



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA**

**Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata**

**Corso di laurea in  
Scienze Psicologiche Sociali e del Lavoro**

**Elaborato finale**

**Interconnessione, consapevolezza e legame con la natura per la promozione  
di tematiche pro-ambientali**

**Interconnection, mindfulness and link with nature for the promotion of  
pro-environmental issues**

***Relatore***

***Prof. Alberto Voci***

***Laureanda:* Francesca Barbato**

***Matricola:* 1221907**

Anno accademico 2021-2022

# **INDICE**

## CAPITOLO PRIMO

## CAPITOLO SECONDO

Obiettivi

Partecipanti

Questionario

## CAPITOLO TERZO

Attendibilità delle scale

Medie dei costrutti

Correlazioni

## CONCLUSIONI

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

## CAPITOLO 1

A partire dagli anni '80 gli psicologi occidentali hanno mostrato un interesse crescente verso concetti e pratiche buddhiste, quali meditazione e mindfulness.

Jon Kabat-Zinn (1994) definisce la mindfulness come: “la consapevolezza che sorge dal prestare attenzione in un modo particolare: di proposito, nel momento presente, in modo non giudicante”.

Secondo Bishop et al. (2006), la mindfulness include due aspetti:

- L'auto-regolazione dell'attenzione, in modo da mantenerla sull'esperienza immediata, permettendo il riconoscimento degli eventi mentali nel momento presente.
- L'adozione di un particolare orientamento verso le proprie esperienze nel momento presente, caratterizzato da curiosità, apertura e accettazione.

Negli ultimi anni vi è un numero crescente di ricerche che hanno esaminato la consapevolezza, i comportamenti pro-ambientali e la relazione positiva con la connessione con la natura.

In questa tesi viene indagato come l'interconnessione, la consapevolezza e il legame con la natura possano portare alla promozione di tematiche pro-ambientali.

La consapevolezza, o mindfulness, è uno stato di coscienza in cui siamo testimoni vigili dei nostri pensieri, delle nostre percezioni ed emozioni. Le origini della mindfulness risalgono al buddismo e ai suoi insegnamenti.

E' stato ipotizzato, e poi dimostrato, che la consapevolezza sarebbe correlata in modo significativo con i comportamenti pro-ambientali. Inoltre, la connessione con la natura influenza indirettamente la relazione tra la consapevolezza e i comportamenti pro-ambientali. (Barbaro & Pickett, 2015).

E' stato scoperto che la consapevolezza prevede scelte comportamentali sostenibili (Amel, Manning, Scott, 2009). Inoltre, si è visto che la consapevolezza è correlata in modo significativo con i comportamenti pro-ambientali riguardanti la dieta, i trasporti e le abitazioni (Brown & Kasser, 2005), suggerendo che la consapevolezza focalizza l'attenzione sulle opzioni sostenibili disponibili.

Per quanto riguarda il comportamento pro-ambientale, la consapevolezza potrebbe funzionare per regolare il comportamento aumentando la consapevolezza delle opzioni pro-ambientali.

Questa relazione può essere influenzata da una migliore connessione con il mondo personale (Amel et al., 2009) come risultato della consapevolezza che migliora la concentrazione su esperienze specifiche, come sentimenti e pensieri sul mondo naturale (Bishop et al., 2004).

Dallo studio di Howell, Dopko, Passmore e Buro del 2011 è emerso che la consapevolezza era significativamente associata a una maggiore connessione con la natura. La connessione con la natura riguarda il grado con cui l'individuo si sente parte del mondo e in relazione con gli altri esseri viventi oltre che l'interesse provato verso la natura e i comportamenti ambientali.

Si sostiene che gli individui che hanno una forte connessione con la natura abbiano meno probabilità di danneggiare l'ambiente poiché il sé è radicato nella natura, quindi comportamenti dannosi finirebbero per danneggiare il sé (Mayer & Frantz, 2004). Inoltre, maggiore è il tempo passato a contatto con la natura, più profonda è la connessione con essa e più elevata è l'attenzione sulle conseguenze ambientali (Mayer & Frantz, 2004). I ricercatori hanno studiato l'utilità della connessione con la natura come predittore del coinvolgimento nel comportamento pro-ambientale e hanno verificato queste relazioni significative in una serie di studi.

