

X Corso di Perfezionamento in Psicogerontologia e Psicogeriatria

Università di Brescia - 24 marzo 2018

La narrazione nel paziente anziano

Alessandro Antonietti

Dipartimento di Psicologia
Università Cattolica del Sacro Cuore – Milano

L'INTERESSE VERSO LA NARRAZIONE

LINGUISTICA Propp

Liebov

PSICOANALISI Lacan

Mitchell

PSICOLOGIA SOVIETICA Vygotskij

Bachtin

Harré

PSICOLOGIA COGNITIVA Glenn

PSICOLOGIA CULTURALE Bruner

Italo Calvino

Le città invisibili

PENSIERO PARADIGMATICO PENSIERO NARRATIVO

classi prototipi

sistematico euristico

a-contestuale contestuale

spiegazione interpretazione

nomotetico idiografico

leggi storie

scienza quotidianità

"Una sofferenza ha bisogno non di una mappa ma di una storia"

C. Lewis, Storia di un dolore

Una narrazione è caratterizzata da:

- sequenzialità
- concretezza
- intenzionalità
- verosomiglianza
 - genere
 - canonicità
 - incertezza

LE FUNZIONI DELLA NARRAZIONE

NARRATIVE

esistenziali: vita ----> sé

professionali: formazione ----> sè

lavoro professionale

situazionali: eventi ----> senso

scenari ----> dell' azione

NARRATIVE

esistenziali: vita ----> sé

professionali: formazione ----> sè

lavoro professionale

situazionali: eventi -----> senso

scenari ----> dell' azione

E' più importante sapere raccontare delle storie che sapere fare a pugni

Dacia Maraini, Il treno dell'ultima notte, cap. 12





Inventore del burattino Guignol

Un canut (lavoratore delle seterie) di Lione licenziato per sopravvivere si mette a fare cavadenti. Usava un burattino di Pulcinella per distrarre pazienti, ma poi ne inventa uno nuovo (Guignol) Robin si rivolse ancora una volta al giovane: "Allora ragazzo ", gli disse, "raccontaci i tuoi affanni e parla delle pene; è come lasciar defluire le acque quando la diga del mulino è stracolma"

Howard Pyle, Le allegre avventure di Robin Hood, cap. Robin Hood e Allan a Dale

Scrittura espressiva

("Metodo Pennebaker")

La narrazione

Pennebaker, 1986 →

- ↑ Cellule T-helper
- ↑ Risposta degli anticorpi al virus Epstein-Barr
 - Risposta degli anticorpi alla vaccinazione per epatite B

Pennebaker J. W.

Scrivi cosa ti dice il cuore. Autoriflessione e crescita personale attraverso la scrittura di sé, Erickson, Trento 2004

Pennebaker J. W.

Tradurre in parole le esperienze traumatiche: implicazioni per la salute in L. Solano, Tra corpo e mente, Cortina, Milano 2001, pp. 159-173

Metodo originario

consegna di scrivere per 4 giorni di seguito, per 15 minuti, pensieri connessi al trauma

è equivalente raccontare a voce o per iscritto

è equivalente scrivere circa proprio trauma o trauma immaginato (in ogni caso si è sollecitati a esplorare proprie emozioni e pensieri)

Soggetti sono più tristi subito dopo aver scritto, ma più felici a distanza di tempo non funziona se fatto subito dopo il lutto o quando non ancora acquisite capacità di rielaborazione e coping

scritti di chi migliora salute sono quelli più riflessivi, emozionalmente aperti e meditati

più si usano parole indicanti emozioni positive, più si migliora

miglioramento è collegato a un numero medio di parole indicanti emozioni negative (non migliora chi le esprime poco; troppo autocommiserazione è improduttiva)

migliorano di più persone che partono da poche parole-insight (indicanti comprensione, consapevolezza) e poi ne aumentano il numero (non migliora chi ha già all'inizio la spiegazione del trauma)

Spiegazioni

1) ci si rende conto del proprio stato e quindi si adottano comportamenti più funzionali/"salutari"

OB: non si riferiscono cambiamenti di comportamento

2) espressione di emozioni

OB: se non c'è elaborazione cognitiva espressione di per sé non è utile; necessario tradurre in parole

3) cambiamento del modo con cui si organizzano emozioni e pensieri attorno al trauma; integrazione di pensieri ed emozioni; evento può essere compreso, sintetizzato, memorizzato e dimenticato.

narrazione permette di raccogliere in unità varie prospettive e elaborare un unico ampio racconto.

un evento inserito in una narrazione risulta semplificato.

costruire storie è atto con cui si organizzano e ricordano gli eventi in modo coerente, si integrano pensieri ed emozioni → si comprendono esperienze e se stessi → sensazione di prevedere e controllare la vita senso di risoluzione (non più ruminazioni)

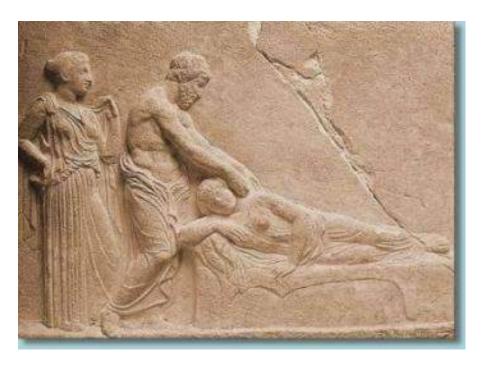
La legge di questa vita a cui si aspira oppressi sognando la semplicità non è se non quella dell'ordine narrativo, quell'ordine normale che consiste nel poter dire: "Dopo che fu successo questo, accadde quest'altro" [...] Beato colui che può dire: "allorché", "prima che" e "dopo che"! Avrà magari avuto tristi vicende, si sarà contorto dai dolori, ma appena gli riesce di riferire gli avvenimenti nel loro ordine di successione si sente così bene come se il sole gli riscaldasse lo stomaco.

Robert Musil, *L'uomo senza qualità*, parte II, cap. 122

Tutti i dolori sono sopportabili se li metti dentro una storia

Isak Dinesen cit. in L. Rosten, *Oy oy oy. Umorismo e sapienza nel mondo perduto dello yìddish* Mondadori, Milano 1999, p. 12

La narratività in medicina





















IL RUOLO DELLA NARRAZIONE NELL'ANZIANO OSPEDALIZZATO

Mottini A¹., Iannello P¹., Galassi G¹., Panella L²., Antonietti A¹.

¹Università Cattolica del Sacro Cuore- Milano; ²Istituto Ortopedico Gaetano Pini - Milano

Dal 1900 al 2000

La Popolazione con più di 65 anni è passata dal 4 al 13 % del totale

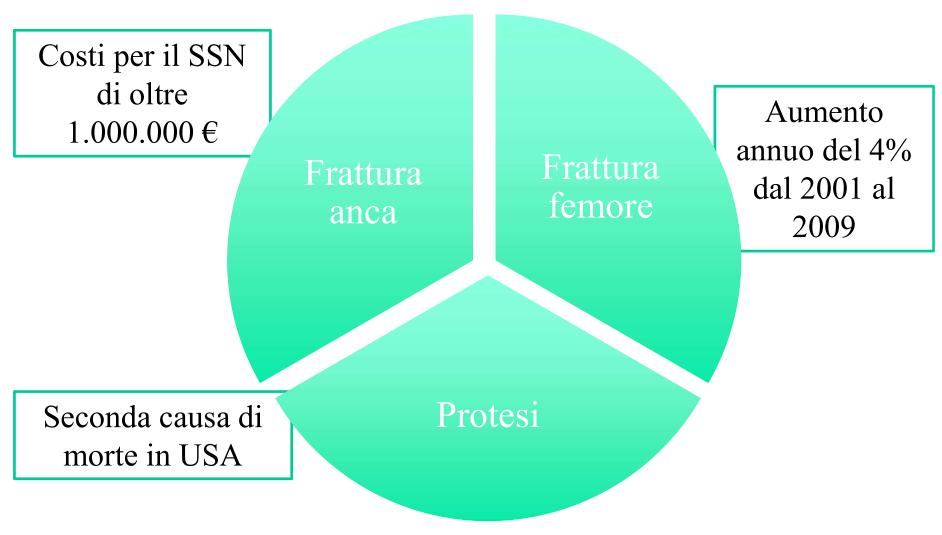




GRANDI ANZIANI

Nel 1900 costituivano il 10% si stima che nel 2050 questi costituiranno il 22% del totale (Scapicchio et al., 2002)

