infelicità, sull'altro invece l'estasi e il senso di felicità. La dimensione di temperamento dominanza – sottomissione, invece, contiene un polo in cui si trova il senso di perdita del controllo (di non avere impatto sull'ambiente), e un altro polo in cui si trova il senso di potere (il senso di controllo). La terza dimensione di temperamento è analiticità – eccitabilità davanti ad uno stimolo. Su questa dimensione Mehrabian si focalizza in modo particolare. Viene introdotto il concetto di valore informativo, che si riferisce a una variabile ipotetica, costituente il risultato di vari aspetti della stimolazione come varietà, complessità o novità. Tale variabile incide sul livello di attivazione. Un individuo cerca di regolare il valore informativo in modo che alcuni stimoli vengano ammessi e altri vagliati. La selezione degli stimoli costituisce una delle funzioni del processo dell'elaborazione delle informazioni. Vi sono differenze individuali notevoli nella tendenza a vagliare stimoli insignificanti; il processo di selezione degli stimoli non è intenzionale, ma automatico⁵¹.

Per quanto riguarda la terza dimensione di temperamento, gli individui con un alto livello di eccitabilità, cioè quelli che non reprimono la stimolazione, vagliano in minor grado gli stimoli insignificanti; ciò comporta che tali individui siano più suscettibili delle persone con un basso livello di eccitabilità. Gli individui che reprimono la stimolazione vagliano gli stimoli insignificanti e perciò ammettono meno stimoli casuali; ciò comporta una loro più bassa eccitazione⁵².

I tratti temperamentali, afferma Mehrabian, fanno parte di caratteristiche comporta-

⁵⁰ A. Mehrabian, *Outline of a General Emotion-Based Theory of Temperament*, in J. Strelau, A. Angleitner (Eds.), *Exploration in temperament: International perspectives on theory and measurement*, New York 1991, p. 77.

⁵¹ *Ibidem*.

⁵² A. Mehrabian, *A questionnaire measure of individual differences in stimulus screening and associated*

mentali più stabili e influiscono sul comportamento in diverse situazioni. Per Mehrabian il temperamento si riferisce più alle predisposizioni genetiche che agli schemi comportamentali appresi ed è condizionato geneticamente almeno al 50%. Dato che i tratti temperamentali sono più stabili e generali tra le altre caratteristiche della personalità, il cambiamento di comportamento avviene soprattutto attraverso il cambiamento dell'ambiente⁵³.

Alla fine della riflessione sul modello PAD bisogna riportare alcune critiche in proposito. Mehrabian afferma che le differenze individuali nel temperamento sono condizionate geneticamente. Non fornisce, però, nessuna prova scientifica che verificherebbe questa affermazione⁵⁴. Non propone, inoltre, nessun meccanismo fisiologico o biologico specifico che sarebbe correlato con le dimensioni temperamentali.

Ci sono delle differenze concettuali nell'uso della nozione di attivazione (*arousal*) tra Mehrabian e Gray, anche se Mehrabian si riferisce alla teoria di Gray. Nel modello PAD l'attivazione corrisponde ad uno stato transitorio, mentre secondo Gray, si tratta di un livello piuttosto stabile di attività. Per quanto riguarda la sorgente delle differenze individuali nel livello di attivazione, Mehrabian la vede nella tendenza stabile alla filtrazione degli stimoli, quindi nel modo automatico di elaborare le informazioni; gli altri studiosi del temperamento, specialmente quelli di orientamento biologico, cercano le fonti di tali differenze nei meccanismi fisiologici e biologici.

Per quanto concerne la dimensione dominanza – sottomissione, Mehrabian la spiega come avere *il senso di potere*; ma *avere il senso* è difficile che si riferisca al contenuto dell'emozione principale⁵⁵.

Comunque, il modello temperamentale di Mehrabian è molto interessante in quanto riferito alla sfera affettiva dell'individuo. Non sempre viene visto dalla prospettiva temperamentale, ma maggiormente come modello delle emozioni e degli stati affettivi, applicato in vari ambiti. Mehrabian, tuttavia, contribuisce notevolmente allo studio sul temperamento e il suo modello è in continuo sviluppo.

