

SCOPRIRE

LEZIONE 1 Di che cosa si occupa la psicologia come scienza?

DI CHE COSA SI OCCUPA LA PSICOLOGIA COME SCIENZA

A differenza della psicologia “ingenua” presente in ognuno di noi, la psicologia scientifica è una scienza della mente e del comportamento degli esseri umani sul piano individuale e collettivo. Gli psicologi si occupano di ricerca, formazione, consulenza, terapia.

COSA SI INTENDE PER “MENTE”

La definizione più diffusa della psicologia è “scienza della mente”. Gli psicologi usano la parola “mente” per indicare un insieme di attività come percezione, pensiero, emozione, memoria, linguaggio, apprendimento, che vengono per questo definite “processi mentali”.

COSA SI INTENDE PER “COMPORTEMENTO”

La psicologia è interessata a conoscere i meccanismi per cui le persone agiscono in dati modi in determinate situazioni: per questo può anche essere definita una scienza del comportamento.

LA PROFESSIONE DI PSICOLOGO

“Comprende l’uso degli strumenti conoscitivi e di intervento per la prevenzione, la diagnosi, le attività di abilitazione-riabilitazione e di sostegno in ambito psicologico rivolte alla persona, al gruppo, agli organismi sociali e alle comunità. Comprende altresì le attività di sperimentazione, ricerca e didattica” (legge 56/1989 “Ordinamento della professione di psicologo”, art.1)

1

LEZIONE 2 La psicologia come sapere scientifico e la varietà della ricerca psicologica

LA PSICOLOGIA COME SAPERE RIGOROSO E LA VARIETÀ DELLA RICERCA PSICOLOGICA

La psicologia ha specifici metodi e procedure di ricerca a partire dalla sua nascita nella seconda metà dell’Ottocento con il primo laboratorio di psicologia sperimentale. Tuttavia ha sviluppato diverse teorie alternative con linguaggi, punti di vista e procedure di ricerca molto differenti.

LINGUAGGIO E METODO

La psicologia cerca di descrivere ciò che studia con un linguaggio rigoroso, capace di fornire definizioni chiare. Inoltre ha anche specifici metodi, ovvero procedure di ricerca.

QUALI SONO I METODI ALL’ORIGINE DELLA PSICOLOGIA

I metodi della psicologia sono frutto di un ampio sviluppo storico, alle cui origini si trova il primo laboratorio nato nel 1879 presso l’Università di Lipsia. Il suo fondatore Wilhelm M. Wundt (1832-1920) mette al centro della ricerca gli esperimenti e l’osservazione.

DIVERSE TEORIE SULL’ ”OGGETTO” DELLA PSICOLOGIA

La psicologia sviluppa teorie alternative per descrivere la realtà, con linguaggi, punti di vista e procedure di ricerca molto differenti. Confrontiamo ad esempio la psicologia dinamica e il comportamentismo, correnti di ricerca nate all’inizio del secolo scorso

PSICOLOGIA DINAMICA E CONTENUTI INCONSCI

Legata a Sigmund Freud (1856-1939), dà la priorità alla ricerca su contenuti della mente di cui non siamo coscienti, e mette al centro del proprio interesse la vita emotiva e gli aspetti simbolici dell'esperienza. Per studiarli usa soprattutto il colloquio in profondità

COMPORAMENTISMO E COMPORAMENTI OSSERVABILI

Nato dalle ricerche di John Watson (1878-1958), afferma che la psicologia "scientifica" deve occuparsi solo dei comportamenti oggettivamente osservabili e del loro apprendimento. Lo studio dei comportamenti viene condotto soprattutto con esperimenti con soggetti animali e umani

LEZIONE 3 L'importanza della psicologia a scuola e la psicologia dell'educazione

DUE DIVERSE TEORIE SULLO SVILUPPO PSICHICO

Sviluppo - teorie a confronto. JEAN PIAGET: l'apprendimento individuale attraverso maturazione ed esperienza LEV VYGOSTSKIJ: l'apprendimento individuale attraverso l'interazione sociale

DI COSA SI OCCUPA LA PSICOLOGIA DELL'EDUCAZIONE

Studia le forme e i modi dell'apprendimento : -dei contenuti e delle competenze -nei modi in cui si impara e insegna -nelle situazioni e nelle relazioni sociali predisposte per questo (come lo stare insieme scuola)