Emerge come la consapevolezza sia positivamente correlata a un maggiore impegno nel comportamento pro-ambientale.

E' stato appreso, inoltre, che la connessione con la natura influenza indirettamente la relazione tra consapevolezza e comportamento pro-ambientale.

Dato che la consapevolezza migliora le esperienze e il relativo funzionamento comportamentale, si suggerisce che la consapevolezza possa intensificare le esperienze con la natura e quindi la propria connessione con la natura viene rafforzata. Inoltre, la connessione con la natura è associata al comportamento pro-ambientale (Hoot & Friedman, 2011). L'effetto della connessione con la natura sulla relazione tra consapevolezza e comportamento pro-ambientale suggerisce che la consapevolezza aumenta la consapevolezza delle scelte comportamentali pro-ambientali attraverso l'intensificazione delle esperienze con l'ambiente naturale. Poiché i comportamenti pro-ambientali sono motivati in parte dalla propria connessione con la natura (Mayer & Frantz, 2004), la componente osservativa della consapevolezza può funzionare unicamente per intensificare le esperienze che si hanno con la natura attraverso una maggiore attenzione agli stimoli ambientali.

Il tema della sostenibilità ambientale è questione sociale importante del presente secolo (Wilson, 2001). Gli attuali tassi di crescita della popolazione, consumo e uso di risorse non

rinnovabili non sono sostenibili (Oskamp, 2000); pertanto nel futuro imminente dovranno verificarsi cambiamenti individuali, sociali e strutturali.

I problemi della sostenibilità ambientale riguardano in gran parte le scelte e le azioni umane.

Ad oggi, psicologi sociali interessati alla sostenibilità ambientale hanno applicato le conoscenze delle letterature di ricerca sugli atteggiamenti, sulla persuasione, sull'impegno, influenza normativa e incentivi.

Le prime ricerche in questo campo hanno affrontato questioni ambientali locali molto specifiche, come l'uso di energia in casa e il riutilizzo dei materiali.

Tuttavia, gli studi più recenti si sono allontanati da approcci specifici, e diretti verso riconcettualizzazioni più ampie del nostro rapporto con la natura: valori culturali (Stern & Dietz, 1994; Stern, 2000), come la preoccupazione per la natura può essere aumentata attraverso l'empatia (Schultz, 2000), e come la nostra identità è modellata dall'ambiente naturale (Clayton & Opatow, 2003).

L'importanza di sentirsi connessi alla natura è un tema precoce negli scritti sia degli ecologisti che degli ecopsicologi. Essi hanno sostenuto che questa connessione con la natura è una componente chiave della promozione del comportamento ecologico. Ad esempio, l'influente ecologista Leopold (1949) anni fa scrisse: “Abusiamo della terra perché la consideriamo una merce che ci appartiene. Quando vediamo la terra come una comunità a cui apparteniamo, possiamo iniziare a usarla con amore e rispetto”. Gli ecopsicologi hanno ripreso l'affermazione di Leopold secondo cui il sentimento di appartenenza alla più ampia comunità naturale può essere un prerequisito per aumentare la protezione ambientale. Sostengono di promuovere il comportamento ecologico attraverso l'espansione del nostro senso del sé, perché “se il sé viene ampliato per includere il mondo naturale, il comportamento che porta alla distruzione di questo mondo sarà vissuto come autodistruzione” (Roszak, 1995).

La scala di connessione alla natura (SNC) è una misura dei livelli dei tratti individuali di sentirsi emotivamente connessi al mondo naturale.

La ricerca di Mayer e Frantz (2004) supporta la tesi degli ecopsicologi secondo cui la connessione con la natura è un importante predittore del comportamento ecologico e del benessere soggettivo.

Stern e Dietz (1994) e Stern, Dietz e Guagnano (1995) hanno identificato tre orientamenti di valore generali (biosferico, altruistico ed egoistico) associati al comportamento ambientale. I

valori della biosfera sono legati alla preoccupazione per il mondo naturale (ad es. piante, specie animali, ambiente stesso); i valori altruistici sono legati alla preoccupazione per le altre persone, a come l'individuo pensa che la vita degli altri possa essere influenzata dalle conseguenze ambientali (ad es. famiglia, comunità e amici); e i valori egoistici sono centrati sulle preoccupazioni personali, su come l'individuo pensa che la propria vita possa essere influenzata dalle conseguenze ambientali (ad esempio il proprio benessere personale).