Passiamo adesso all'analisi della Teoria Regolativa del Temperamento.

differences in arousability, in «Environmental Psychology and Nonverbal Behavior», 1 (2) 1977, p. 92.

⁵³ A. Mehrabian, *Outline of a General Emotion-Based Theory of Temperament*, op. cit.

⁵⁴ J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 155.

⁵⁵ *Ibidem*.

5. La Teoria Regolativa del Temperamento (TRT) di Jan Strelau

L'autore della Teoria Regolativa del Temperamento (TRT) è Jan Strelau. Questo ricercatore, nato nel 1931 a Danzica, è stato un precursore della ricerca sulle differenze individuali in Polonia. Si è dedicato principalmente allo studio del temperamento umano. Negli anni 1957-2001 ha lavorato presso l'Università di Varsavia, dove ha creato il primo Istituto in Polonia (Cattedra) di Psicologia delle Differenze Individuali nella Facoltà di Psicologia. Attualmente, come professore emerito, svolge la sua attività scientifica presso una delle università a Varsavia. Jan Strelau è lo psicologo polacco più riconosciuto nel mondo scientifico, in quanto autore di tanti libri e articoli.

5.1. La definizione di temperamento di Jan Strelau

Una delle ispirazioni che portano Strelau a sviluppare la TRT è la convinzione che i tratti temperamentali si riferiscono dalla nascita alle caratteristiche formali del comportamento. Lo scopo di questo autore, come lui stesso afferma, è la costruzione del concetto di quella parte della personalità di cui il punto centrale è il comportamento umano⁵⁶. Ed ecco come Strelau definisce il temperamento:

Per temperamento intendo le caratteristiche dell'organismo relativamente stabili, primariamente determinate biologicamente. Esse si manifestano negli aspetti formali del comportamento, cioè nel livello energetico e nelle caratteristiche temporali della reazione⁵⁷.

Questa definizione è un punto di partenza della TRT di Strelau. Secondo la definizione, i tratti temperamentali costituiscono le caratteristiche principali della personalità e, tra tali caratteristiche, sono le più stabili. Questo non contraddice il fatto che il temperamento può essere modificato nel corso della vita; i suoi cambiamenti avvengono principalmente attraverso i processi di maturazione dell'organismo e mediante fattori ambientali.

La definizione di temperamento secondo la TRT costituisce un costrutto teorico a cui ci si riferisce per spiegare il comportamento; dunque il temperamento è un insieme di tratti intesi come una tendenza generale al comportarsi in un determinato modo e non si riduce ai comportamenti concreti.

Per quanto riguarda la determinazione biologica dei tratti temperamentali, essa riguarda il fatto che il temperamento è un risultato dell'evoluzione biologica ed è presente sia nell'uomo, sia negli animali, sin dalla nascita. Secondo Strelau, questo assunto non con-

⁵⁶ J. Strelau, *Temperament jako regulator zachowania. Z perspektywy półwiecza badań*, Gdańsk 2006, p. 69.

⁵⁷ J. Strelau, *Temperament, osobowość, działanie*, Warszawa 1985, p. 266.

traddice l'affermazione della possibilità di modificazioni del temperamento⁵⁸.

Nella definizione di Strelau il temperamento corrisponde alle caratteristiche formali del comportamento. Tali caratteristiche si manifestano a livello energetico e negli aspetti temporali del comportamento⁵⁹.