Patologie ortopediche



Studio Argento, ISS 2009

Decadimento cognitivo



Morte

Istituzionalizzazione

Disabilità

Depressione

La narrazione

Bolton, 1999 _____

Repartii ospedalieri e RSA

Effetti positivi su medici e degenti

La narrazione



In uno studio del 2005 Baikie e Wilhelm fecero un elenco dei vantaggi della scrittura nel contesto medico:

Sistema immunitario

Funzioni epatiche e polmonari

Benessere percepito

Effetto analgesico in diverse situazioni

Stress correlato a visite mediche

Pressione arteriosa

Tempo di ospedalizzazione

Sintomi depressivi e post traumatici

Dolore e aumento in pazienti oncologici

Metacognizione

Alla scrittura espressiva si è deciso di affiancare una modalità narrativa di tipo metacognitivo, la quale permette alla persona di riconoscere il ruolo della soggettività di vissuti, motivazioni e intenzioni nonché attribuire un significato a ciò che accade all'interno del proprio contesto

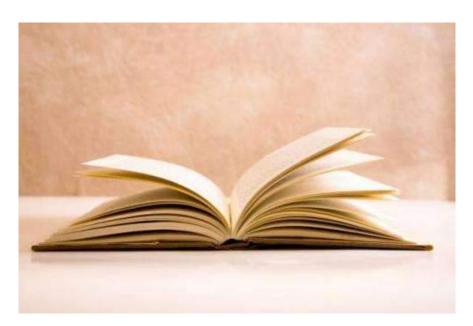


Il progetto prevede il coinvolgimento di anziani ricoverati in seguito a traumi muscolo-scheletrici e/o interventi chirurgici nella compilazione di un'agenda narrativa.



L'agenda narrativa è stata ideata in maniera tale da favorire la modalità di espressione preferita dal paziente, è composta da sezioni "strutturate" e da pagine bianche.

Rappresentazione di sè



Ponte tra medico-paziente

Rappresentazioni delle proprie risorse

Racconti un episodio della sua vita in cui si è sentito particolarmente felice...



Rispetto a quell'episodio, come si sente oggi?

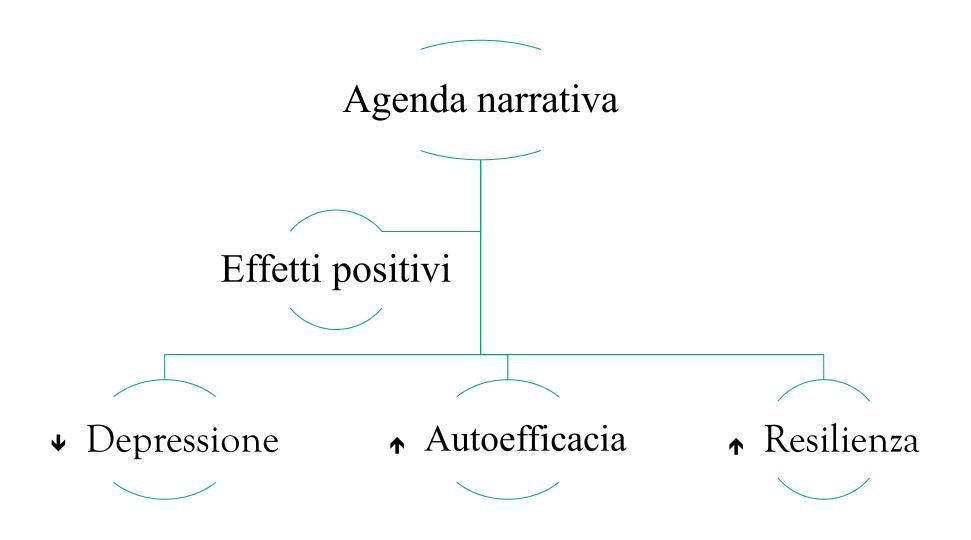
Pensi a quali strategie e/o comportamenti potrebbe mettere in atto per avvicinarsi a quella condizione di felicità?



Immagini se stesso come una bilancia, quali sono le sue RISORSE e quali i PUNTI DEBOLI?

Quale peso avrebbero se fossero sui piatti della bilancia?

Ipotesi



Campione

N: 33

57-95 anni

M: 79.55;

DS: 10.134

Procedura /T1

Geriatric Depression Scale (GDS, Yesavage et al., 1983)



Resilience Scale for Adult (RSA, Fridborgm et al. 2003)



Self Assesment Manikin (SAM, Lang 1980)



General Self Efficacy Scale (GSE, Sibilia, et al, 1995)



SPERIMENTALE



CONTROLLO

Procedura / T2



Geriatric Depression Scale (GDS, Yesavage et al., 1983)



Resilience Scale for Adult (RSA, Fridborgm et al. 2003)

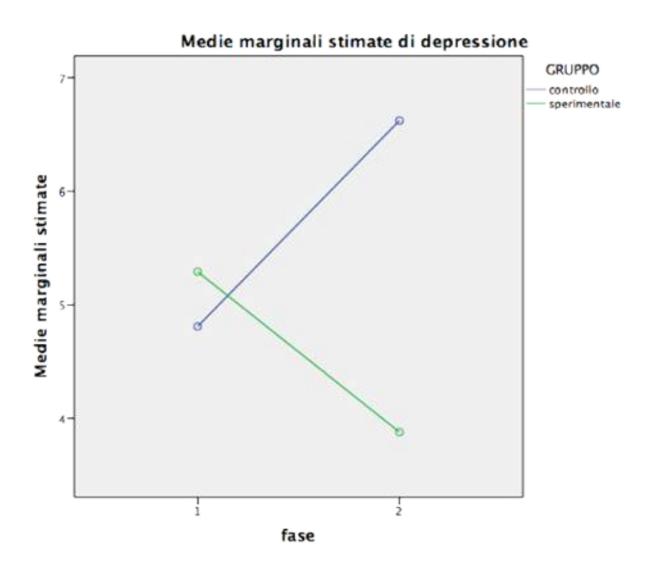


Self Assesment Manikin (SAM, Lang 1980)



General Self Efficacy Scale (GSE, Sibilia, et al, 1995)

Risultati - GDS



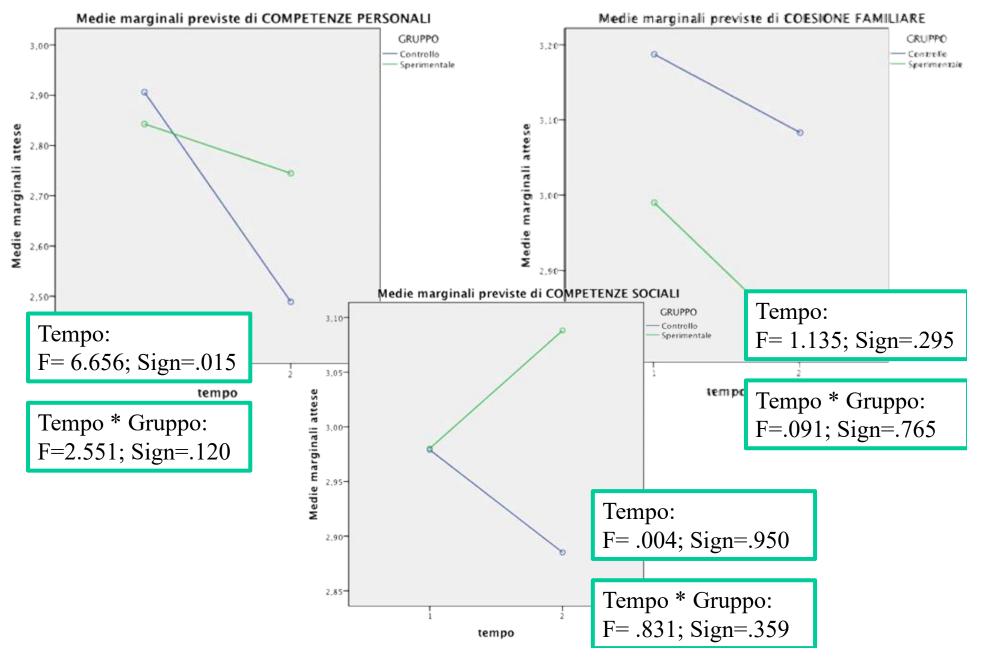
Fase:

F= .166; Sign=.686

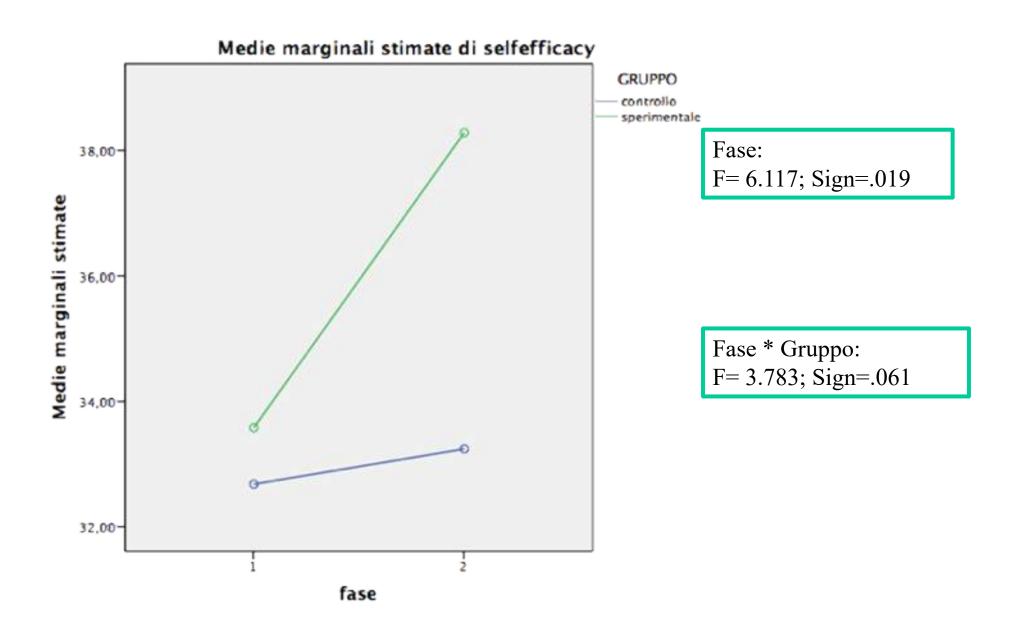
Fase * Gruppo:

F= 10.774; Sign=.003

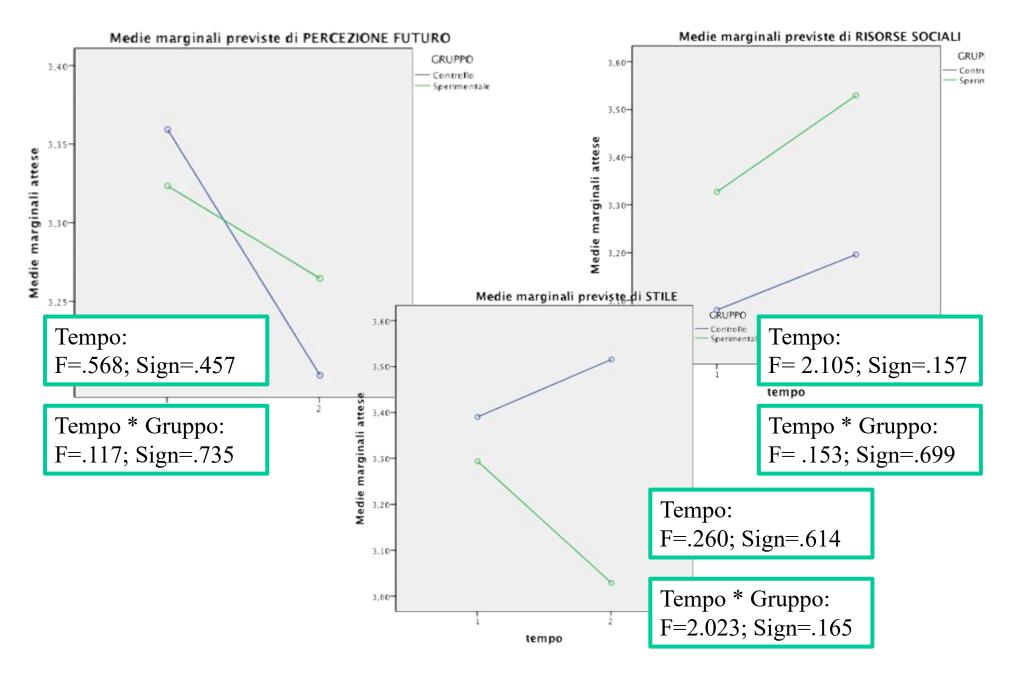
Risultati - RSA



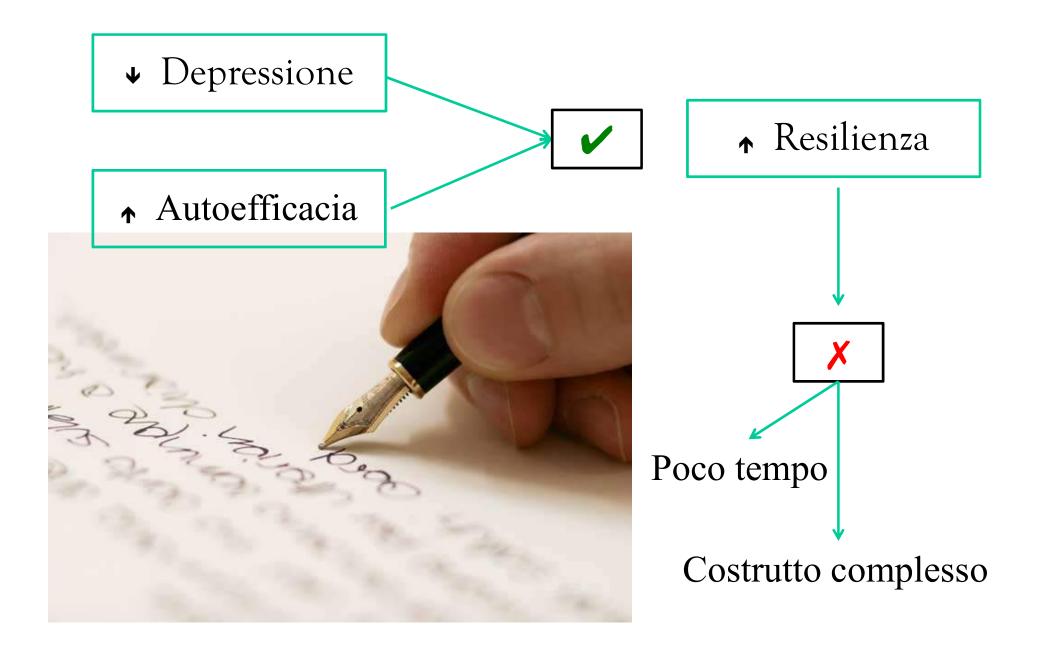
Risultati - GSE



Risultati - GSE



In conclusione



NARRATIVE

esistenziali: vita ----> sé

professionali: formazione ----> sè

lavoro professionale

situazionali: eventi ----> senso

scenari ----> dell' azione

Antonietti A. e

Rota S.

Raccontare l'apprendimento

R. Cortina



OPERATORI SANITARI						
	MOMENTO 1	MOMENTO 2	MOMENTO 3	MOMENTO 4		
SCENARIO A	1	10	1	4		
SCENARIO B	7	0	7	6		
SCENARIO C	2	0	0	0		
SCENARIO D	0	0	0	0		
SCENARIO E			2	0		

NARRATIVE

esistenziali: vita -----> sé

professionali: formazione ----> sè

lavoro professionale

situazionali: eventi ----> senso

scenari ----> dell' azione

Il vero valore del ricordo sta in questo: che ci fa capire che nulla è mai passato

Elias Canetti, Il frutto del fuoco

"Penso agli atti coraggiosi delle antiche storie, signor Frodo, quelle ch'io chiamavo avventure. Credevo che i meravigliosi protagonisti delle leggende partissero in cerca di esse, perché le desideravano. Ma non accadeva così nei racconti veramente importanti. Improvvisamente la gente si trovava coinvolta [...] Chissà in quale tipo di vicenda siamo piombati!". "Chissà!" disse Frodo. "Io lo ignoro. E così accade per ogni storia vera"

"Pensandoci bene, apparteniamo anche noi alla medesima storia, che continua attraverso i secoli! Non hanno dunque una fine i grandi racconti?".