## **CAPITOLO 2**

### **2.1 OBIETTIVI**

L'obiettivo della ricerca è stato quello di analizzare il legame tra le variabili di stampo ecologico e alcune differenze individuali.

In particolar modo, sono state ricercate quali differenze individuali si collegano alla connessione con la natura e ad altre tematiche ambientali, come, per esempio la preoccupazione per le conseguenze ambientali e la messa in atto di comportamenti ecologici.

### **2.2 PARTECIPANTI**

Nei mesi di Febbraio, Marzo e Aprile 2022 sono stati contattati amici, parenti e conoscenti in modo diretto tramite l'invio di un link generato da Google moduli.

Il campione di 83 persone, che è stato quindi chiamato a rispondere ad un questionario, è risultato composto da 44 femmine e 39 maschi, con età media di 32,06 anni e con una deviazione standard corrispondente a 14,90.

Il gruppo di rispondenti è bilanciato tra maschi e femmine e l'intervallo di età considerato va dai 18 ai 62 anni.

I partecipanti presentano livelli di istruzione differenti: 4 persone possiedono una Licenza Media, 53 una Licenza Superiore, 10 una Laurea Triennale e, infine, 16 partecipanti sono in possesso di una Laurea Magistrale, di un Master o di un Dottorato.

E' poi emerso che: una persona svolge una professione di livello inferiore-alto, 19 rispondenti ricoprono un ruolo di livello medio, infine, 10 partecipanti praticano un lavoro appartenente ad un livello superiore.

Si aggiungono 40 partecipanti che risultano essere studenti, 1 pensionato o disoccupato e 1 casalingo.

Inoltre, 11 rispondenti non hanno specificato la propria professione.

Successivamente, è stato chiesto alle persone facenti parte del campione preso in esame se avessero mai avuto esperienze di pratiche di consapevolezza, meditazione e per quanto tempo: 28 rispondenti hanno riferito di averle sperimentate.

Ciò che risalta è che 19 partecipanti hanno praticato yoga, 12 meditazione, 9 mindfulness e 6 persone altre attività di questo genere.

Considerando i dati, spicca come vi siano 12 persone che hanno avuto a che fare con più pratiche.

Infine, è stato chiesto per quanto tempo avessero testato queste ultime e sono emerse 26 risposte, che prendono in considerazione un intervallo che va da 0 mesi (poche sedute) a 360 mesi (30 anni); la media è di 42,56 mesi e la deviazione standard è di 82,07.

### **2.3 QUESTIONARIO**

Nei mesi di Febbraio, Marzo e Aprile 2022 è stato somministrato un questionario online tramite un link Google al quale si poteva accedere grazie all'utilizzo di un cellulare, di un computer o di un tablet.

Come prima cosa, dopo l'apertura del link, è stata introdotta la tematica del progetto di ricerca e illustrato lo scopo dell'indagine.

Successivamente, sono state fornite le istruzioni per la compilazione del questionario e la stima del tempo impiegato, che era di 25-30 minuti.

Viene sottolineata la possibilità di potersi ritirare dalla compilazione in qualunque momento e senza dover fornire alcuna spiegazione.

Infine è stato esplicitato che veniva garantito l'anonimato.

Il questionario è formato da 15 scale di misura, ognuna delle quali valutava diversi costrutti.

La prima scala offerta è l'Interrelatedness Scale, composta da 20 item. Questa scala di interrelazione si focalizza sulla convinzione che i diversi fenomeni del mondo e gli esseri umani siano interconnessi tra di loro.

La seconda scala è la FFMQ-15 Five Facet Mindfulness Questionnaire 15-item Form (Gu et al., 2016; da Baer et al., 2006, versione italiana: Giovannini et al., 2014), una scala a 15 item che indaga vari aspetti della consapevolezza.

Successivamente è stata utilizzata la scala del Comportamento Ecologico, ideata da Schultz e Zelezny nel 1998 e composta da 12 item.

La quarta scala proposta è la CNS, Connessione con la natura, di Mayer e Frantz (2004), composta da 14 item; questa, misura il livello individuale della connessione emotiva con la natura.