La definizione di temperamento è il punto di partenza della TRT. La Teoria Regolativa del Temperamento si basa, però, anche sui postulati e sugli assunti formulati dal suo autore. Strelau definisce 10 postulati che costituiscono una base teorica alla verifica empirica della TRT. Vogliamo adesso presentare questi postulati allo scopo di approfondire la teoria di riferimento della nostra ricerca empirica. Alcuni di essi sono stati già spiegati sopra, ma comunque li vogliamo elencare tutti e 10, per conservare il modo in cui li presenta l'autore:

1. *il temperamento si manifesta nella caratteristica formale del comportamento*; questo postulato lo vediamo già nella definizione di temperamento in quanto peculiarità principale;

2. *le caratteristiche formali del comportamento si possono descrivere nelle categorie energetiche e temporali*; questo vuol dire che il temperamento si riferisce al modo in cui l'uomo si comporta, e non a cosa fa o perché si comporta in un determinato modo;

3. *per quanto riguarda le caratteristiche formali del comportamento, esistono qui differenze individuali, relativamente stabili, che si traducono nei tratti*; la stabilità relativa qui vuol dire che i comportamenti in cui si manifesta il temperamento si modificano meno di altre caratteristiche della personalità;

4. *ogni comportamento, indipendentemente dal suo contenuto, si può descrivere nelle categorie energetiche e temporali*; le differenze individuali nel temperamento, dunque, sono universali, cioè si riferiscono a tutti i comportamenti e le reazioni a lungo tempo;

5. *indipendentemente dalla specificità del comportamento, esso può essere identificato in tutti i mammiferi sulla base dei tratti che si riferiscono alle categorie dell'intensità e del tempo*;

6. *le caratteristiche temperamentali sono presenti sin dalla nascita dell'uomo o dell'animale*; esse sono osservabili e possono essere misurate;

7. *bisogna ammettere che il temperamento è il risultato dell'evoluzione biologica*; le caratteristiche temperamentali sono fortemente determinate da configurazioni di innati meccanismi neurologici ed endocrini;

⁵⁸ J. Strelau, *Temperament jako regulator zachowania*, op. cit., p. 70.

⁵⁹ B. Zawadzki, J. Strelau, *Formalna Charakterystyka Zachowania – Kwestionariusz Temperamentu (FCZ-KT)*, Warszawa 2010, p. 12.

8. *i tratti temperamentali, anche se relativamente stabili, nell'ontogenesi vengono sottoposti a lenti cambiamenti, determinati da fattori biologici e ambientali;*

9. *il temperamento esercita una funzione regolativa che consiste nella modificazione del valore energetico e temporale dei comportamenti e delle reazioni dell'individuo, e anche delle situazioni in cui il soggetto si trova;*

10. *la funzione regolativa del temperamento si manifesta in modo particolare nelle situazioni difficili o nei comportamenti estremi⁶⁰.*

Secondo la TRT i tratti temperamentali appartengono alla personalità; tuttavia il temperamento *non costituisce un ente a sé stante*⁶¹; esso fa parte immanente della struttura più ampia, che determina la specificità dell'individuo, che viene chiamata proprio personalità. I tratti temperamentali costituiscono, dunque, le proprietà fondamentali della personalità; ciò vuol dire che essi sono le caratteristiche più generali della personalità.

Gli individui differiscono tra di loro per quanto riguarda i tratti temperamentali, ma il temperamento di ciascun individuo è relativamente stabile nel tempo. La stabilità temporale è dunque una peculiarità del temperamento che lo distingue dalle altre caratteristiche della personalità. Ciò non significa che i tratti temperamentali non si modificano per tutta la vita; essi, infatti, cambiano nell'ontogenesi. Questo fatto è legato ai processi di maturazione, invecchiamento e interazione tra un individuo e l'ambiente.

Il temperamento è biologicamente condizionato, ovvero i tratti temperamentali hanno *un'origine biologica*⁶². Nella TRT non vengono postulati i meccanismi fisiologici o biologici specifici responsabili per determinati tratti, ma si afferma che ogni comportamento è il risultato delle interazioni tra tutti questi meccanismi coinvolti nella regolazione degli aspetti energetici e temporali del comportamento.

Il temperamento costituisce un fenomeno comune per gli animali e gli uomini, ed è presente nel corso di tutta la vita, sin dalla nascita. I tratti temperamentali della personalità, però, appartengono specificamente alla specie umana e si formano nell'ontogenesi.