"No, non terminano mai i racconti" disse Frodo "Sono i personaggi che vengono e se ne vanno, quando è terminata la loro parte".

John Ronald Reuel Tolkien, Il Signore degli Anelli, parte II, libro IV, cap. 8

Dioniso. Questi mortali sono proprio divertenti [...] Senza di loro mi chiedo che cosa sarebbero i giorni. Che cosa saremmo noi Olimpici.

Demetra. Io fui prima di loro, e ti so dire che si stava soli. La terra era selva, serpenti, tartarughe. Eravamo la terra, l'aria, l'acqua. Che si poteva fare? [...]

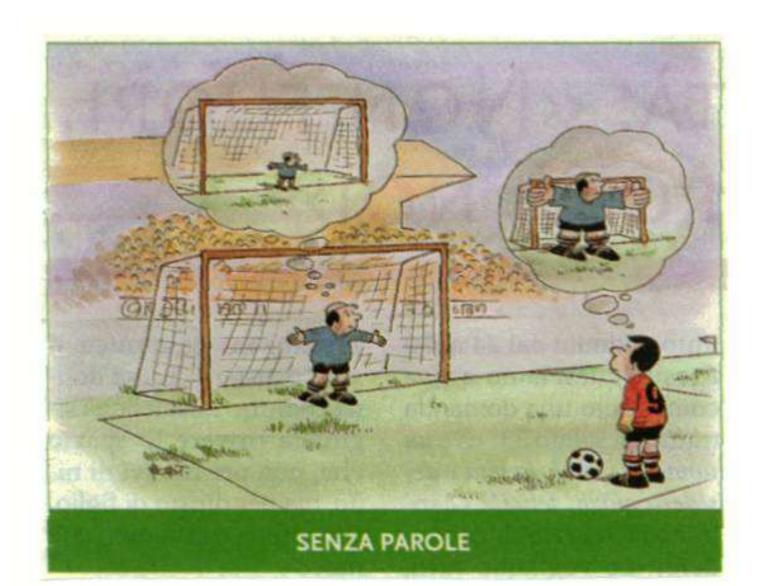
Dioniso. Questo con gli uomini non succede [...] Hanno un modo di nominare se stessi e le cose e noialtri che arricchisce la vita [...] Demetra. E le storie che sanno raccontare di noi? Sanno darci dei nomi che ci rivelano a noi stessi e ci strappano alla greve eternità del destino per colorirci nei giorni e nei paesi dove siamo.

Cesare Pavese, Dialoghi con Leucò, Il mistero

Per sopravvivere bisogna raccontare delle storie

Umberto Eco, L'isola del giorno prima, cap. 19

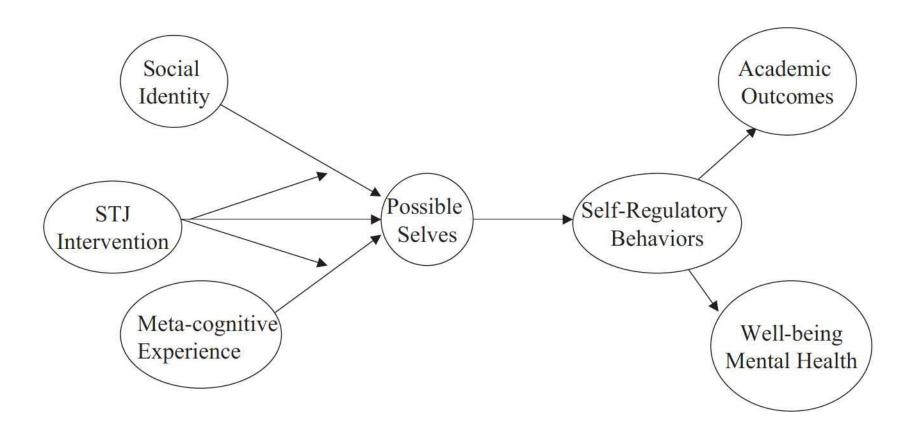
I "POSSIBLE SELVES"



Copyright 2006 by the American Psychological Association 0022-3514/06/\$12.00 DOI: 10.1037/0022-3514.91.1.188

Possible Selves and Academic Outcomes: How and When Possible Selves Impel Action

Daphna Oyserman, Deborah Bybee, and Kathy Terry The University of Michigan



Multilevel Models: Estimated Means in Experimental and Control Conditions: Spring 8th and 9th Grades

	Estimated condition means/percentages				
	Spring of 8th grade		Spring of 9th grade		
Dependent variables	$ STJ \\ (n = 116) $	Control $(n = 112)$	$ STJ \\ (n = 116) $		
Change in APS balance	0.07	-0.12			
Change in feared off-track PS	0.31	0.00			
APS plausibility	2.36	1.96			
Absences (student report)	3.49	3.95			
Unexcused absences (school records) ^b	12.28	14.53	22.52	24.77	
Homework time (hours/week; open ended) ^b	3.49	3.28	2.51	1.57	
Homework time (hours/week; closed ended)	4.15	3.74			
Disruptive behavior (student report)	2.37	2.63			
Disruptive behavior (teacher report)	1.74	1.83	1.55	1.73	
In-class initiative (teacher report)	2.51	2.44	2.48	2.25	
Core academic GPA (school records)	1.98	1.83	1.64	1.36	
Standardized tests (school records; proportion passed)	0.83	0.77			
Referral to remedial summer school	36.2%	48.2%			
Retention in 8th grade	4.3%	10.7%			
Depression (CESD—spring of 9th grade) ^c			10.35	12.29	

"Se facessímo tutto quello dí cui síamo capací sorprenderemmo davvero noi stessí"

Thomas Jefferson

EMPOWERMENT

- capacità di padroneggiare una situazione e percezione di un potere di azione e di controllo sull'ambiente, riconoscendo la propria competenza in quell'ambito
- possibilità di utilizzare le proprie forze, abilità e competenze per attivare le risorse interne acquisendo un maggior potere sulla realtà

EMPOWERMENT

Empowerment secondo Zimmerman:

- 1. locus of control interno
- 2. percezione di autoefficacia
- 3. speranza appresa (learned hopefulness)
- 4. pensiero positivo

Il training CREC

(CReativity in Everyday life Challenges)

Laura Colautti

Perché il pensiero flessibile nella riabilitazione dell'anziano?

- → Con l'avanzare dell'età <u>aumentano le richieste a cui bisogna far fronte, mentre diminuisce la flessibilità di pensiero se non propriamente stimolata</u>.
- → La flessibilità di pensiero è:
 - <u>fondamentale per la risoluzione di problemi</u> e di piccoli ostacoli della vita quotidiana.
 - percepita come la capacità di interazione con l'ambiente, che permette l'<u>allontanamento</u> da schemi di risposta prevedibili.
 - intesa come una componente della creatività.
- → La creatività risulta essere presente e potenziabile nell'anziano, sia sano che con patologie.
- → Nell'anziano con problematiche neurologiche la creatività è risultata essere <u>funzionale per un</u> <u>migliore adattamento</u> nell'ambiente e rispetto alla propria condizione.
- → Vi è la possibilità di sviluppare il pensiero flessibile per aiutare l'anziano con problematiche neurologiche a <u>rispondere in modo maggiormente adeguato alle richieste dell'ambiente, migliorandone la capacità di adattamento</u>.

Obiettivi

Attraverso esercizi di diversa natura e complessità, sia di tipo cartaceo che computerizzato, ci si propone di:

- •potenziare la flessibilità di pensiero e le capacità di problem solving (ed indagarne gli effetti sul piano cognitivo e comportamentale);
- •valutare un possibile recupero del deficit neurologico conseguente a lesioni cerebrali;
- •analizzare gli effetti dell'intervento sulla qualità della vita e sul benessere psicologico del paziente;
- •analizzare gli effetti dell'intervento sul pensiero creativo.

Criteri



Criteri di inclusione:

- •esiti di ictus cerebri (sia ischemici che emorragici);
- •età superiore ai 50 anni;
- •distanza dall'evento acuto superiore a 20 giorni;
- •punteggio MMSE ≥22/30;
- •stabilità del quadro clinico.



Criteri di esclusione:

- •negazione del consenso informato da parte del paziente;
- •presenza di malattie oncologiche e/o psichiatriche in atto;
- •presenza di deficit focali (afasia, neglect).