E' stata poi impiegata la Singelis Self-Construal Scale – Independent self (15 item, revised version; Singelis, 1999) in versione ridotta. E' composta da 6 item rispetto ai quali i rispondenti sono chiamati ad esprimere il grado di accordo e di disaccordo su una scala da 1 a 7.

La sesta scala proposta è la Relational-Interdependent Self-Construal (RISC, 11 item) elaborata da Cross et al. nel 2000. Anche qui, è necessario indicare il proprio grado di accordo e di disaccordo che può andare da 1 (fortemente in disaccordo) a 7 (fortemente d'accordo).

Successivamente viene presentata la Environment Concern Scale (Schultz, 2001), che misura la preoccupazione delle persone riguardo ai problemi ambientali utilizzando la scala da 1 (non importante) a 7 (estremamente importante); gli item illustrati sono 12.

L'ottava scala è la Materialism Scale, di Richins (2004), che è composta da 9 item e rileva quanto i partecipanti adottano valori di tipo materialistico.

La nona scala è l'Interconnectedness scale (Yu et al., 2020), ovvero la scala di interconnessione, composta da 12 item; al partecipante viene chiesto di concentrarsi sui propri pensieri quotidiani e di scegliere quale risposta rappresenta meglio la sua opinione.

Segue la MPS, The Metapersonal Self, ideata da DeCicco & Stroink nel 2007 e composta da 10 item; questa misura comportamenti e sentimenti nei confronti della natura tramite una scala di risposta che va da 1 a 7.

L'undicesima scala presentata è la Psychological Entitlement (Campbell et al., 2004; versione italiana: Boin e Voci, 2019) che rileva quanto una persona pensa di meritare in più rispetto agli altri; è composta da 9 item.

Proseguendo, si ha la Social Connectedness Scale, Revised (Lee, Draper & Lee, 2001), composta da 20 item; analizza come si sentono le persone in relazione con gli altri.

La tredicesima scala proposta è la Breve scala di spiritualità, composta da soli 4 item, in cui si indaga il grado di accordo dei partecipanti, da 1 a 7, riguardo l'esistenza di forze spirituali.

La quattordicesima scala è la Allo-inclusive identity (Leary et al., 2008). E' composta da 16 item e riguarda quanto i partecipanti percepiscono il proprio sé come inclusivo e legato alla natura.

L'ultima scala utilizzata è la Everything is one scale, di Diebels & Leary (2019). E' composta da 6 item. Viene chiesto quanto è facile per le persone credere alle affermazioni proposte che riflettono il pensiero secondo cui "tutto è uno".

Infine, viene chiesto ai partecipanti di indicare se avessero mai avuto esperienze in pratiche come meditazione, yoga, mindfulness o altro e per quanto tempo.

## CAPITOLO 3

### **3.1 ATTENDIBILITA' DELLE SCALE**

Come prima analisi, è stata verificata l'attendibilità delle scale utilizzate per la rilevazione dei dati.

Per attendibilità si intende la proprietà del questionario che riguarda l'accuratezza con cui questo riesce a misurare il costrutto in esame. Una scala è attendibile quando priva di errori.

L'Alpha di Cronbach è l'indice di attendibilità tipico del questionario e ha il ruolo di dare validità al lavoro di ricerca. Si tratta di un metodo statistico che serve per misurare la coerenza interna, ovvero il grado di accordo fra gli item di un questionario. L'Alpha di Cronbach è un numero che oscilla tra 0 e 1. La coerenza interna è considerata sufficiente quando il valore supera 0.60; il valore limite per poter affermare una buona coerenza è pari a 0.70; infine, un valore uguale o superiore a 0.80 è indice di un'ottima coerenza interna.

Alcuni item erano espressi in forma negativa, quindi è stato necessario ricodificarli per poter calcolare questo coefficiente.

Gli item ricodificati per le seguenti scale sono stati:

- Interrelatedness Scale, item: 3, 5, 8, 10, 13, 16, 19.
- Five Facet Mindfulness Questionnaire 15-item Form (FFMQ-15), item: 3, 4, 7, 8, 9, 13, 14.
- Breve Scala di Spiritualità, item: 2, 4.
- Psychological Entitlement, item: 5.
- Relational-Interdependent Self-Construal, item: 8, 9.
- Social Connectedness Scale, item: 3, 6, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 18, 20.
- Materialism Scale, item: 4.
- Connessione con la natura, item: 4, 12, 14.