Nella definizione di temperamento proposta da Strelau si afferma che i tratti temperamentali si manifestano negli aspetti formali del comportamento; si tratta dell'intensità (parametri energetici) e del tempo (parametri temporali). Il temperamento riguarda, quindi, il modo di mettere in atto un dato comportamento. Nella TRT viene ammesso che le carat-

⁶⁰ J. Strelau, *Temperament jako regulator zachowania*, op. cit., p. 98.

⁶¹ B. Zawadzki, J. Strelau, op. cit., p. 12.

⁶² J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 185.

teristiche formali si manifestano in ogni comportamento umano, indipendentemente dal contenuto di tale comportamento. I tratti temperamentali si manifestano dunque sia nelle reazioni emotive, sia nell'attività cognitiva che in quella motoria⁶³.

Passiamo adesso all'analisi della struttura del temperamento secondo la TRT.

5.2. La struttura del temperamento nella TRT

Secondo la TRT il comportamento si manifesta in due sfere: nel livello energetico e nelle caratteristiche temporali.

Il livello energetico del comportamento si riferisce ai tratti responsabili delle variazioni di intensità delle risposte dei soggetti alle stimolazioni esterne o interne. Tale livello è determinato da un insieme di meccanismi fisiologici, tra cui il sistema endocrino, il sistema nervoso autonomo, il sistema reticolare attivante e i centri nervosi corticali. La funzione dei meccanismi fisiologici del livello energetico del comportamento è relativamente stabile e consiste nella definizione e nella regolazione dell'intensità dell'eccitamento provocato dalla stimolazione esterna o interna, dunque nella regolazione dell'energia accumulata dall'individuo⁶⁴.

Gli aspetti temporali del comportamento, invece, riguardano l'insieme dei tratti che caratterizzano il processo di reazione in un determinato tempo.

Il temperamento nella TRT è caratterizzato da sei tratti (chiamati anche dimensioni o fattori), di cui quattro riguardano i componenti energetici e due riguardano le caratteristiche temporali. I tratti temperamentali legati al livello energetico del comportamento sono la *Sensibilità Sensoriale*, la *Reattività Emotiva*, la *Durata* e l'*Attività*. I tratti temperamentali legati agli aspetti temporali del comportamento sono la *Vivacità* e la *Perseveranza*. Queste dimensioni del temperamento si presentano con diversi livelli d'intensità: da un livello basso di un dato tratto a un livello alto⁶⁵. Per esempio, una persona può avere un alto livello di *Vivacità*, una bassa *Reattività Emotiva*, un'alta *Durata*, ecc.

La *Vivacità* (tradotta anche come *Velocità*), il tratto temperamentale che si riferisce alle caratteristiche temporali del comportamento, è *la tendenza a reagire velocemente, a mantenere un elevato ritmo di attività e a cambiare facilmente reazione quando cambiano le*

⁶³ B. Zawadzki, J. Strelau, op. cit., pp. 12-14.

⁶⁴ J. Strelau, *Koncepcja temperamentu jako poziomu energetycznego i charakterystyki czasowej działania*, in J. Strelau (Ed.), *Rola cech temperamentalnych w działaniu*, Wrocław 1974, p. 11.

⁶⁵ B. Zawadzki, J. Strelau, op. cit., p. 145.

*attività dell'ambiente circostante*⁶⁶. Le persone che possiedono questo tratto in alto grado si caratterizzano per elevati tempi di reazione agli stimoli; esse mantengono un alto ritmo di azioni compiute e manifestano una facilità di cambiamento dei comportamenti in risposta ai mutamenti dell'ambiente. Gli individui di questo tipo agiscono con vivacità, si adattano facilmente alle diverse situazioni, si caratterizzano per l'elasticità comportamentale e per la plasticità intellettuale, sono coscienti e resistenti nell'agire; spesso reagiscono con impulsività e sembrano essere di fretta. Possono essere intesi come una *contraddizione di un flemmatico*⁶⁷.

