

Il termometro dell'aggressività



Corso di psicologia
TU Bergamo 2025/2026
Docente: Greta Capelli – psicologa e psicoterapeuta

Contatti:
capelligreta29@gmail.com
3314047249

RABBIA:

- Emozione di base
- Moralmente neutra
- Funzione adattiva
- Interna se non esplicitata

AGGRESSIVITÁ:

- Comportamentale
- Può (o no) derivare dalla rabbia
- Ha una valenza morale sociale
- Ha a che fare anche con la capacità di gestire la rabbia

- Ha una valenza morale perché la società tende a squalificarla
 - Tema / Problema
 - Aggressività e violenza



.Partiamo dall'etimologia di questa “parola valigia”:

AD – GRADIOR

Spinta pulsionale che come una corrente elettrica può illuminare, oppure, incendiare. Non solo anticamera della violenza, ma anche energia primaria utilizzabile in modo costruttivo e generativo.

.Precisiamo

Il fatto che l'aggressività non coincida con la violenza non toglie che anche questo ultimo aspetto appartenga alla natura umana!!

Prospettive psicoanalitiche

- .Freud
- .Klein
- .Winnicott
- .Fromm
- .Kernberg e Kohut



Prospettive comportamentali/ apprendimento

- .Skinner
- .Bandura
- .Neuroni specchio



Contributo delle Neuroscienze

- Mettono in continuità la prospettiva psicoanalitica e quella comportamentale
- Tema etica/deontologia
- Circuiti neurali coinvolti: il ruolo del sistema limbico e della corteccia prefrontale

In conclusione, la disamina dei correlati biologici e delle facilitazioni neurofisiologiche, neurotrasmettitoriali, ormonali, genetiche dei comportamenti aggressivi, se da una parte non depone assolutamente a favore di una concezione biologistica e neppure innatistica dei comportamenti aggressivi, dall'altra evidenzia però la presenza di componenti di matrice filogenetica e ontogenetica nell'esercizio

Psicopatia e disturbo antisociale

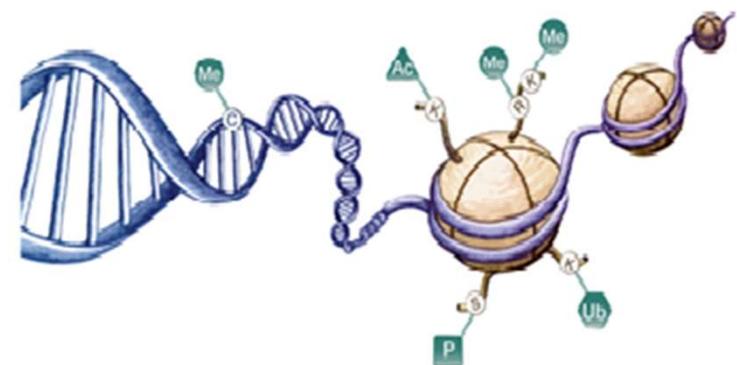
- Ruolo di geni e ambiente, mancanza di empatia e di rimorso, predisposizione al rischio, risposte emozionali assenti o spropositate, il “castigo meritato”.
- Risonanza magnetica e PET: limbico e frontale, funzionamento della corteccia, livelli di neurotrasmettitori e di ormoni, danni alla corteccia cingolata.
- Ipotesi del ritardo evolutivo
- Fascino



EPIGENETICA:

Come l'esperienza può influenzare l'espressione dei nostri geni:

- Modifiche: interruttori, chimiche e proteiche, trasmissibili
- Fattori coinvolti: ambiente, stile di vita ed esperienza psichica



Respingiamo la mono-causalità:

Nessun fattore e nessuna prospettiva, presi singolarmente, possono fornire una lettura sufficientemente esaustiva del costrutto dell'aggressività.