I punteggi dell'Alpha di Cronbach di ogni scala, o dimensione, sono riportati in Tabella 1.

**Tabella 1: Attendibilità delle scale**

<b>Scala o dimensione</b>	<b>Numero di item</b>	<b>Alpha</b>
Interrelatedness Scale	20	.79
Sé Indipendente	6	.86
Sé relazionale	11	.88
The Metapersonal Self (MPS)	10	.88
Allo-inclusive identity	16	.89
Everything is one scale	6	.92
Psychological Entitlement	9	.85
Five Facet Mindfulness Questionnaire 15-item Form (FFMQ-15)	15	.71
Interconnectedness Scale	12	.88
Breve scala di spiritualità	4	.84
Social Connectedness Scale	20	.88
Connessione con la natura (CNS)	14	.88
Comportamento ecologico	12	.88
Environmental Concern Scale, biosfera	4	.94
Environmental Concern Scale, egoistico	4	.91
Environmental Concern Scale, altruistico	4	.94
Materialism Scale	9	.88

E' stata rilevata un'elevata attendibilità di tutte le scale utilizzate.

La Five Facet Mindfulness Questionnaire 15-item Form (FFMQ-15) ha ottenuto il valore minore che però risulta essere comunque buono ( $\alpha=.71$ ).

L'Interrelatedness Scale ha un valore dell'Alpha di Cronbach pari a .79. Per le altre scale, i valori dell'Alpha di Cronbach sono superiori a .80.

In conclusione, le scale risultano avere una coerenza interna molto buona, quindi siamo autorizzati a fondere gli item di ogni scala in un solo indice.

### **3.2 MEDIE DEI COSTRUTTI**

E' stata condotta l'analisi delle medie per valutare la posizione dei punteggi medi rispetto al punto centrale (Tabella 2).

Prendendo in considerazione le sezioni di questionario con scala di risposta che va da 1 a 7, si può affermare che il punto centrale risulta essere 4. L'Interrelatedness, il sé indipendente, il sé relazionale, il meta personal self, l'ESC biosfera, l'ECS egoistico e l'ECS altruistico riportano livelli medi superiori al valore centrale. Invece, allo inclusive identity e entitlement riportano livelli medi inferiori al valore centrale.

Successivamente, osservando le sezioni di questionario con scala di risposta che va da 1 a 5, si ritrova come punto centrale il valore 3. Tutte le sezioni hanno riportato dei valori medi vicini al punto centrale. Livelli inferiori sono stati registrati per allo is one, ecological behavior e materialism; mentre, livelli superiori sono stati registrati per ffmq15 e connessione con la natura.

Infine, per quanto riguarda le risposte date su una scala da 1 a 6, il cui punto centrale è 3.5, l'interconnectedness e la soc.connectedness si trovano sopra al punto centrale.

Dalle analisi è emerso come i partecipanti dichiarino di vedere gli esseri umani interconnessi e interdipendenti fra loro, sotto aspetti differenti.

In conclusione, è importante evidenziare che i partecipanti riportano livelli alti per quanto riguarda: sé indipendente, sé relazionale, spiritualità, ECS biosfera, ECS egoistico ed ECS altruistico.

### **Tabella 2: Medie e deviazioni standard**

	<b>Scala di risposta</b>	<b>Minimo</b>	<b>Massimo</b>	<b>Media</b>	<b>Deviazione standard</b>
Interrelatedness	1-7	2.75	7.00	4.47	.75
Sé indipendente	1-7	1.50	7.00	4.70	1.19
Sé relazionale	1-7	1.91	7.00	4.90	1.05
Meta personal self	1-7	1.40	7.00	4.13	1.10
Allo inclusive	1-7	1.81	6.19	3.68	.98
All is one	1-5	1.00	5.00	2.82	.96
Entitlement	1-7	1.00	6.33	3.01	1.14
ffmq15	1-5	1.67	4.67	3.15	.50
Interconnectedness	1-6	1.25	5.83	4.24	.87
Spiritualità	1-7	1.00	7.00	4.53	1.54
soc.connectedness	1-6	2.90	6.00	4.34	.68
connect.nature	1-5	1.50	5.00	3.26	.74
ecological.behavior	1-5	1.17	4.00	2.53	.69
ecs.biosfera	1-7	2.00	7.00	5.21	1.55
ecs.egoistico	1-7	2.00	7.00	5.49	1.33
ecs.altruistico	1-7	1.50	7.00	5.52	1.37
Materialism	1-5	1.00	4.89	2.54	.87

### **3.3 CORRELAZIONI**

L'ultima analisi condotta riguarda lo studio delle correlazioni, al fine di indagare la presenza di relazioni significative tra i costrutti.

