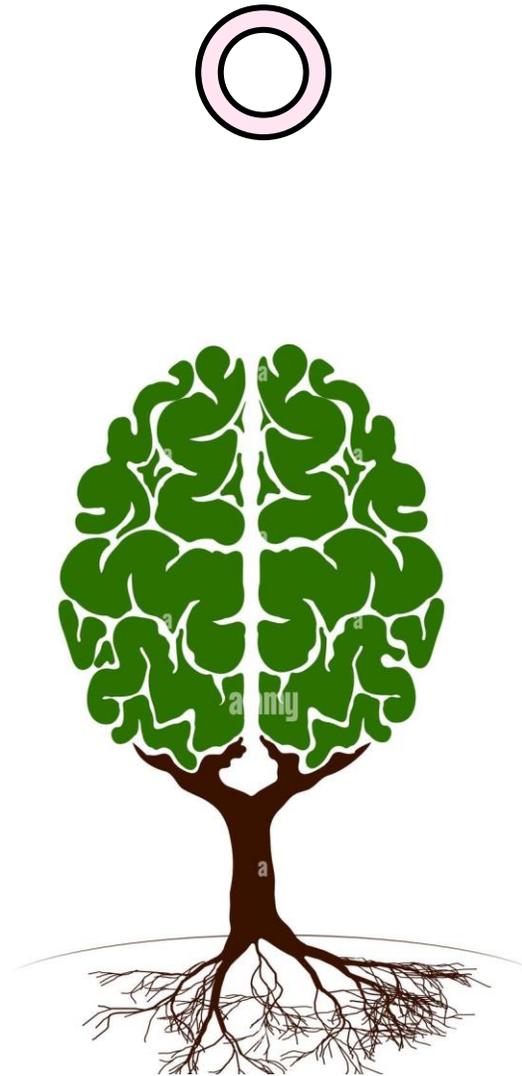


# Psicologia ambientale: una prospettiva *life-span*

ELISABETTA RICCIARDI

GIUSEPPINA SPANO

DIPARTIMENTO DI SCIENZE DELLA  
FORMAZIONE, PSICOLOGIA,  
COMUNICAZIONE, UNIBA



# ○ La psicologia ambientale (1)

- La psicologia ambientale è la disciplina che si occupa delle interazioni e della **relazione tra le persone e l'ambiente** in cui vivono (Proshanky, 1987)
- Ambiente: **ambiente fisico** (natura vs costruito) e **ambiente sociale**
- Relazione individuo-ambiente: aspetti fisici e geografici dell'ambiente e la loro influenza sul a) comportamento umano, b) processi percettivi, c) processi cognitivi dell'individuo



# ○ La psicologia ambientale (2)

- La psicologia ambientale nasce negli anni '70 del Novecento, negli Stati Uniti a seguito della nascita di altre discipline come la psicologia architettonica e la geografia comportamentale
- Paradigma dell'ambiente come <<struttura di opportunità>>
- Quando percepiamo un ambiente ne percepiamo anche le **affordances** (aiuti che un ambiente può offrirci in accordo con le nostre esigenze) (Gibson, 1966;1979)





# La psicologia ambientale (3)

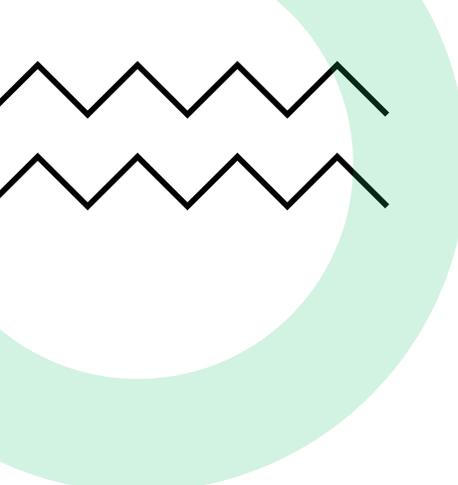
- Siamo nel piazzale della stazione di una città sconosciuta, stanchi e accaldati. Dalla percezione dell'ambiente passiamo all'esplorazione attiva e cerchiamo di dirigere la nostra attenzione verso quegli stimoli percettivi che potrebbero soddisfare il nostro bisogno di rinfrescarci e dissetarci e troviamo: una fontanella (*affordances* di rinfrescarci) e un bar (*affordances* di dissetarci).



