



# Corso di Laurea in Psicologia Clinica

## **UNA PROSPETTIVA ECOLOGICO- SISTEMICA SULLA SALUTE**

**Ambiente sociale e salute**

*Metodi di intervento in PdC*

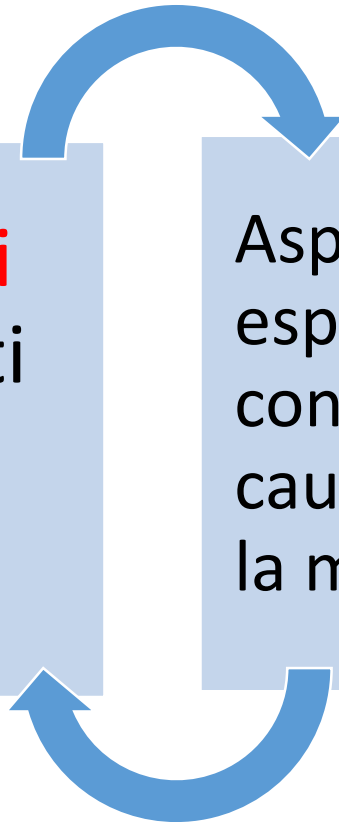
a.a. 2023/2024

# LE DETERMINANTI DELLA SALUTE

I fattori che determinano la salute sono **molteplici** e **interdipendenti**

Aspetti **contestuali** agiscono su aspetti soggettivi e individuali

Aspetti **individuali** esperiti dai singoli contribuiscono a causare la salute e/o la malattia



# Prospettiva integrata alla comprensione della mente umana

- Le relazioni e gli **interscambi tra individuo e ambiente** condizionano lo sviluppo della mente-cervello: l'essere umano è il prodotto di un'interazione dinamica tra ereditarietà e ambiente.
- Il sistema nervoso, quello endocrino e quello immunitario non funzionano autonomamente, poiché essi reagiscono alle realtà sociali **per mezzo dei processi psicosociali**, quali solitudine, sostegno sociale, stress percepito, antagonismo.

# Quali relazioni tra ambiente sociale e salute?

- Le reti sociali, il supporto sociale i legami sociali e l'integrazione sociale concorrono a definire la salute:
- Interpretazione del suicidio come un fatto sociale (Durkheim, 1917).
- Rilevanza delle relazioni sociali come mediatrici tra il soggetto e lo stato di salute (Cassel, 1976; Cobb, 1976).

# Relazioni tra ambiente sociale e salute

- TEORIA DELL'ATTACCAMENTO (Bowlby):
- Un **attaccamento sicuro** nei confronti della madre o del caregiver produce un sentimento di sicurezza e di autostima, prerequisito per costruire in età adulta relazioni significative, per la capacità di chiedere e dare aiuto, per il comportamento prosociale, per altre forme di attaccamento (es. per il paese, per la struttura autoritaria...).

# EFFETTI NEGATIVI DELLA SOLITUDINE

- La solitudine è fonte di **malattie**, non solo di disagio psicologico o di disturbo psichico (Lynch, 1977: *The Medical Consequencies of Loneliness*).
- Le persone sole sono più soggette a patologie **correlate allo stress**: malattie psicosomatiche, disturbi cardiocircolatori, problemi di salute per stili di vita insani.
- Hanno **probabilità di morte** da 3 a 5 volte maggiore rispetto a chi è inserito in una rete sociale (Beckman e Syme, 1979, Contea di Alameda).

# Legami familiari e salute/malattia

- Nelle persone sposate si riscontrano **più bassi tassi di mortalità e morbilità**.
- I vedovi sono più vulnerabili delle vedove.
- Le donne risentono più degli uomini della cura di parenti con patologie fisiche o psichiatriche: **effetto *caregiving* genere-dipendente**.
- La qualità della relazione incide sulla salute dei membri della coppia e viceversa.