Struttura del training 1/2

Il percorso si articola in 20 sedute, di 60 minuti ciascuna, a cadenza trisettimanale

Il training è suddiviso in <u>5 aree tematiche</u>, individuate con gli operatori secondo le esigenze dei destinatari:

1.gestire l'attesa rispetto al voler fare qualcosa/riuscire ad attendere la risposta di persone competenti;

2.fronteggiare la rottura di un oggetto necessario per un'attività;

3. gestire un'interazione necessaria con persone indesiderate;

Struttura del training 2/2

Ogni area è strutturata in 5 attività:

1.esercizi prassico-costruttivi;

2. risoluzione di problemi reali in situazioni non convenzionali;

3.riflessione su notizie verosimili e brevi filmati attinenti alla problematica affrontata nell'area tematica di riferimento al fine di individuare il problema e attuare delle strategie funzionali alla sua risoluzione;

4.parallelismo con problematiche simili (con riferimento al passato e/o al presente);

5. generalizzazione e applicazione all'ambiente domestico di alcune strategie attraverso due *serious games* costruiti *ad hoc*.

Esercizi prassico-manuali Problem solving

<u>Tipo di materiale 1</u>: 12 cubetti di plastica trasparente e liscia, con lunghezza del lato di 3 cm;

<u>Tipo di materiale 2</u>: 24 barrette «Geomag».

Consegna 1: nel minor tempo possibile realizzare una costruzione che sia il più alta possibile, utilizzando tutto il materiale a disposizione, rispettando alcune regole (tale esercizio viene svolto per 4 volte).

Consegna 2: nel minor tempo possibile, creare la sagoma di un oggetto utilizzando tutto il materiale, rispettando certe regole (tale esercizio viene svolto per 5 volte).

<u>Tipo di materiale</u>: 9 lettere di cartoncino nero (V, L, J, T, X, H, W, Y, U)

Consegna: dopo aver scelto tre/quattro lettere, nel minor tempo possibile creare la sagoma di un oggetto. Successivamente viene tolta una delle lettere scelte in precedenza e viene ripetuta la consegna.













Scenari basati sul pensiero laterale reale

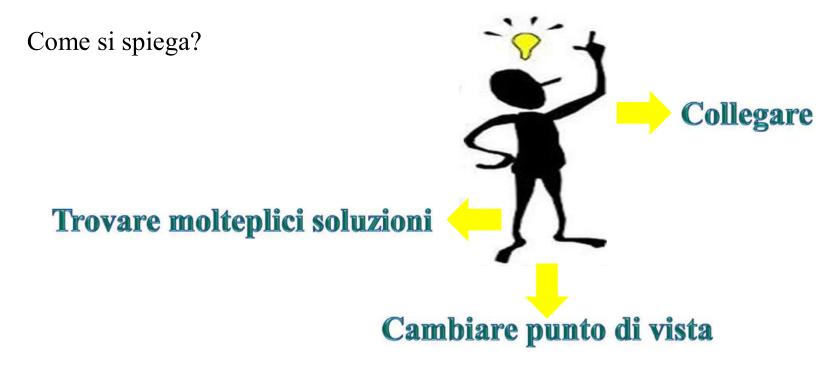
<u>Materiale</u>: situazioni strane o paradossali, ma che possono accadere a determinate condizioni nel mondo reale. Su un foglio oltre alla descrizione della situazione, vengono fornite tutte le informazioni sufficienti per risolvere il problema.

<u>Consegna</u>: dare una spiegazione ragionevole rispetto allo scenario proposto, rispettando tutte le condizioni del testo e le «regole» che governano il mondo in cui viviamo.

Esempio di scenario

Una donna cammina sull'acqua

- l'acqua, in quel punto, è profonda 6 metri
- la donna cammina effettivamente sull'acqua e non su un ponte
- la donna indossa scarpe normali e non speciali galleggianti



Riflessione su notizie e filmati

<u>Tipo di materiale</u>: brevi notizie vere o verosimili e brevi filmati tratti da film noti, della durata massima di 10 minuti.

Consegna 1: per ogni ruolo coinvolto nella situazione, immaginare elementi che possono peggiorare/causare situazioni problematiche e cercare più modi per risolvere tali scenari, anche collegandosi ad altri ambiti di vita e alle proprie conoscenze.

come possono sentirsi gli attori coinvolti? lei come si sentirebbe?

<u>Consegna 2</u>: avendo visto il filmato, quale era il problema e quali le strategie che attuano i protagonisti? sono funzionali alla risoluzione del problema? perché?

se ci fosse stato anche lei sulla scena, cosa avrebbe fatto?

Esempi di notizie

Cambiare punto di vista

Collegare

Trovare molteplici soluzioni

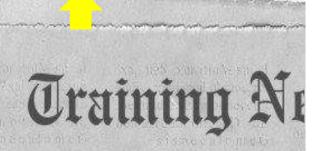


19 Febbraio 2016

Largo alle idee

Un noto albergo di lusso, esteso su una superficie di ben 3 km², richiede a chiunque sia munito di un po' di spirito di inventiva di inviare proposte su come velocizzare il servizio in camera da parte dei dipendenti. L'idea più

ingegnosa verrà ripagata con un viaggio di due settimane con pensione completa in un resort ai Caraibi. In due giorni i responsabili hanno riferito di aver già ricevuto oltre 600 proposte:



18 Maggio 2016

Una pizza da record

Napoli è riuscita ad aggiudicarsi il record mondiale per la pizza più lunga fino ad ora mai realizzata: ben 2 km di lunghezza e 50 cm di larghezza, con 2000 kg di farina, 1600 kg di pomodoro, 2000 kg di fiordilatte, 200 litri di olio e 30 kg di basilico.

foll imp

beh

Riflessione su problematiche simili autobiografiche del paziente

<u>Consegna</u>: rispetto alla problematica vista nella notizia, lei ha vissuto/sta vivendo una situazione simile?

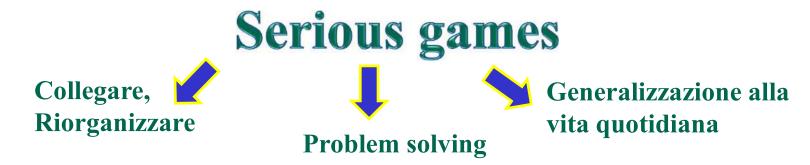
come l'ha affrontata/la sta affrontando? potrebbe esserle utile applicare qualcuna delle strategie viste insieme per risolverla?





Memoria episodica

Capacità critiche



<u>Tipo di materiale</u>: due serious games costruiti ad hoc e presentati su tablet o computer. Sono uguali nella logica dell'esercizio e nel livello di difficoltà, ma differenti negli oggetti e nel motivo per cui viene fatta tale lista (nel primo → gita in giornata al lago, nel secondo → piccola festa in casa).

Ambientazione: in una cucina, dove in primo piano è possibile vedere un tavolo su cui sono posti 16 oggetti.

Consegna: data una lista, si chiede di individuare 10 oggetti fra i 16 proposti: 4 sono presenti come richiesti e 6 sono da trovare tra oggetti usati solitamente per altri scopi ma che possono sostituire quelli in lista, gli altri 6 sono oggetti distrattori.

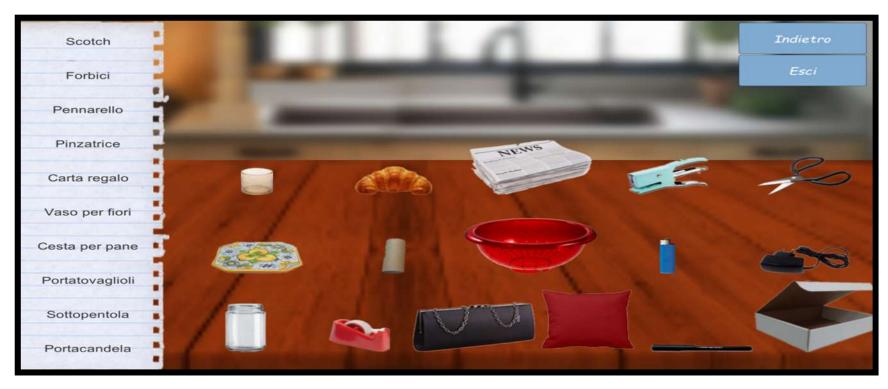
Vi è inoltre la possibilità di salvare i dati relativi alla performance dell'utente nella risoluzione dei giochi: *tempo* impiegato, *errori* fatti, quante volte e quali livelli di *facilitazioni* sono stati richiesti per ciascun oggetto, *ordine* in cui si è cliccato sugli oggetti, al fine di capire se si è fatto uso di qualche strategia compito.