Un altro tratto temperamentale che si riferisce alle caratteristiche temporali del comportamento è la *Perseveranza*. Essa viene definita come la tendenza a continuare ad agire e a ripetere un dato comportamento, anche quando uno stimolo che evoca quel comportamento cessa o scompare. Le persone caratterizzate da un'alta *Perseveranza* sono inclini a un'analisi minuziosa degli eventi e ritornano spesso ai fatti passati (per esempio, valutano di nuovo gli argomenti pro e contro le decisioni già prese). Un alto livello di questo tratto, dunque, si manifesta in un'eccessiva enfasi sul vissuto e sugli eventi del passato. L'individuo con *Perseveranza* alta si caratterizza per una tensione emotiva, è disposto a reagire con ansia allo stress in quanto possiede una resistenza emotiva debole.

La *Reattività Emotiva* è uno dei tratti temperamentali appartenenti al livello energetico del comportamento. Viene definito come *una tendenza a reagire intensamente agli stimoli emotivi che si manifesta in una alta sensibilità e una bassa resistenza emotiva*⁶⁸. Questo tratto si riferisce generalmente alle emozioni negative, innanzitutto all'ansia. Le persone con *Reattività Emotiva* alta manifestano una elevata eccitabilità emotiva, cioè reagiscono facilmente con emozioni intense anche agli stimoli oggettivamente deboli. La loro bassa resistenza emotiva si rivela nella tendenza ad abbassare il livello della prestazione in situazioni stressanti. Tali individui sono timidi, spesso vivono gli stati della tensione emotiva, sono rigidi e sospettosi. Oltre questo si caratterizzano per l'insicurezza e per la tendenza a ritirarsi dai contatti sociali e a evitare le situazioni difficili.

Il tratto della *Sensibilità Sensoriale*, riferito al livello energetico del comportamento, è definito come *la capacità di reagire agli stimoli sensoriali con un basso livello stimolante*⁶⁹. Le persone con un alto livello di questo tratto si caratterizzano per un'alta sensibilità sensoriale ed emotiva. A livello emotivo sono delicati, sensitivi e vulnerabili, mentre a livello

⁶⁶ G. V. Caprara, D. Cervone, op. cit., pp. 99-100.

⁶⁷ B. Zawadzki, J. Strelau, op. cit., p. 147.

⁶⁸ *Ibidem*, p. 22.

⁶⁹ *Ibidem*.

cognitivo sono di mente acuta e aperti all'ambiente circostante.

Un altro tratto temperamentale, legato al livello energetico del comportamento, è la *Durata* (tradotta anche come la *Resistenza*). Essa viene definita come *la capacità di reagire adeguatamente alle situazioni che richiedono un agire lungo o stimolante e la capacità di agire nelle condizioni della forte stimolazione esterna*⁷⁰. Le persone con *Durata* alta resistono adeguatamente nelle sfide e nelle difficoltà della vita quotidiana, sono capaci di gestire in modo funzionale il proprio comportamento nelle condizioni sfavorevoli e riescono a lavorare a lungo con un'intensità elevata. Queste persone, inoltre, sono coscienti, perseveranti e manifestano una buona resistenza emotiva.

L'ultimo tratto temperamentale individuato nella TRT e riferito alle caratteristiche energetiche del comportamento è l'*Attività*. Questo tratto viene definito come *una tendenza di un individuo a intraprendere i comportamenti molto stimolativi, o comunque quelli che portano a ricevere una forte stimolazione esterna*⁷¹. I soggetti che presentano un alto livello di questo tratto sono molto attivi nel contesto sociale e lavorativo e spesso svolgono attività fisiche o sportive. Le persone con *Attività* alta sono socievoli, si caratterizzano per l'elasticità e per la plasticità del comportamento; hanno, comunque, una tendenza a intraprendere tante attività, tra cui anche quelle rischiose. Questi individui possiedono un'elevata resistenza emotiva e reagiscono negativamente alla mancanza di impegni, di stimoli o di cambiamenti nell'ambiente circostante.