**Tabella 3: Correlazioni tra i costrutti**

	<b>Connection with Nature</b>	<b>Ecological behavior</b>	<b>Ecs biosfera</b>	<b>Ecs egoistico</b>	<b>Ecs altruistico</b>
Interrelatedness	.44**	.37**	.28*	-.09	.27*
Interconnectedness	.49**	.46**	.42**	.16	.44**
Sé indipendente	.07	.10	.37**	.30**	.32**
Sé relazionale	.15	.16	.32**	.23*	.31**
Meta personal self	.51**	.31**	.32**	.18	.40**
Allo inclusive	.61**	.42**	.47**	.15	.28*
All is one	.20	-.06	.09	.15	.13
Entitlement	-.10	-.18	.03	.09	.07
ffmq15	.30**	.23*	.20	.00	.07
Spiritualità	.01	.05	.08	.14	.09
soc.connectedness	.26*	.18	.17	.14	.24*
materialism	-.27*	-.24*	-.08	.24*	.14

\*\* p < .01; \* p < .05

Come si nota in Tabella 3, l'Interrelatedness correla positivamente con la connessione con la natura, con il comportamento ecologico, con l'ECS biosfera e con l'ECS altruistico. La correlazione maggiore risulta con la connessione con la natura e con il comportamento ecologico.

L'Interconnectedness correla positivamente con la connessione con la natura, il comportamento ecologico, l'ECS biosfera e l'ECS altruistico. In tutti e 4 i casi le correlazioni risultano piuttosto elevate.

Il sé indipendente è correlato positivamente con l'ECS biosfera, l'ECS egoistico e l'ECS altruistico. Ponendo l'attenzione sulle correlazioni del sé indipendente con l'ECS egoistico e l'ECS altruistico ci si sarebbe potuti aspettare due segni opposti, in quanto l'egoismo e l'altruismo rappresentano due opposti. Il fatto che abbiano lo stesso segno indica, invece, la possibile compresenza di queste, e non l'autoesclusione.

Anche il sé relazionale è correlato positivamente con l'ECS biosfera, l'ECS egoistico e l'ECS altruistico.

Il Meta.pers.self è correlato positivamente con la connessione con la natura, il comportamento ecologico, l'ECS biosfera e l'ECS altruistico. La correlazione maggiore è riscontrata nella connessione con la natura e ciò significa che all'aumentare delle valutazioni positive attribuite alla scala legata al meta.pers.self aumenta la percezione di connessione con la natura.

Anche l'alto.inclusive è correlato positivamente con la connessione con la natura, il comportamento ecologico, l'ECS biosfera e l'ECS altruistico. Anche in questo caso si ha la correlazione maggiore con la connessione con la natura, e ciò non stupisce in quanto il gruppo di item corrispondente valuta la percezione del sé inclusivo e legato alla natura.

La ffmq15 risulta correlata positivamente con la connessione con la natura e con il comportamento ecologico.

La Soc.connectedness risulta correlata positivamente con la connessione con la natura e con l'ECS altruistico. Tuttavia tali correlazioni risultano, seppur significative, basse.

Il materialismo è correlato negativamente con la connessione con la natura e con il comportamento ecologico, mentre positivamente con l'ECS egoistico. Questo risultato era prevedibile, in quanto la logica del materialismo è in opposizione alla connessione con la natura e ad un comportamento che rispetta l'ambiente, e vede prevalere il lato umano egoistico.

Per quanto riguarda all.is.one, entitlement e spiritualità, non sono state trovate correlazioni significative, il che evidenzia uno scarso legame con i fattori legati all'atteggiamento dell'uomo nei confronti della natura.

