

Le Basi Psicologiche dell'Altruismo e del Comportamento Prosociale

Alberto Voci

Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e
Psicologia Applicata
Università degli Studi di Padova

Altruismo - Aspetti Evoluzionistici e Psicosociali
Istituto Veneto di Scienze, Lettere ed Arti
18 aprile 2013

Altruismo e comportamento d'aiuto

Un comportamento d'**aiuto** è un'azione che ha l'obiettivo di produrre, come risultato, un beneficio per un'altra persona (Dovidio et al., 2006).

La motivazione di un comportamento di aiuto può essere altruistica o egoistica (Batson et al., 1981; Dovidio, 1984):

- **Aiuto altruistico:** il fine ultimo è il benessere *della persona che riceve aiuto* (Batson, 1991)
- **Aiuto egoistico:** il fine ultimo è il benessere *di chi agisce* (Cialdini, 1991)

L'interesse personale di chi agisce è raramente assente. Ma il suo peso può essere variabile (Batson, 2010; Piliavin, 2009).

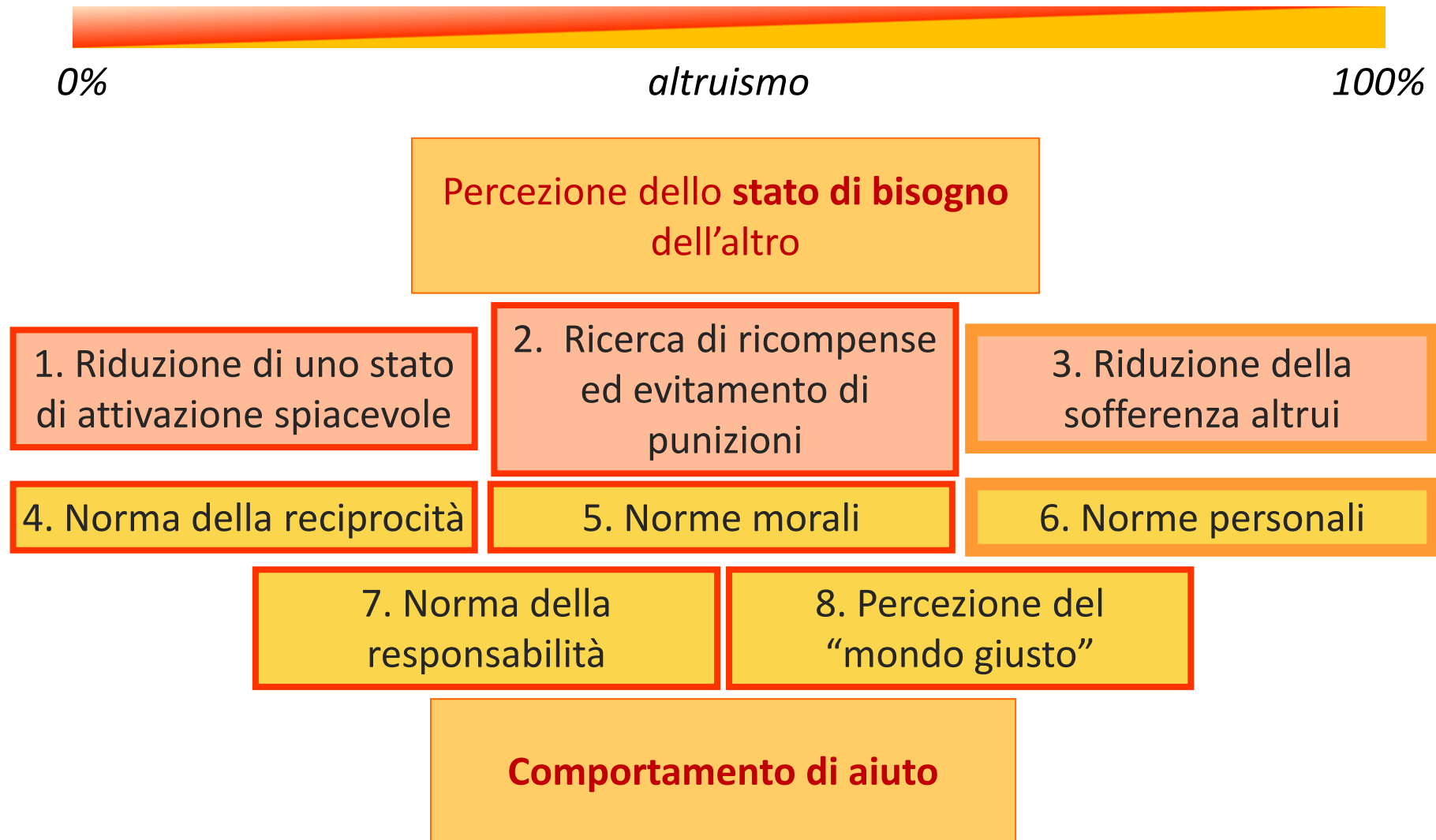


Motivazioni psicologiche del comportamento di aiuto



1. Cialdini (1991); 2. Archer et al. (1981); 3. Batson et al. (1981); 4. Gouldner (1960);
5. Hoffman (2000); 6. Penner et al. (1995); 7. Berkowitz (1972); 8. Lerner (1980)