Ogni teoria psicologica ha i suoi limiti e questa regola riguarda anche la *Teoria Regolativa del Temperamento*. Come afferma Strelau, uno dei postulati principali della TRT è che il temperamento ha origini biologiche; tale postulato costituisce anche uno dei criteri della definizione di temperamento⁷². Tuttavia, per confermare le origini biologiche delle caratteristiche temperamentali nella TRT, sono state raccolte poche prove empiriche; non sono state condotte ricerche per trovare i correlati neurofisiologici e biochimici del temperamento.

Uno dei limiti della TRT è la mancanza di un approccio allo sviluppo umano. Lo studio sulle persone adulte e sugli adolescenti costituisce la base empirica della TRT, mentre sono state condotte poche ricerche su campioni di bambini. Come scrive Strelau, solo uno studio longitudinale permette di verificare la stabilità e il mutamento delle caratteristiche temperamentali nell'arco della vita; tale studio, basato sulla TRT, non è stato ancora condotto⁷³.

⁷⁰ *Ibidem*.

⁷¹ *Ibidem*, p. 23.

⁷² J. Strelau, *Psychologia temperamentu*, op. cit., p. 189.

⁷³ J. Strelau, *Temperament jako regulator zachowania*, op. cit., p. 276.

Conclusione

I questo articolo abbiamo presentato e analizzato alcuni modelli teorici sul temperamento adulto. Le teorie o i modelli che riguardano il temperamento sono varie e differiscono tra di loro. Gli studiosi formulano diverse definizioni di temperamento e ognuna di esse propone un diverso numero e ruolo dei tratti, dimensioni o fattori. Comunque, ciascuno di noi porta nelle relazioni il proprio bagaglio genetico, la propria storia evolutiva, i propri vissuti, le esperienze, ovvero contribuisce ai rapporti con gli altri con tutto quello che è, e dunque anche con il temperamento; è importante, dunque, conoscere e capire il proprio temperamento, perché da questo può dipendere la qualità della nostra vita. La comprensione del proprio temperamento costituisce un passo importantissimo verso il miglioramento del proprio funzionamento sociale.

Summary

Models of adult temperament

Temperament is considered the most biological and stable part of one's personality. Cognition and understanding of your own temperament seems to be essential for good functioning in interpersonal relationships. This article analyzes the selected theoretical models of an adult person's temperament. It presents temperament models developed by such outstanding psychologists as Eysenck, Gray, Zuckerman and Mehrabian. In addition, the article presents the temperament theory of polish researcher Jan Strelau.

Streszczenie

Wybrane modele temperamentu osób dorosłych

Temperament uważany jest za najbardziej biologiczną i stabilną część osobowości. Poznanie i zrozumienie własnego temperamentu wydaje się być niezbędne w dobrym funkcjonowaniu w relacjach międzyludzkich. Niniejszy artykuł analizuje wybrane teoretyczne modele temperamentu dorosłego człowieka. Zaprezentowane są w nim modele temperamentu takich wybitnych psychologów, jak Hans J. Eysenck, Jeffrey A. Gray, Marvin Zuckerman czy Albert Mehrabian. Ponadto w artykule przedstawiona jest teoria temperamentalna polskiego badacza Jana Strelaua.

Bibliografia

Aluja, A., Kuhlman, M. e Zuckerman, M. (2010). Development of the Zuckerman – Kuhlman – Aluja Personality Questionnaire (ZKA-PQ): A factor/facet version of the Zuckerman – Kuhlman – Aluja Personality Questionnaire (ZKA-PQ). *Journal of Personality*

Assessment, 92 (5), 416-431.

Caprara, G. V. e Cervone, D. (2003). *Personalità. Determinanti, dinamiche, potenzialità*. Milano: Raffaello Cortina.

Caprara, G. V. e Gennaro, A. (1999). *Psicologia della personalità. Storia, indirizzi teorici e temi di ricerca*. Bologna: Il Mulino.