# ○ La psicologia ambientale (4)

- Tra le *affordances* che un luogo può fornire può darci l'informazione che un certo luogo sia per noi una casa
- **Attaccamento ai luoghi:** ricerca di vicinanza, unicità e insostituibilità del luogo di attaccamento principale e il senso di perdita in seguito all'allontanamento
- **Place identity:** congruenza tra l'immagine di sé e il luogo fisico in cui si risiede





# La psicologia ambientale (5)

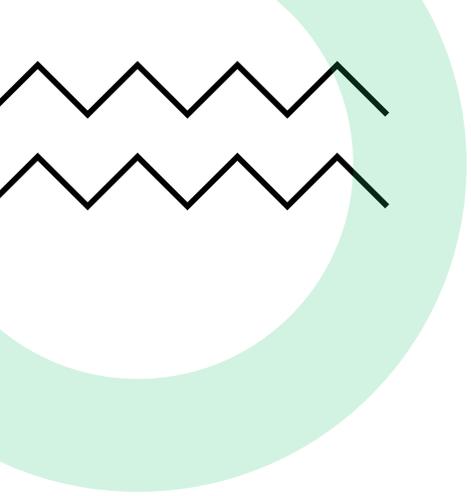
- Perché un soggetto possa dare una valutazione affettiva positiva di un luogo devono essere soddisfatte le seguenti condizioni (Kaplan, 1987):
  - 1) Coerenza di un ambiente: un ambiente deve essere facilmente riconoscibile e non deve caricare eccessivamente la nostra cognizione
  - 2) Leggibilità: nell'ambiente ci devono essere informazioni che ne facilitano la comprensione es. per facilitare l'orientamento
  - 3) Complessità: l'ambiente deve essere percettivamente complesso (non a scapito della leggibilità)
  - 4) Mistero: caratteristica per cui si ha la sensazione che addentrandosi nell'ambiente si avranno ancora più informazioni es. un bosco ad alberi alti in cui in mezzo si addentra un sentiero



# ○ La psicologia ambientale (6)

- In base a cosa preferiamo alcuni luoghi e non altri? (Appleton, 1975)
  - 1) *Prospect*: una grande vista, preferibilmente dall'alto
  - 2) *Refuge*: possibilità di protezione
- Età: secondo alcune ricerche i bambini preferiscono ambienti desertici, gli adulti e gli anziani ambienti come foreste e boschi (Balling & Falk, 1982)
- Caratteristiche di personalità: ambienti non familiari e avventurosi vs meno stimolanti
- Variabili fisiche degli ambienti: ambiente naturale vs. costruito

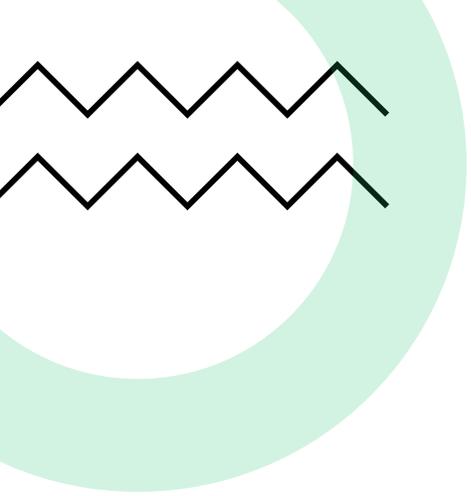




# Ambienti naturali vs Ambienti costruiti

- Molte ricerche ( Sheets & Manzer, 1991; Purcel et al., 2001) confermano che, indipendentemente dall'età e dalle caratteristiche di personalità, gli ambienti naturali con la presenza di vegetazione e possibilmente acqua, sono preferiti rispetto agli ambienti costruiti o urbani





# 1. Spiegazione Evoluzionistica

- Importanza vitale della vegetazione che è associata alla presenza di risorse e sicurezza utili per la sopravvivenza

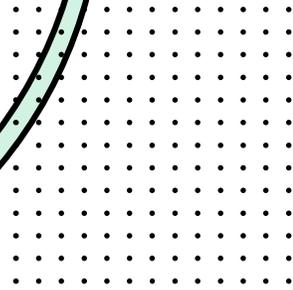
# 2. Spiegazione Costruttivista

- Atteggiamenti culturalmente acquisiti legati all'attività di gioco esterno alla casa che hanno caratterizzato la nostra infanzia e adolescenza