# Contributo alla salute delle relazioni interpersonali esterne alla famiglia

- Relazioni amicali
- Legami deboli
- Rapporti di vicinato
- Reti di prossimità, ovvero relazioni con persone che condividono lo stesso spazio e territorio



# LA TEORIA DI RETE: LE ORIGINI

3 correnti di pensiero:

- La scuola di **Manchester** (antropologica): introduce e definisce in modo sistematico il concetto di rete
- Il **gestaltismo**, Lewin e Moreno: pone le basi topologiche per lo studio delle reti
- La scuola di **Harvard**: sistematizza le procedure per l'analisi strutturale delle reti

# La scuola di Manchester: Il contributo di Barnes



distingue tra rete personale e rete sociale

1954 piccolo paese di pescatori in Norvegia:  
studio del funzionamento del sistema sociale di classe, in un paese che affermava l'eguaglianza sociale, a partire dalle relazioni sociali

3 tipologie di "campi sociali":

**primo campo**: unità territoriali (es. famiglia, rione, parrocchia)

→ relazioni di vicinato stabili nel tempo

**secondo campo**: costituito sulla base dell'industria della pesca,

→ precarietà delle relazioni dovuta anche al ricambio di manodopera

**terzo campo**: parentela, dalle amicizie, **trasversale** agli altri due: **LA RETE SOCIALE**

# La scuola di Manchester: Il contributo di Bott



Family and social networks (1957)

Distinzione tra famiglie a ruoli:

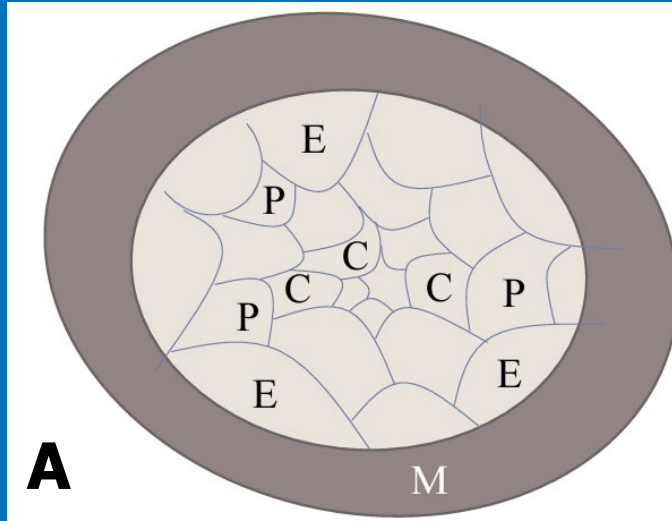
- segregati
- congiunti
- intermedi

Distinzione tra:

- famiglia a maglia larga
- famiglia a maglia stretta

- ✓ Importanza della rete nella definizione e/o mantenimento delle norme sociali
- ✓ Rete come elemento di sostegno, ma anche veicolo di controllo sociale e normativo.

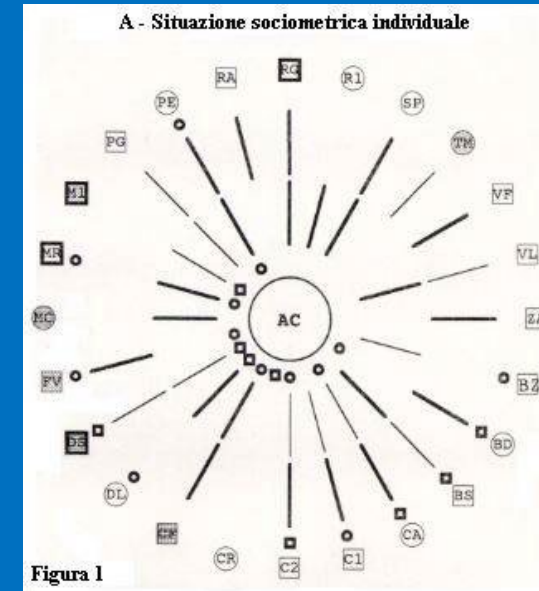
# La Gestalt: Il contributo di Lewin e Moreno



Lewin

**teoria di campo**

studio delle relazioni tra gli  
elementi che compongono  
il campo



Moreno

**test sociometrico**

antesignano della  
network analysis

# La scuola di Harvard: da Mayo a Granovetter

Il lavoro di Mayo alla Western Electric Company dimostrò che la produttività dei lavoratori era influenzata dalla struttura delle relazioni informali e dalla formazione di sottogruppi nei gruppi di lavoro:

**È la struttura delle relazioni a determinare comportamenti e atteggiamenti (quindi anche la produttività)**



**Limiti** di questo approccio: eccessivo determinismo e rischio di disconoscere l'agency individuale

# Granovetter: la forza dei legami deboli

- Legame debole come ponte

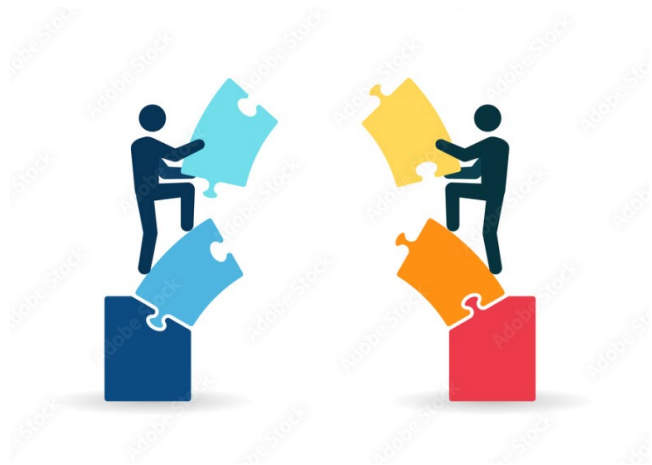
Oggi: integrazione tra legami

**BONDING**

e



**BRIDGING**



# Isolamento sociale ed effetti negativi sulla salute

L'isolamento sociale agisce come uno  
**stressor cronico**

- contribuisce all'**invecchiamento** accelerato dell'organismo umano,
- produce **cambiamenti neuroendocrini**, a livello del cortisolo, dell'epinefrina e della norepinefrina
- una alterazione del **sistema immunitario**, influenzando la suscettibilità alla malattia,
- un calo dell'**autostima**, con diverse conseguenze negative sulla salute.

# Sostegno sociale ed effetti benefici sulla salute

- Le attività che producono maggiore benessere sono quelle con presenza di persone con cui trascorriamo il tempo libero (Kahneman et al., 2004).
- Rapporti sociali gratificanti costituiscono un elemento essenziale per una vita serena (Ryff e Singer, 1988)
- Legami più allargati possono portare ad aumentare la probabilità di impegno verso i comportamenti salutari



# Sostegno sociale e qualità delle cure

Disporre di sostegno sociale in caso di malattia può comportare

- Ricevere più facilmente consigli, servizi, aiuto materiale o finanziario, informazioni
- Maggiori opportunità di accesso a servizi e interventi sanitari, migliore qualità delle cure e conseguenti maggiori benefici per la salute

# Rapporto tra sostegno sociale e salute

MODELLI  
*MAIN EFFECT*

sostegno sociale



Salute (effetti patogeni)

influenza diretta delle relazioni sociali sulla salute, indipendentemente dalla presenza di stressor, oggettivi o percepiti

l'effetto positivo del sostegno deriva dal senso di stabilità e regolarità grazie alle interazioni sociali, alle opportunità di ricoprire ruoli e di sviluppare un senso di identità

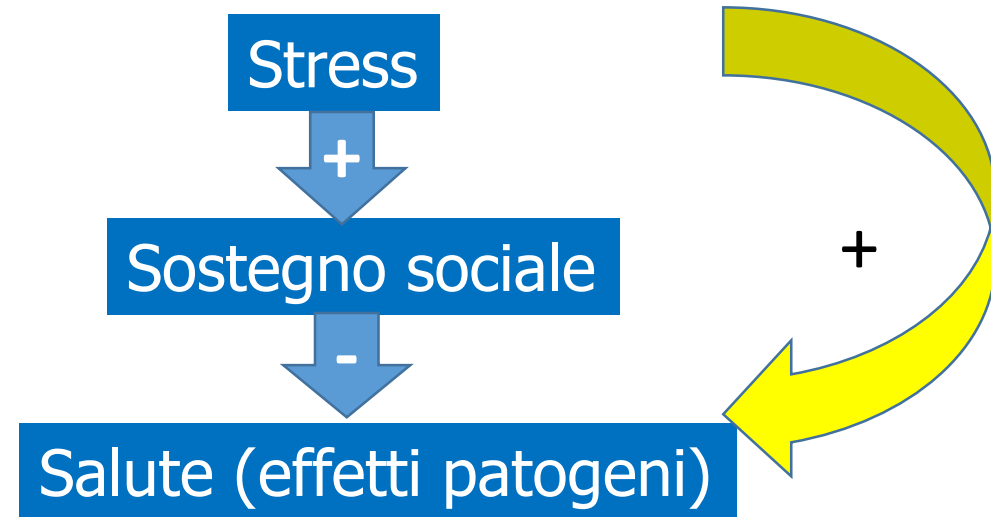
# Rapporto tra sostegno sociale e salute