Motivazioni psicologiche del comportamento di aiuto



1. Cialdini (1991); 2. Archer et al. (1981); 3. Batson et al. (1981); 4. Gouldner (1960);
5. Hoffman (2000); 6. Penner et al. (1995); 7. Berkowitz (1972); 8. Lerner (1980)

Diversi tipi di aiuto e livello di interesse personale



Aiuto interessato

si ricerca il beneficio personale, in termini materiali e/o psicologici

Aiuto obbligato

si aiuta solo se si è costretti, dipende da norme sociali

Aiuto riluttante

si aiuta per alleviare la propria sofferenza, o per non provare senso di colpa

Aiuto vincolato

si aiuta finché l'altro si comporta nel modo atteso; coinvolge il concetto di sé

Aiuto spontaneo

non ragionato, automatico, attivato dal semplice vedere l'altro in difficoltà

Aiuto trascendente

l'interesse personale è completamente trasceso, conta solo il beneficio altrui

Fattori che frenano il comportamento d'aiuto



Si mette in atto un comportamento d'aiuto se vengono superati 5 passi:

- 1)** accorgersi che sta accadendo qualcosa
- 2)** considerare la situazione come un'emergenza *
- 3)** assumersi la responsabilità dell'intervento *
- 4)** scegliere il tipo di intervento
- 5)** stabilire di attuarlo *

Se il processo non arriva alla fine, allora si verifica l'“**effetto spettatore**”

⇒ **Non si presta aiuto a chi ne ha bisogno** (Latané e Nida, 1981)

Principali ostacoli:

- Modello implicito del “non è successo niente”
- Paura dell'imbarazzo e del ridicolo
- Diffusione della responsabilità
- Calcolo costi/benefici

⇒ **La soluzione è chiarire la natura della situazione e/o responsabilizzare qualcuno in particolare.**

Empatia e altruismo



L'Empatia si riferisce al “**trasportarsi in modo immaginario nei pensieri, sentimenti e azioni di un'altra persona**” (Dymond, 1949)

Può essere una forte motivazione al comportamento di aiuto, ma non sempre all'altruismo...

Esistono diversi tipi di empatia (Batson & Ahmad, 2009):

- **preoccupazione empatica**: vicinanza emotiva e calore umano, possono motivare un comportamento altruistico;
- **rabbia empatica**: è legata ad una valutazione di tipo morale;
- **tristezza**: può mescolarsi con uno stato di attivazione spiacevole; se troppo forte può trasformarsi in **angoscia**;
- **assunzione di prospettiva**: un processo cognitivo di immedesimazione; attiva il concetto di sé.

Variabili in grado di incrementare l'altruismo



- La base della comprensione degli altri è la comprensione di sé: **comprensione delle proprie emozioni, presenza mentale (mindfulness;** Kabat-Zinn, 1982), **auto-compassione** (Neff, 2003).
- L'importanza percepita del benessere dell'altro aumenta se esso si ripercuote sul benessere personale: consapevolezza dell'**interdipendenza positiva** tra gli individui (Gaertner & Dovidio, 1999).
- Trascendere l'interesse personale significa trascendere le motivazioni quotidiane, tendere verso uno scopo "superiore": importanza della **spiritualità**, anche in senso laico (Frankl, 1963; Hill & Pargament, 2005).

Il volontariato

Il volontariato coinvolge un aiuto "pianificato":

- **ricerca volontaria** di possibilità di aiutare gli altri
- **deliberazione continua** sul livello di aiuto e di coinvolgimento
- **impegno continuativo**, anche con costi di tempo, energia, opportunità

Funzioni del volontariato (Clary & Snyder, 1999):

- **Valoriale** - valori umanitari, altruisti, compassionevoli
- **Conoscitiva** - compiere nuove esperienze, avere nuove conoscenze, anche su di sé
- **Sociale** - mantenere o incrementare le relazioni con gli altri
- **Carriera** - utilità per carriera lavorativa
- **Protettiva** - proteggere il sé da stati d'animo negativi, da problemi personali
- **Accrescimento** - importanza personale, autostima