Scenario «Gita»





Scenario «Festa»





Risultati qualitativi

I pazienti che hanno partecipato a tutte le sedute previste riferiscono di:

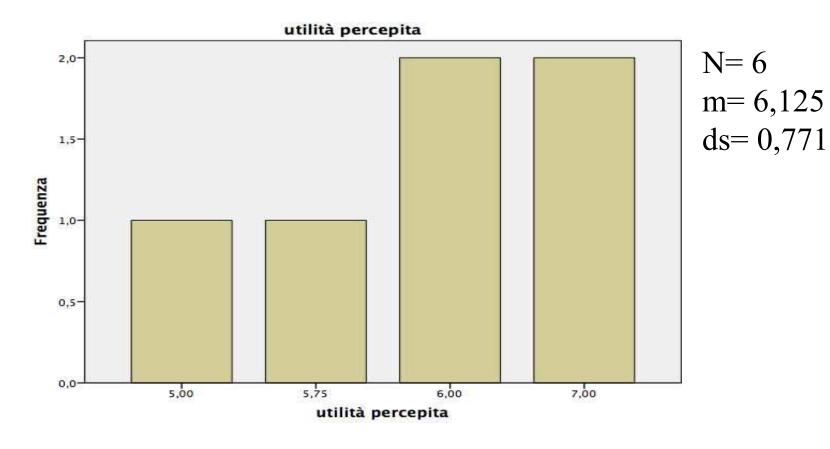
- •tollerare 60 minuti di trattamento, senza mostrare particolari segni di affaticamento, stanchezza o noia.
- •venire in ambulatorio motivati ed interessati.
- •alla fine dell'ora di trattamento di <u>sentirsi bene</u>, di essere <u>soddisfatti</u> e di sentirsi <u>stimolati</u> ad usare una modalità per riflettere sui problemi che solitamente

non usano.

•aver <u>incrementato la percezione di competenza</u> in merito alla risoluzione di problemi quotidiani (maggior sicurezza nell'affrontare gli ostacoli, analisi della situazione in modo più ordinato e razionale, maggior facilità nell'acquisizione di una visione di insieme, aumentata autoconsapevolezza del proprio modo di agire, voglia di mettersi in gioco).

Risultati quantitativi 1

Dall'analisi dei dati relativi al punteggio assegnato **all'utilità percepita** del training, calcolata su scala Likert da 1 a 7, si può affermare che i pazienti hanno trovato utile il training.



Risultati quantitativi 2

Dal confronto delle **valutazioni cliniche neuropsicologiche*** emergono dei <u>miglioramenti</u> in molteplici abilità cognitive, diverse a seconda del paziente:

- •in 2 casi nella <u>componente prassica</u>; in un paziente vi è anche la remissione delle difficoltà di pianificazione e di problem solving rilevate in ingresso.
- •2 casi nelle <u>abilità mnestiche</u>.
- •1 caso nel <u>ragionamento logico</u> e nelle <u>funzioni esecutive non verbali</u>.

In 3 valutazioni permangono errori dovuti all'impulsività.

* Per 4 pazienti su 6 è stato possibile fare un confronto pre e post-trattamento.

Risultati quantitativi 3

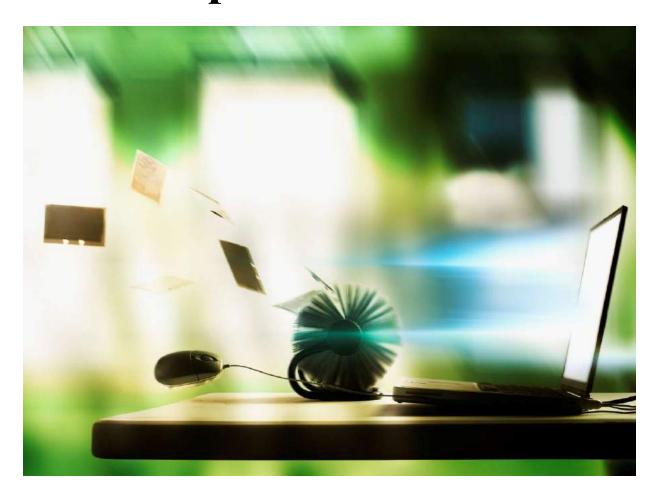
Valutazione dei **vissuti psicologici** e della **creatività** Test statistico non parametrico di Wilcoxon (N= 6)

	m pre	ds pre	m post	ds post	p
MQOL-It	6,56	0,415	7,393	0,639	*0,075
BDI	12,67	9,48	8,67	8,43	0,216
STAI-X1	52,033	32,401	28,783	27,151	0,345
AES	11,17	4,622	10,17	3,312	0,465
CI	59	10,881	67,5	16,55	*0,046
A	51,833	7,111	54,333	8,31	0,414
C	39,533	7,067	39,644	4,956	0,893
R	73,722	7,993	72,778	6,588	0,833

^{*} p<0,10

LE POSSIBILITA' DELLA TECNOLOGIA

Raccontarsi nei blogs: realtà virtuali per costruire identità reali



Barbara Colombo e Alessandro Antonietti

Cos' è un Blog?

Wilde)....



Essere fra i famosi alle sette del mattino, fa molto uomo di mondo appena rincasato dopo una notte di bagordi.

In realtà, è pure vero che sono appena rincasato, ma la notte di bagordi mica l'ho trascorsa.

Il fatto è che ora dovrei andare a dormire ed invece sono sveglio come se fosse mezzogiorno....credo mi si stia scombussolando l'orologio interno. Mi capitano cose strane, in questi ultimi tempi...tipo che pranzo alle cinque di pomeriggio, ceno alle undici della sera e vado a dormire alle quattro del mattino.

Forse dovrei cominciare anche a drogarmi e sarei un vero "maledetto". Tipo Charles Bukowski, per dire.....

Inviato da: evasoxcaso Commenti: 7
permalink - segnala ad un amico

Messaggio Nº 661

3 Aprile 2008 - 13:53

Volevo essere Oscar Wilde.

Ancora devo capire se circondarmi di persone deficienti sia un modo per sembrare più intelligente agli occhi del mondo, o se invece, funziono come una calamita ed invece del forre attiro altro

NON HANNO DI MEGLIO DA FARE IN



BLOG MADE IN



VARIE ED EVENTUALI

- twitter.com/evasoxcaso

AREA PERSONALE

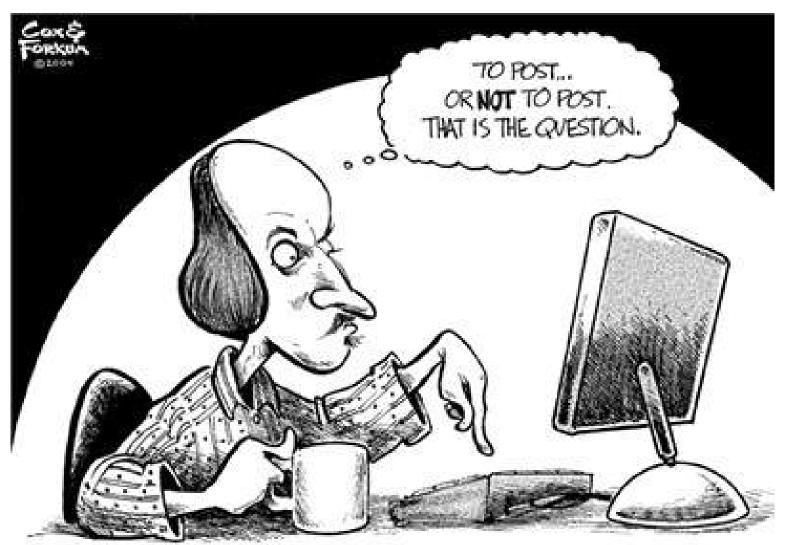
- Login

MENU

- Home di questo Blog
- Aggiungi ai preferiti

ULTIME VISITE AL BLOG

- fela78
- & Lolann
- & foglialvento
- & bastetmon



BLOGGER'S DILEMMA

www.CoxAndForkum.com

VANTAGGI DEL BLOG

Per la sua struttura diaristica (sequenzialità, linguaggio informale), facilità l'organizzazione narrativa del pensiero.