## IL SOSTEGNO SOCIALE

- Riduce l'impatto dello stress, è un «cuscinetto protettivo» :
- Riduce la quantità e la qualità negativa degli stressors, riducendone la percezione;
- Sostiene il soggetto nell'impatto emotivo e fisiologico, riducendolo
- Favorisce risposte attive e adattive

## MODELLI

***STRESS-BUFFERING***  
(tamponare lo stress)



le relazioni sociali influenzano gli effetti patogeni conseguenti all'esposizione a stressor

# Modelli teorici esplicativi del rapporto tra sostegno e salute (Cohen, 2003)

**MODELLI BASATI SULLE INFORMAZIONI**

**MODELLI CENTRATI SULL'IDENTITA' SOCIALE E SULLA SELF-ESTEEM**

**MODELLI BASATI SULL'INFLUENZA SOCIALE**

**MODELLI BASATI SULLE RISORSE TANGIBILI**

# MODELLI BASATI SULLE INFORMAZIONI

non solo maggiore accesso alle informazioni strumentali, ma anche informazione sulla cui base valutare il rischio, valutare la situazione, le strategie di coping funzionali



# MODELLI CENTRATI SULL'IDENTITÀ SOCIALE E SULLA SELF-ESTEEM

L'identità sociale agisce sulla salute poiché:

- a) concorre alla co-costruzione sociale di salute/malattia e conseguenti risposte adattive
- b) contribuisce a determinare norme e comportamenti
- c) è base per il sostegno sociale (maggiormente fornito e ricevuto da persone appartenenti allo stesso gruppo)
- d) costituisce risorsa di coping
- e) rinforza una risposta attiva del soggetto, contribuendo a mantenere autonomia e autodeterminazione

## MODELLI BASATI SULL'INFLUENZA SOCIALE

- il processo dell'influenzamento sociale può attivare comportamenti adattivi o disadattivi (es. uso del gruppo in interventi di educazione alla salute e efficacia dei gruppi di self-help)
- gruppo come facilitatore di cambiamento (Lewin)

- I cambiamenti comportamentali sono prodotti più efficacemente con interventi educativi a livello di gruppo, tramite processi di identificazione e elargizione di premi e punizioni
- Gruppi di auto e mutuo-aiuto
- Interventi di educazione alimentare rivolti a specifiche persone (es. diabetici)

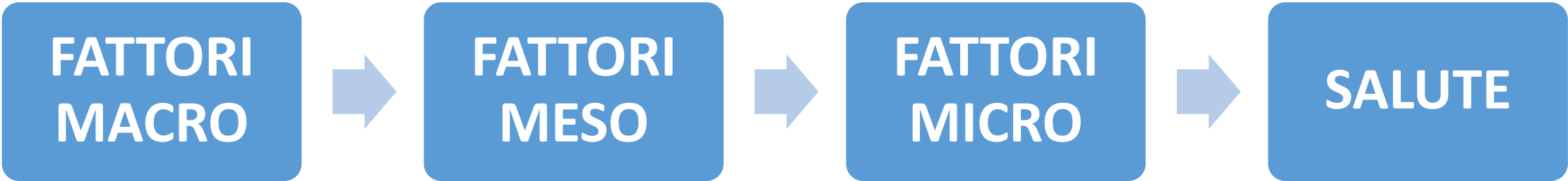
# MODELLI BASATI SULLE RISORSE TANGIBILI

- L'aiuto tangibile e concreto fornito da reti sociali si esprime in termini economici, di servizi efficaci, di opportunità per condurre una vita salubre (ambienti di vita sani, condizioni abitative,...).
- La disponibilità di risorse tangibili può anche ridurre la probabilità di insorgenza di fenomeni stressogeni (ruolo protettivo).



# MODELLO COMPLESSO DEI RAPPORTI TRA RETE E SALUTE

(Berkman et al., 2000)



**CONDIZIONI SOCIO-STRUTTURALI**  
Culture  
Fattori economici  
Politiche  
Cambiamento sociale

**RETI SOCIALI**  
Strutture della RS  
Caratteristiche dei legami sociali

**MECCANISMI PSICOSOCIALI**  
Sostegno sociale  
Influenza sociale  
Impegno sociale  
Contatto interpersonale  
Accesso a risorse

**PERCORSI DI SALUTE**  
Comportamentali  
Psicologici  
Fisiologici