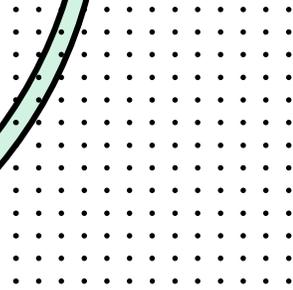
Recupero del  
proprio  
benessere  
psicologico



- Un'importante funzione del paesaggio naturale e del verde è quella di aiutare l'individuo a recuperare il suo benessere psicologico minacciato dagli *stressors* urbani es. traffico, rumore, affollamento



# Recupero del proprio benessere psicologico



- Alcune ricerche dimostrano in ambiente ospedaliero l'efficacia terapeutica nel decorso post-operatorio, di camere con viste naturali rispetto a camere con finestre che si aprono su altri edifici

# ○ Ambienti naturali e *restorativeness* (1)

- Secondo alcuni studi di Ulrich (1984) l'interazione dell'individuo con l'ambiente naturale ha un ruolo nel recupero dallo stress psicofisiologico ed è quindi rigenerante per i processi cognitivi e affettivi dell'essere umano
- Notò che a beneficiare del potere ristorativo degli ambienti naturali era anche l'attenzione.

- **STRESS REDUCTION THEORY**



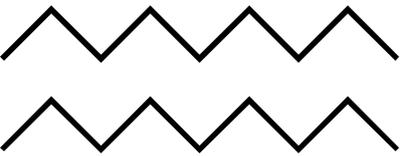
# ○ Ambienti naturali e *restorativeness* (2)

- Kaplan & Kaplan nel 1989 elaborarono la teoria della *restorativeness*
- Nell'ambiente urbano e quotidiano la nostra attenzione è in affanno, invece gli ambienti naturali ci permettono di rilassarci e recuperare le nostre energie attentive

- **ATTENTION RESTORATION THEORY**



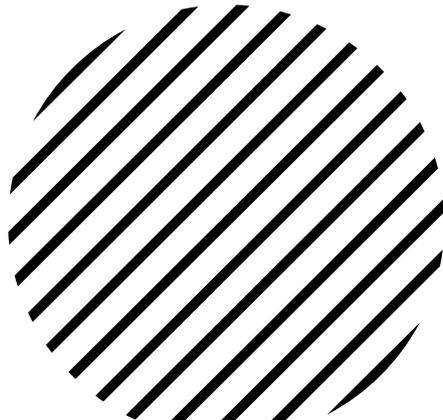
# Ambienti naturali e *processi affettivi*



*Review*

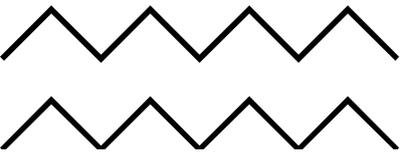
## **Mental Health Benefits of Long-Term Exposure to Residential Green and Blue Spaces: A Systematic Review**

Mireia Gascon <sup>1,2,3,4,\*</sup>, Margarita Triguero-Mas <sup>2,3</sup>, David Martínez <sup>2,3</sup>, Payam Dadvand <sup>2,3</sup>, Joan Fornes <sup>2,3,4</sup>, Antoni Plasència <sup>1</sup> and Mark J. Nieuwenhuijsen <sup>2,3</sup>



- Hanno analizzato 28 studi circa la relazione tra spazi verdi e salute mentale e spazi blu e salute mentale
- Prove limitate di una relazione causale tra il verde circostante e la salute mentale negli adulti, mentre le prove sono inadeguate nei bambini
- sono necessarie ulteriori ricerche per fornire prove più consistenti e informazioni più dettagliate sui meccanismi e sulle caratteristiche degli spazi verdi e blu che promuovono una migliore salute mentale.