Daitzman, R. J. e Zuckerman, M. (1980). Disinhibitory sensation seeking personality, and gonadal hormones. *Personality and Individual Differences*, 1 (2), 103-110.

Eysenck, H. J. (1947). *Dimensions of personality*. New York: Preager.

Eysenck, H. J. (1952). *The Scientific Study of Personality*. London: Routledge and Kegan Paul.

Eysenck, H. J. (1978). Superfactors P, E, and N in a comprehensive factor space. *Multivariate Behavioral Research*, 13 (4), 475-482.

Eysenck, H. J. (1990a). Biological dimensions of personality. In: L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (244-276). New York: Guilford Press.

Eysenck, H. J. (1990b). Genetic and environmental contributions to individual differences: The three major dimensions of personality. *Journal of Personality*, 58 (1), 245-261.

Eysenck, H. J. (1992). The definition and measurement of psychoticism. *Personality and Individual Differences*, 13 (7), 757-785.

Eysenck, H. J. e Eysenck, M. W. (1976). *Psychoticism as a Dimension of Personality*. London: Hodder and Stoughton.

Eysenck, H. J. e Eysenck, M. W. (1985). *Personality and Individual Differences: A Natural Science Approach*. New York: Plenum Press.

Eysenck, H. J. e Eysenck, S. B. G. (1975). *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire*. London: Hodder and Stoughton.

Eysenck, H. J. e Prell, D. (1951). The inheritance of neuroticism: on experimental study. *The Journal of Mental Health*, 97 (8), 441-465.

Franta, H. (1982). *Psicologia della personalità. Individualità e formazione integrale*. Roma: LAS.

Gray, J. A. (1991). The neuropsychology of temperament. In: J. Strelau e A. Angleitner (Eds.), *Exploration in temperament: International perspectives on theory and measurement* (105-128). New York: Plenum Press.

Hebb, D. O. (1955). Drives and the C.N.S. (Conceptual Nervous System). *Psychological Review*, 62 (4), 243-254.

Mehrabian, A. (1991). Outline of a General Emotion-Based Theory of Temperament. In: J. Strelau e A. Angleitner (Eds.), *Exploration in temperament: International perspectives on theory and measurement* (75-86). New York: Plenum Press.

Mehrabian, A. e Russell, J. A. (1974a). *An Approach to Environmental Psychology*. Cambridge: M.I.T. Press.

Mehrabian, A. e Russell, J. A. (1974b). The basic emotional impact of environments. *Perceptual and Motor Skills*, 38 (1), 283-301.

Strelau, J. (1974). Koncepcja temperamentu jako poziomu energetycznego i charakterystyki czasowej działania. In: J. Strelau (Ed.), *Rola cech temperamentalnych w działaniu*, (9-26). Wrocław: Ossolineum.

Strelau, J. (1985). *Temperament, osobowość, działanie*. Warszawa: PWN.

Strelau, J. (2006). *Temperament jako regulator zachowania. Z perspektywy półwiecza badań*. Gdańsk: GWP.

Strelau, J. (2012). *Psychologia temperamentu*. Warszawa: PWN.

Strelau, J. e Zawadzki, B. (2011). *Psychologia różnic indywidualnych*. In: J. Strelau e D. Doliński (Eds.), *Psychologia. Podręcznik akademicki. Tom 1* (765-846). Gdańsk: GWP.

Zawadzki, B. e Strelau, J. (2010). *Formalna Charakterystyka Zachowania – Kwestionariusz Temperamentu (FCZ-KT)*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Zuckerman, M. (1979). *Sensation Seeking: Beyond the Optimal Level of Arousal*. Hillsdale: Erlbaum.

Zuckerman, M. (1984). Sensation seeking: A comparative approach to a human trait. *Behavioral and Brain Sciences*, 7 (3), 413-434.

Zuckerman, M. (2012). *Models of adult temperament*. In: M. Zentner e R. L. Shiner (Eds.), *Handbook of Temperament* (41-66). New York: Guilford Press.