

III.

ATTENZIONE

- Definizione di attenzione
- L'attenzione selettiva e il fenomeno del cocktail party
- Le teorie di filtro: sensoriale, primario, attenuato, tardivo
- L'attenzione divisa
- Limiti delle teorie proposte
- Strumenti di valutazione dell'attenzione
- Ambito clinico e dello sviluppo

L'attenzione è una dimensione psicologica fondamentale poiché sottende lo svolgimento di altri processi come la percezione, la memoria, il pensiero e l'emozione. È definita come la capacità di dirigere e focalizzare le risorse psichiche a disposizione in un dato momento su aspetti specifici della realtà, escludendone altri (Gennaro, 2004). Questa capacità è legata alla limitatezza del sistema cognitivo che impedisce agli uomini di poter svolgere molti compiti contemporaneamente, se non in certe condizioni (Del Miglio, 2002), ed è indispensabile per poter dare una risposta ad uno stimolo e non rimanere paralizzati di fronte alla moltitudine di stimoli dai quali veniamo quotidianamente e costantemente inondati.

Il processo attentivo in realtà sembra essere caratterizzato da più fenomeni. Il primo è quello dell'*attenzione selettiva*, dove il soggetto circoscrive degli stimoli sui quali focalizzerà le sue elaborazioni cognitive. Nel processo di selezione attentiva, i fattori che facilitano il focalizzarsi su un determinato stimolo sono gli stessi fattori gestaltici che organizzano la forma nel sistema percettivo, come per esempio salienza, buona forma, coerenza e contrasto tra figura e sfondo (Canestrari, e Godino, 2002). L'esempio classico che aiuta a descrivere questo processo è quello del cosiddetto *effetto cocktail party*, quando ci si trova ad una festa ci focalizziamo su quello che sta dicendo la persona con la quale stiamo conversando, eludendo dal nostro campo di elaborazione una grande quantità di informazioni che stanno giungendo ai nostri recettori, come la musica, le altre chiacchiere, la gente che scivola perché ha bevuto troppo. Tra i più noti paradigmi sperimentali di stampo cognitivista, utilizzati per studiare l'attenzione selettiva, si annovera l'*ascolto dicotico* (Cherry, 1953) dove stimoli uditivi diversi venivano presentati alle orecchie di un soggetto il quale doveva focalizzarsi solo su di uno dei due. Dopo, gli veniva richiesto di richiamare alla memoria le informazioni inviate ad entrambe le orecchie e si verificava quale delle due era stata trattenuta. Attraverso questi esperimenti **Edward Colin Cherry** sostenne la presenza di

un filtro sensoriale che impedisce l'accesso all'elaborazione cognitiva di alcune informazioni e la loro ritenzione in memoria. A questa teoria fa seguito quella di **Donald Broadbent** (1958) conosciuta come *teoria del filtro primario* secondo cui c'è uno stadio iniziale (sistema sensoriale S) in cui tutte le informazioni che giungono alla persona vengono elaborate sulla base delle loro caratteristiche fisiche, senza che vi sia alcuna selezione, e vengono trattenute in memoria per un breve periodo. Dopo di che entra in azione il filtro attentivo che seleziona gli stimoli da inviare alla corteccia celebrale per una maggiore elaborazione e registrazione in memoria a lungo termine grazie all'azione del sistema P, percettivo. Perciò il filtro si trova localizzato tra il sistema S e il sistema P (Gennaro, 2004; Del Miglio, 2002). Come si può vedere le teorie sull'attenzione propongono ognuna un processo di selezione dell'informazione lungo il percorso di elaborazione che subentra in tempi diversi, da molto precoce a tardiva. La *teoria del filtro attenuato*, formulata da **Treisman** nel 1960, mitigò le proposte fatte da Broadbent, sostenendo che il filtro non cancellerebbe le informazioni provenienti da canali sui quali l'attenzione non si focalizza, ma che tali informazioni in particolari condizioni possono bastare per attivare i successivi stadi di elaborazione (Gennaro, 2004). Nel 1963, invece, Deutsch e Deutsch proposero la *teoria del filtro tardivo o terminale* secondo cui i segnali giungono tutti quanti al cervello dove vengono elaborati parzialmente e in modo inconsapevole. In questo caso l'attenzione avrebbe la funzione di portare alla coscienza gli stimoli e permetterne la ritenzione in memoria.