Importanza di un approccio **BIO – PSICO - SOCIALE**

Fornaro e la proposta dell'ARCO MULTISEQUENZIALE:

→ Sequenze di attivazione, sequenze di elaborazione e sequenze esecutive

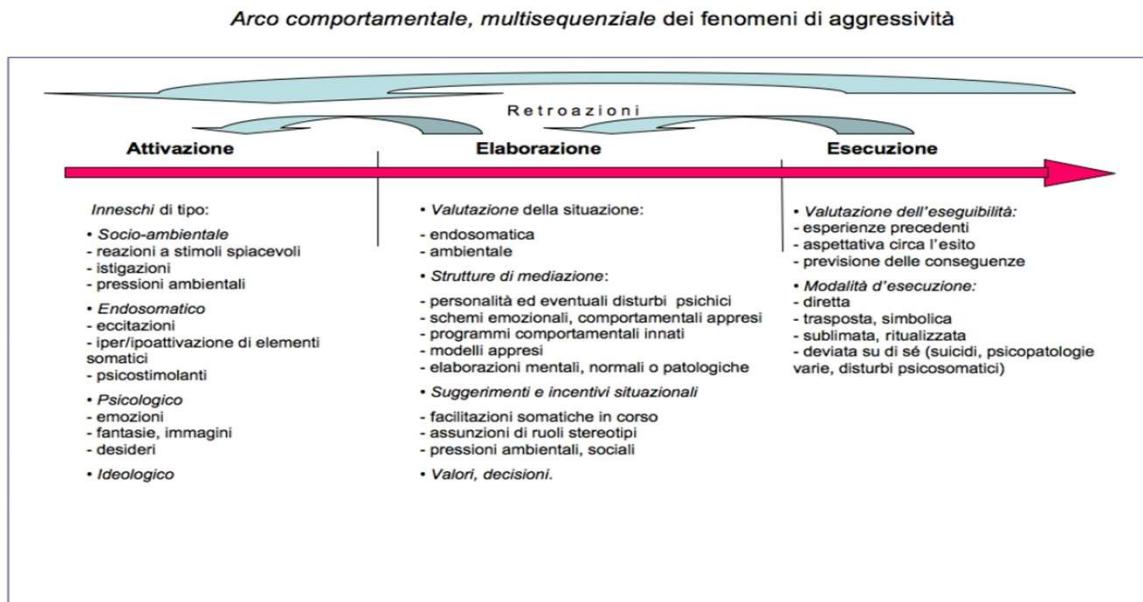


Fig. 1 (§ 4)

- Importanza del linguaggio e dell'attribuzione emotiva
- Alternativa allo scoraggiamento senza speranza
- Chiave di accesso per le risorse di cui disponiamo