In conclusione, emerge che la connessione con la natura è l'aspetto maggiormente correlato con le diverse scale del questionario.





## CONCLUSIONI

L'obiettivo della ricerca è stato quello di analizzare il legame tra le variabili di stampo ecologico e alcune differenze individuali legate alla consapevolezza e alla percezione di sé.

Osservando i risultati, è possibile trarre alcune conclusioni.

L'Interrelatedness correla maggiormente con la connessione con la natura e con il comportamento ecologico.

L'Interconnectedness ha una correlazione elevata con la connessione con la natura, il comportamento ecologico, l'ECS biosfera e l'ECS altruistico.

Per quanto riguarda il Meta.pers.self la correlazione maggiore è stata riscontrata nella connessione con la natura e ciò significa che all'aumentare delle valutazioni positive attribuite a questa sezione aumenta notevolmente la connessione con la natura.

Anche l'alto.inclusive ha la correlazione maggiore con la connessione con la natura.

In conclusione, emerge che la connessione con la natura è l'aspetto maggiormente correlato con le diverse scale del questionario.

Quindi, l'ipotesi iniziale è stata confermata.

Un limite di questo studio può essere la desiderabilità sociale, data dal fatto che le variabili di questo studio sono state misurate tramite un questionario di carattere esplicito, in cui i partecipanti hanno risposto con piena consapevolezza ai quesiti, potendo perciò avere pieno controllo sulle proprie risposte.

Un possibile risvolto futuro potrebbe essere quello di condurre uno studio specifico riguardante l'attuale tematica della siccità.

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Barbaro N., & Pickett S. M. (2016). Mindfully green: Examining the effect of connectedness to nature on the relationship between mindfulness and engagement in pro-environmental behavior. *Journal of the International Society for the Study of Individual Differences*, 93, 137-142.

Campbell, W. K., Bonacci, A. M., Shelton, J., Exline, J. J., & Bushman, B. J. (2004). Psychological entitlement: Interpersonal consequences and validation of a self-report measure. *Journal of personality assessment*, 83(1), 29-45.

Cross, S. E., Bacon, P. L., & Morris, M. L. (2000). The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of personality and social psychology*, 78(4), 791.

DeCicco, T. L., & Stroink, M. L. (2007). A third model of self-construal: The metapersonal self. *Transpersonal Studies*, 26(1), 86-104.

Diebels, K. J., & Leary, M. R. (2019). The psychological implications of believing that everything is one. *The Journal of Positive Psychology*, 14(4), 463-473.

Gu, J., Strauss, C., Crane, C., Barnhofer, T., Karl, A., Cavanagh, K., & Kuyken, W. (2016). Examining the factor structure of the 39-item and 15-item versions of the Five Facet Mindfulness Questionnaire before and after mindfulness-based cognitive therapy for people with recurrent depression. *Psychological assessment*, 28(7), 791.

Leary, M. R., Tipsord, J. M., & Tate, E. B. (2008). Allo-inclusive identity: Incorporating the social and natural worlds into one's sense of self.

Lee, R. M., Draper, M., & Lee, S. (2001). Social connectedness, dysfunctional interpersonal behaviors, and psychological distress: Testing a mediator model. *Journal of counseling psychology*, 48(3), 310.

Mayer F. S., & Frantz C. (2004). The connectedness to nature scale: A measure of individuals' feeling in community with nature. *Journal of Environmental Psychology*, 24, 503-515.

Richins, M. L. (2004). The material values scale: Measurement properties and development of a short form. *Journal of consumer Research*, 31(1), 209-219.

Schultz, P. W. (2001). The structure of environmental concern: Concern for self, other people, and the biosphere. *Journal of environmental psychology*, 21(4), 327-339.

Schultz, P. W., & Zelezny, L. C. (1998). Values and proenvironmental behavior: A five-country survey. *Journal of cross-cultural psychology*, 29(4), 540-558.

Yamada, A. M., & Singelis, T. M. (1999). Biculturalism and self-construal. *International Journal of Intercultural Relations*, 23(5), 697-709.

Yu B. C. L., Mak W. W. S., Chio F. H. N. (2020). Promotion of Well-Being by Raising the Awareness on the Interdependent Nature of All Matters: Development and Validation of the Interconnectedness Scale. *Springer, Mindfulness*, 11, 1238-1252.