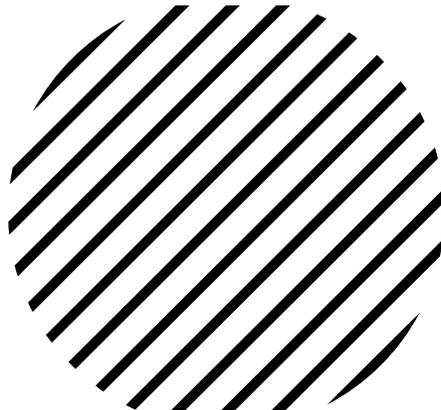
# Ambienti naturali e *processi cognitivi*



EARLY LIFE ENVIRONMENTAL HEALTH (J SUNYER, SECTION EDITOR)

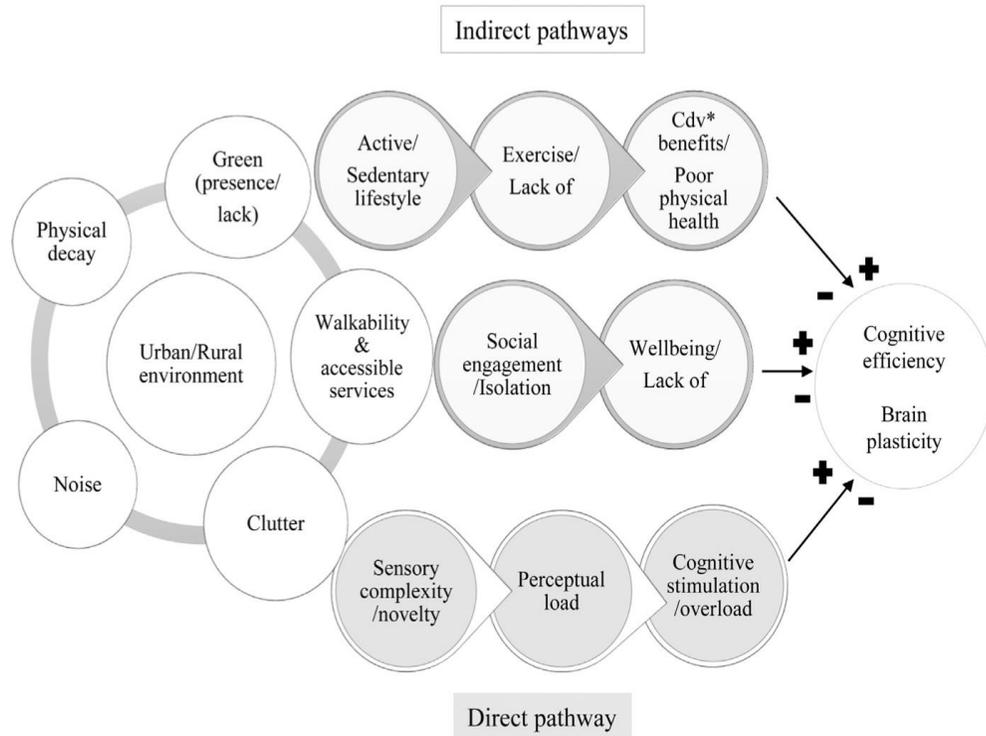
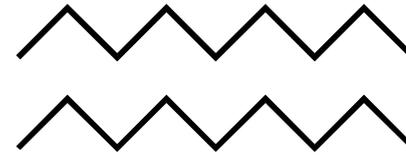
## **Long-Term Green Space Exposure and Cognition Across the Life Course: a Systematic Review**

Carmen de Keijzer<sup>1,2,3,4</sup> · Mireia Gascon<sup>1,2,3</sup> · Mark J. Nieuwenhuijsen<sup>1,2,3</sup> ·  
Payam Dadvand<sup>1,2,3</sup>



- Hanno analizzato 13 studi circa la relazione tra spazi verdi e funzionamento cognitivo lungo il corso di vita
- Prove limitate di una relazione causale tra il verde circostante e il funzionamento cognitivo nel corso di vita
- Tuttavia i risultati suggeriscono che gli spazi benefici possano avere un ruolo positivo sul funzionamento cognitivo dell'essere umano

# L'ambiente come un **training cognitivo**



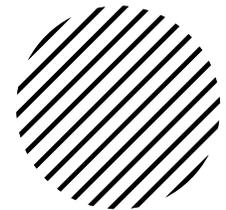
Review

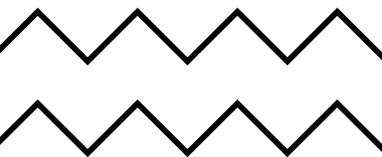
## Environment as 'Brain Training': A review of geographical and physical environmental influences on cognitive ageing