Un blog contiene testo, immagini, elementi multimediali e link ad altre pagine Web. Tali caratteristiche fanno sì che la costruzione e la gestione quotidiana di un blog richiedano agli utenti l'uso di specifiche strategie cognitive.

La possibilità di lasciare commenti fa sì che i blog promuovano spesso modalità spontanee di lavoro cooperativo Studi che riguardano il "raccontarsi" nei blog per lo sviluppo delle relazioni interpersonali e la relazione di questo aspetto con l'efficacia dell'insegnamento/apprendimento (Harper, 2005)



IL BLOG E LA PERSONA

Fattore "F": linguaggio formale vs informale. I blog sono più formali delle mail, ma meno formali di documenti stesi a scopo formale o scolastico



Blog e personalità: Modello di personalità 5 dimensioni (Costa e McCrae, 1992): Apertura, Amabilità, Coscienziosità, Estroversione, Neuroticismo.

Tratto più correlato con i bloggers è l'amabilità

Stefanone e Jang (2007) hanno dimostrato come i bloggers che manifestano tratti legati sia all' estroversione e alla tendenza a parlare più liberamente di sé sono quelli che tendono ad utilizzare i blog con finalità più dichiaratamente sociali, e a mantenerli più costantemente aggiornati. Questi blogger utilizzano i blog non solo per creare nuove relazioni, ma anche per crearne di nuove.

Blog e pensiero narrativo

Bresciani e Colombo (2006)

- Gestione di quattro diversi blog suddivisi in due categorie:
 - Narrativi: Ankiobloggo, Bloggata d' Aria
 - Informativi: Blogoiene, Uniblog
- Raccolta dei commenti dai diversi blog
- Analisi dei commenti:
 - Narrativi, NON-narrativi
 - Categorie commenti

Blog narrativi





NON LAMENTARTI SE DICONO CHE SEL MEZZO SCEMO, E' CHE TI CONOSCONO SOLO A METÁ, BROUCHO MARX

Visualizzazione post con etichetta **Dylan Dog**. <u>Mostra tutti</u>

mercoledi 24 gennaio 2007

20 anni di Dylan Dog

Vent'anni sono pochi per un essere umano. Per un fumetto sono un'enormità.

Dylan Dog nasce negli anni '80 per mano di Tiziano Sdavi. Una storia in due albi (241: Xabras, 242: In nome del padre), a calori, per celebrare l'anniversatioi Lo scortro finale tra Dylan e

Xabarael

E nulla sarà più come primat

Per molti di noi si tratta di une
data stonce, e anche un
poi "paurosa": l'Indagatore
dell'Inculso, l'eterno rapazza con
Clarika ai piedi, completo scuro,
camica rossa, un tesserino di
Scotland Yard scaduto e un
assistente sosia di un comico
dell'epoca d'oro del cinema
compie vent'anni.





archivio

▼ 2007 (13) ▼ febbraio (5)

> Un Mito San Valentino Fentacelicio Che Strano Cone

FantaMarcato

• gennaio (8)

► 2006 (8)

Ammell (1)
Babbo Natale (1)
Boylan Dog (1)
Esperienza Unica (1)
Silm (1)
Homer (1)
II Silg (1)
LegoFantacairio (7)
Libri (1)
Montagna (1)
musica (1)
Matala (2)
Petardi (1)
Regeli (1)
Terre Nere (1)
Illiemo dell'anno (2)





Bloggata d'Aria

Visualizzazione post con etichetta Tavoloni. Mostra tutti i post

GIOVEDI 18 GENNATO 2007

D I Vecchi Tavoloni



Ah...Come mi mancano! Vi ricordate i due vecchi tavoli, con panchine incluse, che avevamo a disposizione il primo anno nella nostra peronale Open Space!!?! Io me li ricordo bene! Confortevoli, comodi, dotati di ogni comfort! Ma soprattutto erano un punto di ritravo.

Tutte le mattine, a qualunque ora, erano popolati di giovanotti senza voglia di farel Pronti a perdere tempo in qualsiasi manieral Eravamo in metà di millo...!!

Chi parlava di calcio, chi giocava a briscola, chi a scopa, qualcuno (pochi!!!) provavano addirittura a studiare, senza però riuscire a

raccimolare splendidi risultati II. Su quel tavolt ci abbiamo giocato, ci abbiamo mangiato, ci abbiamo studiato, ci abbiamo fatto praticamentodi tutto (non siate maliziosi, vero tone! II) I. Guardare ora l'Open Space, così vuota, spoglia, fredda... mi fa venire un pò di malinconia! Non manca anche a voi quell'atmosfera intima e familiare (bah!!??)!?

Alla fine dalla disperazione i bidelli, ci hanno totto i nostri



Companeros



Se non fosse per i mitici companeros probabilmente non ce l'avrei mai fatta... Sembra incredibile ma è cusil.

Riepilogo

Mancano omnaí pochí esami...
L'ansia da prestazione comincia a
farsi sentire. Passano i minuti, le
ore, i giorni e la prossima sessione
d'appello si fa sempre più vicina.
Ce la faro a finire questi benedetti
esami? Beh ora non ci voglio
pensarel Preferisco fermarmi un
attimo e farmi un remake di questi
anni all'uni...

rchivio blou

- 7 2007 (5)
- ▼ febbraio (1)
- ► gennaio (4)
- ▶ 2006 (3)

THE ROOM

Blog informativi

SEI UNA IENA?

Sanità

Finalmente, dopo molti anni di completa disinformazione, in Italia si parla sempre più frequentemente di malasanità. Questo fenomeno sembra essere uscito dal nulla e tale situazione sembra sia una caratteristica di questo particolare momento politico del Paese, ma in realtà queste "stranezze" hanno fatto parte della storia Italiana del dopoguerra, ed in particolare dagli anni 80 in poi. A riprova di questo pensiero vi sono le svariate costruzioni nel territorio italiano di strutture pubbliche come ospedali, ambulatori e case di cura che sono state costruite e mai messe a disposizione dei cittadini nonostante fossero addirittura complete di arredi e macchinari acquistati per il loro funzionamento, e che ormai sono diventate inutilizzabili a causa della perdurata inattività, incuria e sopraggiunto superamento tecnologico delle attrezzature. Quelle notizie che noi oggi apprendiamo non sono altro che la punta dell'isberg che in realtà rappresenta soltanto il risultato finale (...speriamo) della cattiva gestione del denaro pubblico che è stato riversato a fiumi tra le varie A.S.L., i vari Direttori Generali, Dirigenti di Reparti ed in ogni caso ai vari Responsabili dei diversi settori legati alla sanità pubblica, senza mai chiedere agli stessi un vero confronto con i cittadini/utenti sul proprio operato. La cosa peggiore è che tutte le persone che hanno tentato di denunciare questo tipo di problematica, importantissima per tutti i cittadini italiani, sono stati messi in condizione di non poter più lavorare o fatti passare per persone affette da particolari disturbi psicologici e quindi screditati di fronte all'opinione pubblica ed alle Istituzioni giudicanti.

Vediamo ad esempio il medico chirurgo che operava ad Aversa, il quale molto coraggiosamente ha denunciato casi di malasanità all'interno della propria Azienda Ospedaliera e che è stato mobbizzato fino al punto di dichiararlo con disturbi della personalità e fino a fargli perdere il proprio posto di lavoro, rovinandolo per tutta la vita con una diagnosi così pesante. Queste non sono le uniche problematiche italiane, perchè altrettante

nel settore del Sociale ed in quello della Giustizia.

Servizi:

ve ne sono

ervizio del Trio Medusa



Ti senti una Iena?! Qui ti puoi mettere in gioco! Puoi dire la tua su alcuni dei servizi più visti e più attuali delle Iene.