<https://www.youtube.com/watch?v=BXyzjDYDD0Q>



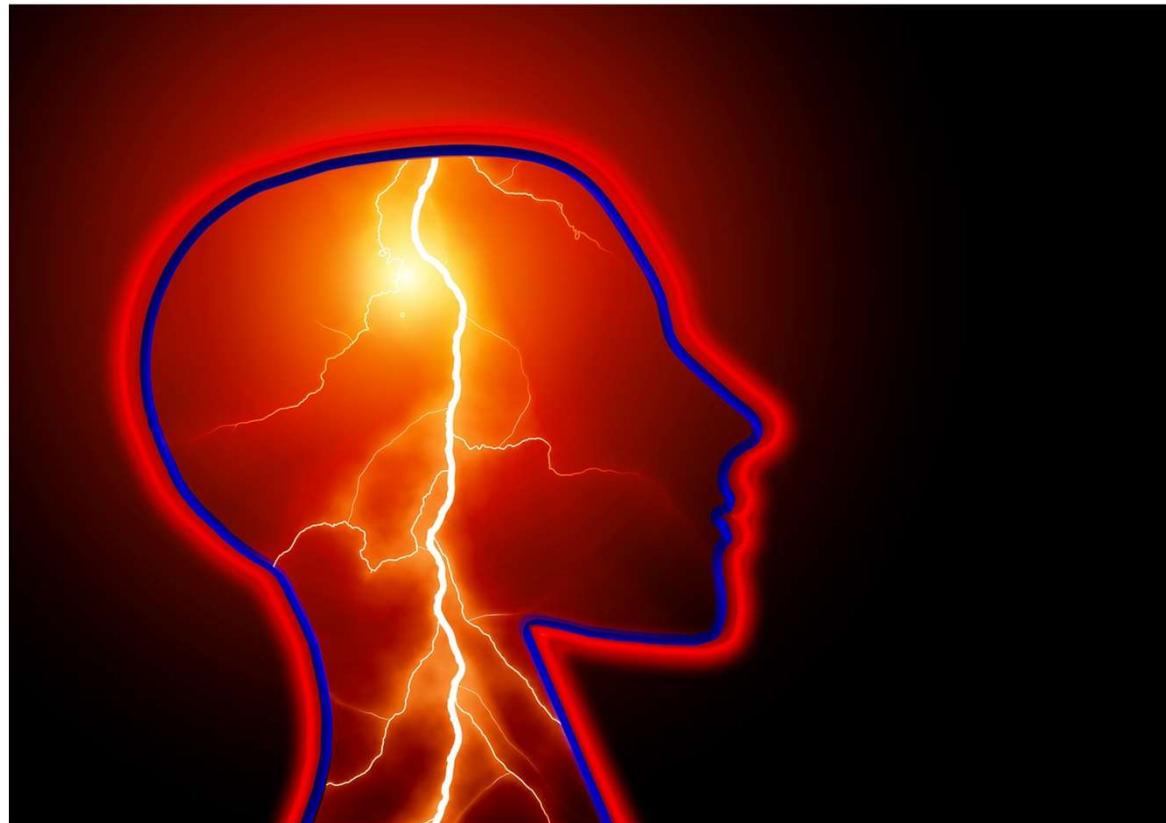
Aggressività positiva

≠

Aggressività negativa

(Affermazione

Distruzione)



Aggressività positiva o funzionale

L'aggressività può essere una risorsa preziosa. Quando viene integrata e regolata, si manifesta come assertività, capacità di porsi obiettivi, determinazione e protezione di sé.

Tra gli aspetti positivi troviamo:

- la difesa dei propri confini personali,
- la capacità di affermare la propria identità,
- la motivazione al cambiamento e al miglioramento,
- l'energia necessaria per prendere decisioni difficili,
- l'impulso alla creatività e alla trasformazione.

Aggressività negativa o disfunzionale

Quando l'aggressività non viene modulata o quando è influenzata da fattori stressogeni, può sfociare in comportamenti distruttivi.

Forme di aggressività disfunzionale:

- . Aggressività reattiva:** impulsiva, guidata dalla rabbia.

Aggressività autodiretta

- Come può manifestarsi
- Da cosa è nutrita
- Tentativo disperato di gestione del dolore
- Intervenire lavorando su quel dolore (corpo traumatico, locus of control, fermare autosabotaggio, elaborazione per interrompere la coazione a ripetere e cambiamento sguardo).

Aggressività e contesti culturali

La cultura influisce in modo significativo sulla percezione e sull'espressione dell'aggressività.

In culture collettiviste spesso l'aggressività diretta è scoraggiata, mentre possono essere più frequenti forme indirette.

In culture individualiste l'espressione dell'assertività e della competizione è maggiormente accettata.

Le norme educative, le rappresentazioni sociali e il ruolo dei media definiscono ciò che è considerato "accettabile".



I meccanismi di difesa sono strategie psicologiche inconsce che proteggono l'individuo da emozioni minacciose. Alcuni di essi sono direttamente connessi all'aggressività:

Proiezione: attribuire all'altro sentimenti aggressivi propri.

Spostamento: dirigere l'aggressività verso

Aver cura di entrambi i “lupi” che ci abitano, è l’alternativa ad un grande disagio dei giorni nostri che si esplica attraverso due posizioni estreme: un’aggressività eccessiva o un’aggressività repressa.

<https://www.youtube.com/watch?v=6rFfvTusqSs>