Marica Cassarino<sup>a,\*</sup>, Annalisa Setti<sup>a,b</sup>

<sup>a</sup> School of Applied Psychology, University College Cork, Ireland

<sup>b</sup> Trinity College Dublin, Ireland



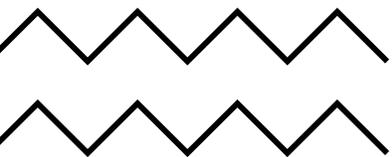


# Prospettiva *life-span* (1)



- Una **prospettiva life-span** tende a considerare le diverse età mentali come caratterizzata da particolari obiettivi sul piano cognitivo, affettivo e sociale
- In tale prospettiva non è solo l'età a determinare lo sviluppo mentale dell'individuo ma anche i fattori ambientali



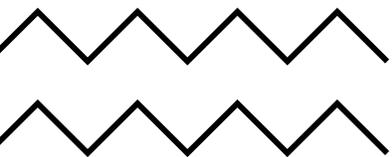


# ***Uso dell'ambiente nei bambini (1)***

## Prospettiva *life-span*

- I bambini fino ai 5 anni si rappresentano solo alcuni spazi dell'ambiente
- Intorno ai 7 anni ed oltre iniziano a usare i riferimenti ambientali per orientarsi
- Negli ambienti familiari si muovono meglio



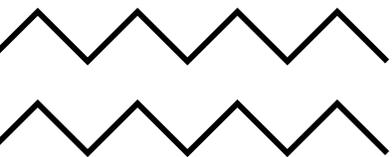


## **Uso dell'ambiente nei bambini (2)**

# Prospettiva *life-span*

- Edifici scolastici che espongono i bambini ad un maggiore contatto con lo spazio verde per la presenza di filiere di alberi e giardini sono da preferirsi
- Associazione degli spazi verdi con una migliore prestazione scolastica (Wu et al., 2014; Leung et al., 2017)



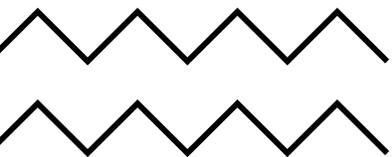


## Prospettiva *life-span*

***Uso  
dell'ambiente  
negli adulti***

- Maggiori livelli di benessere e migliori prestazioni lavorative in luoghi di lavoro con spazi aperti e verdi (Gulchrist et al., 2015)



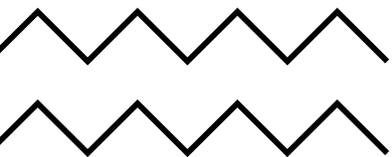


# Prospettiva *life-span*

## **Uso dell'ambiente negli anziani (1)**

- ***Supporting environment***
- Gli individui più anziani dipendono maggiormente dall'ambiente sebbene la loro competenza di muoversi nello spazio ed esplorarlo diminuisca gradualmente



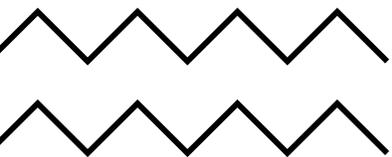


## **Uso dell'ambiente negli anziani (2)**

### Prospettiva *life-span*

- Indicatori di soddisfazione residenziale
- Attaccamento al luogo: l'ambiente in cui l'anziano vive può favorire i processi di reminiscenza
- Rottura dell'attaccamento dovuta al trasferimento nelle case di riposo



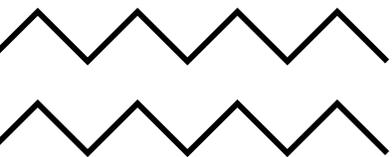


## **Uso dell'ambiente negli anziani (3)**

# Prospettiva *life-span*

- Alcuni studi suggeriscono che gli anziani istituzionalizzati hanno un concetto di sè più negativo (*place identity*)
- Strategia dell'anticipazione e partecipazione dell'anziano alla scelta
- Spazi di privacy, personalizzazione della propria camera





**Uso  
dell'ambiente  
negli anziani (4)**

## Prospettiva *life-span*

- Effetto benefico degli spazi verdi sulle funzioni cognitive che normalmente decadono in età senile



**Perché è importante studiare l'influenza che l'ambiente ha sulla salute mentale degli individui?**

## **The WHO Age-friendly cities framework**



## **PNRR. Rivoluzione verde e transizione ecologica**



## **Nature-based solution**



***GRAZIE!***