Il secondo fenomeno attentivo è quello dell'*attenzione divisa*, studiato dagli psicologi cognitivisti a partire dagli anni Ottanta. L'attenzione divisa rappresenta la capacità di prestare attenzione a diverse attività svolte contemporaneamente, studiata sperimentalmente attraverso l'osservazione e la misurazione dell'attività di soggetti coinvolti in più compiti nello stesso momento. Ciò che si è visto è che la prestazione ottenuta ai due compiti svolti contemporaneamente è peggiore rispetto a quella ottenuta ai compiti svolti singolarmente. Ma quando uno dei compiti richiede abilità automatiche, come parlare o camminare, questi difficilmente si intralciano a vicenda perché i compiti automatici non richiedono l'impiego di attenzione e memoria di lavoro a breve termine. Così l'attenzione passerebbe dall'aver una funzione di filtraggio delle informazioni in entrata a quella di controllo dei processi cognitivi (Mecacci, 2001).

Rispetto alle teorie proposte, uno dei limiti riscontrabile è quello di considerare solo stimoli oggetto di attenzione come capaci di avere effetti sull'elaborazione di informazioni consce. Questa considerazione è stata smentita dall'esperimento di Mackay (1973), dove a dei soggetti veniva presentata una frase ambigua a un orecchio, mentre all'altro veniva presentata una parola che disambiguava la frase: ad es. se la frase era "They threw stones at the bank" nell'altro orecchio veniva mandato il suono "money" o "river" così da disambiguare il significato di "bank". La parola che

sentivano in un orecchio, pur non essendo ricordata, quindi a livello inconsapevole, influenzava la scelta successiva di un'altra frase che disambiguasse il significato della prima come ad esempio "They threw stones in the river".

Esistono diversi strumenti di misurazione dell'attenzione, per esempio alcuni item contenuti nei test di intelligenza come la WAIS, oppure il test di Stroop (test di controllo dell'attenzione) che mira a misurare la capacità di attenzione selettiva presentando ad un soggetto delle parole denominanti colori ma scritte con un inchiostro di colore diverso rispetto a quello scritto. Si chiederà al soggetto di nominare il colore dell'inchiostro ma non quello scritto dalla parola, creando un'interferenza cognitiva. L'effetto Stroop consiste nel dimostrare che se parola scritta e colore sono concordanti si impiegherà minor tempo a pronunciare la risposta esatta. Il Dual Task è utile nella valutazione dell'attenzione divisa e della memoria di lavoro, mediante l'esecuzione di un doppio compito. La prima prova consiste in uno span di cifre, la seconda nel seguire un percorso di cerchietti, la terza in entrambe. Un ulteriore test è il Trial Making Test (TMT) che richiede attenzione selettiva e flessibilità cognitiva, dove si chiede ai soggetti di collegare, nel minor tempo possibili, dei numeri su un foglio in ordine crescente, mentre nella prova successiva di collegare, alternandoli, un numero e una lettera, in ordine crescente e alfabetico.

In ambito clinico, la valutazione delle capacità attentive è un importante indicatore diagnostico per la diagnosi di psicopatologie come schizofrenia, che si manifestano con diminuzione della vigilanza e stati confusionali (ipoprosessia), o nei disturbi dell'umore, dove l'attenzione tende a restringersi su temi specifici con vissuti persecutori ad essi legati. Il fenomeno dell'iperprossia, che consiste nell'aumentata capacità di raccogliere dall'ambiente le informazioni, è un sintomo comune nell'intossicazione da allucinogeni, nei disturbi fobici, ossessivo-compulsivi e nel disturbo delirante. Nell'ambito della psicologia dello sviluppo le teorie sull'attenzione hanno reso possibile comprendere e diagnosticare i disturbi da deficit di attenzione e iperattività (ADHD) dell'età evolutiva e costruire degli interventi per affrontarlo. Questo disturbo porta il bambino ad avere grandi difficoltà nel terminare un compito o un'attività, nel mantenere a scuola una posizione e atteggiamento consoni rispetto alle usuali aspettative, compromettendo in maniera anche grave le sue possibilità di riuscita scolastica, i rapporti con i pari e gli insegnanti e causando problemi di l'autostima nel bambino.

Tratto da:

Mecacci, L. (2001) *Manuale di psicologia generale*. Giunti Editore

Gennaro, A. (2004) *Lineamenti di psicologia generale*. Scione

Canestrari, R. & Godino, A. (2002) *Introduzione alla psicologia generale*. Bruno Mondadori