Alcool e Minori (1)

bullismo (1)

Calcio e Politica (1)

Chi Sono? (10)

Droga in Parlamento (1)

Gioco d'Azzardo (1)

Politici Ignoranti (1)

Sanità (1)

Servizi (8)

Ultras (1)

▼ 2007 (6)

▼ febbraio (2)

Sanità

Essere ultras

▶ gennaio (4)

▶ 2006 (12)

Banche Dati dell'Ateneo

Uniblog

Polo Universitario Di Crema

Realizzato Nell'ambito Di Un Progetto Di Tesi Di Laurea



Uno spazio comune per gli studenti e la segreteria del Polo Universitario di Chama, dove sara possibile reperino informazioni utili nell'ambito della vita universitaria

ARCHIVIO eggi febbraio 2007 gennaio 2007 --- 2000 ---

CATEGORIE

- e post relativi agli Esami. e post di Servizio
- e algoritmi e strutture dati
- e architeturre e reti legiche e basi di dati e calcolo delle prob e stat
- e continua
- e crittografia e diritto dellinformatica
- discreto - elem sicurezza e privatezza
- e fisica e fond dinf per la sicurezza e fondamenti di informatica

- e ingegneria del software e inglese e lab di programmazione
- e progr degli claboratori
- e sicurezza nelle reti e - sist elab delle informazioni
- e sist elab delle informazion e sistemi operativi e sociologia comunicazione e tecnologie web s biblioteca s corsi e lezioni

- s informazioni s - Iniziativa
- - LINKS UTILT

Cied a tuth sto facendo il firewell con iptables come progetto di sistemi....

lo script sembra giusto vô c'è una cosa ke no capisco: toodomo

se per esempio scrivo:

topdume top port 88

anche se nel mio script dovessi impostare a OROP tutti i pacchetti in ingresso, topciumo mi visualizza comunque il traffico generato con nemesis (ma se cerco di accedere al

come facció a capire quando i pacchetti vengono droppati???

postato da: Ziok alle ore 17:39 | Permalink | commenti

HERCOLEDÍ, 14 FEBBRATO 2007

Esame di Fondamenti di informatica

Sto cercando qualcuno che dave encora sestenera l'esame di Fondamenti di informatica del Prof. Piuri. Ho bisoggio di alcune informazioni, se qualcuno vuole e può siutarmi risponda qui...grazie....

ding grap

postato de: Brescle elle tre 12:13 | Permalink | commenti (1) categoria:e - fondamenti di informatica

GIOVEDT, ON FEBBRAID 2067

Giornata di orientamento universitario

Venerdi 16 e sebato 17 febbreio si terra presso il Pelo di Crema una giarnata di orientamento universitario organizzata dell'Orientagiovani, pertanto già de giovedi pomenggio il soppato sarà ineglolle.

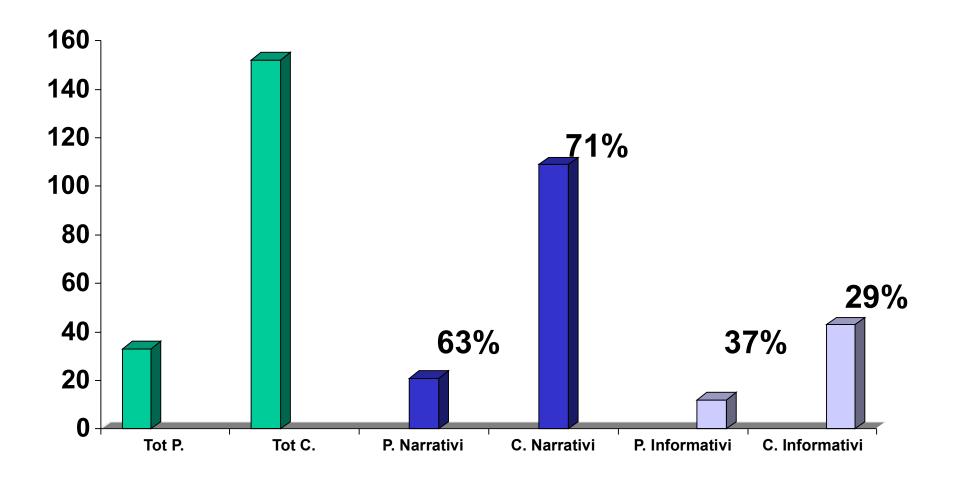
postato dei Brescio alle ore 10:31 | Permalink | commenti categoria:s - informazioni, s - iniziative

LUNEDI, OD FEBBRATO 2007

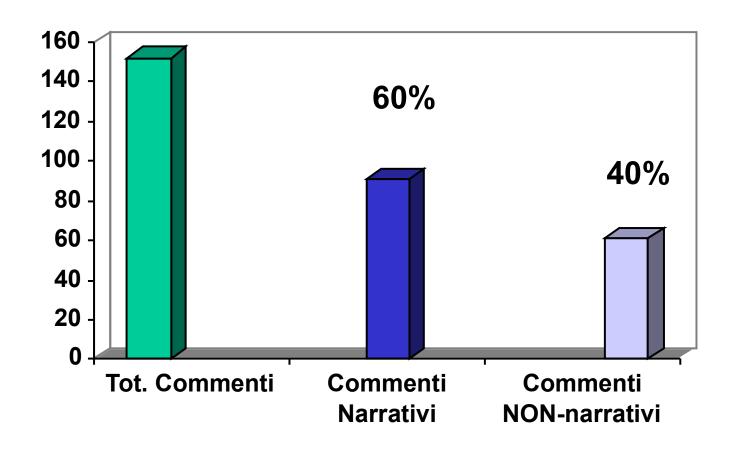
Ciao a tutti.

Mi sono appena iscritto a questo blog; Mi pare una buona

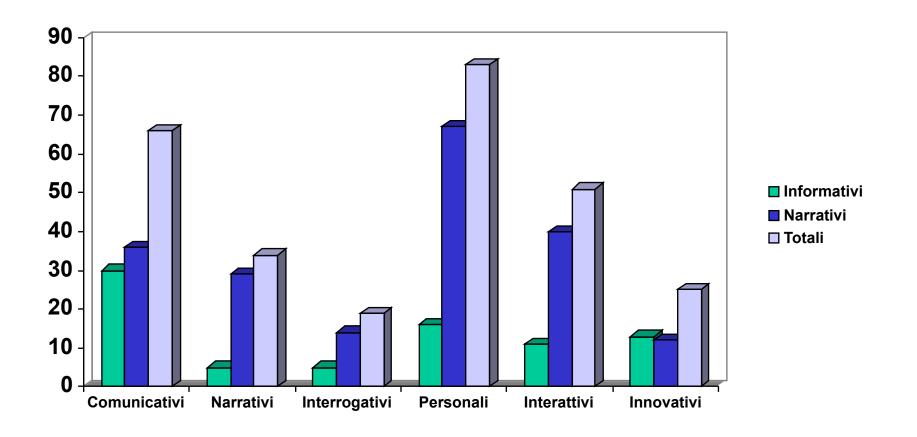
Analisi dei Post



Analisi dei Commenti



Categorie Commenti



RISULTATI

		Media	Deviazione Standard
sé riflessivo	narrativo	69,50	14,85
	informativo	25,50	13,43
sé coping	narrativo	65,50	6,36
	informativo	45,00	21,21
sé sociale	narrativo	15,50	2,12
	informativo	23,00	1,41

L'uso degli indicatori del sé è risultato sempre più frequente nei testi di tipo narrativo

Una differenza significativa è emersa nell' uso degli **indicatori del sé sociale**, più utilizzati nei testi informativi (t=4.16, p<.05).

CONCLUSIONI

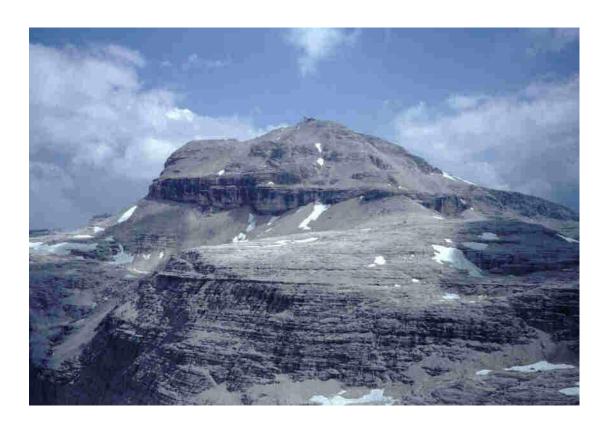
Nel complesso emerge una coerenza nelle strategie comunicative dei visitatori dei blog.

L'uso del **pensiero narrativo** sembra favorire la **comunicazione** e la **riflessione** – sia a livello di quantità che di qualità

La riflessione a livello sociale resta però più legata alla comunicazione informativa

"Una buona storia finisce con una porta aperta..."

John Updike



"Probabilmente nessuna carovana ha mai realizzato il suo sogno. Ma senza sogni nessuna carovana si mette in viaggio"