APPROFONDIRE

UNA SINTESI DEI PRINCIPALI INDIRIZZI DI RICERCA IN PSICOLOGIA

CORRENTI TEORICHE, AUTORI E OPERE	PUNTO DI VISTA TEORICO	OGGETTO DELLA RICERCA	METODI DI RICERCA
Wilhelm M. Wundt (1832-1920) e lo strutturalismo	Nascita della scientificità della psicologia; ricerca dei contenuti elementari in cui si scompone l'attività mentale.	I dati della "coscienza" : fenomeni psichici come la sensazione, la percezione e l'attenzione.	Primo laboratorio di psicologia (Lipsia, Germania, 1879): esperimenti con tecnologie di precisione (cronometrare i tempi di reazione a uno stimolo); metodo introspettivo: i soggetti devono descrivere, secondo criteri prestabiliti e in modo obiettivo, i contenuti della propria mente.
Gestalt o psicologia della forma : Max Wertheimer (1880-1943), Kurt Koffka (1886-1941), Wolfgang Köhler (1887-1967), Kurt Lewin (1890-1947), Fritz Heider (1896-1988)	La mente organizza i propri contenuti attraverso le leggi di organizzazione o "forme".	Le leggi della percezione ; la capacità di risolvere problemi; i gruppi, la "psicologia ingenua".	Esperimenti con soggetti animali e umani; ricerca-azione.
Riflessologia, comportamentismo e apprendimento sociale : Ivan Pavlov (1849-1936), John Watson (1878-1958), Edward Thorndike (1874-1946), Burrhus F. Skinner (1904-90), Edward Tolman (1886-1959), Albert Bandura (1925)	La psicologia scientifica deve occuparsi solo dei comportamenti oggettivamente osservabili; la mente organizza i propri contenuti attraverso l'associazione di elementi.	I comportamenti osservabili ; i modi in cui si apprende e si può condizionare il comportamento.	Esperimenti con soggetti animali e umani, tecniche di condizionamento.
Psicologia dinamica con la psicoanalisi di Sigmund Freud (1856-1939), la psicologia individuale di Alfred Adler (1870-1937) e la psicologia analitica di Carl Gustav Jung (1875-1961)	Studio dei contenuti inconsci della mente; centralità della vita emotiva.	I simboli dei contenuti inconsci della mente , la dinamica mentale sottostante alle motivazioni, la sofferenza psichica e la sua cura.	Colloquio in profondità; osservazione e analisi di comportamenti e prodotti del comportamento dell'individuo: i sogni, i sintomi, i lapsus, le dimenticanze, le opere d'arte e così via.
Epistemologia genetica : Jean Piaget (1896-1980)	Lo sviluppo procede attraverso forme di adattamento sempre più elaborate; la mente organizza i contenuti in strutture a partire da regole innate.	Gli stadi di sviluppo dell'intelligenza e della vita psichica; le forme di organizzazione mentale e il ruolo dell'esperienza.	Prove sperimentali, osservazione e colloquio combinati insieme.
Scuola storico-culturale : Lev Semënovič Vygotskij (1896-1934)	Occorre studiare approfonditamente l'influsso della natura sociale degli esseri umani nello sviluppo psichico.	Il rapporto fra pensiero e linguaggio , il ruolo dell'adulto nel favorire lo sviluppo delle capacità infantili.	Prove sperimentali e osservazione.
Cognitivismo e scienza cognitiva : Ulric Neisser (1928-2012); Noam Chomsky (1928); Jerome S. Bruner (1915)	La mente è studiabile con modelli teorici e con tecnologie di laboratorio, i contenuti vengono organizzati in strutture dinamiche (metafora del computer).	I processi mentali in generale , con particolare riferimento a percezione, attenzione, memoria, pensiero, linguaggio.	Prove sperimentali, test, simulazioni computerizzate.
Neuroscienze	Esiste un forte legame tra il funzionamento del cervello e i fenomeni psicologici.	Il cervello umano e il suo legame con i fenomeni psicologici.	Il cervello è studiato con strumenti biomedici avanzati (risonananza magnetica funzionale, elettroencefalografia).

MENTE E CERVELLO: UNA QUESTIONE COMPLESSA

Per la psicologia come scienza la necessità di avere teorie e linguaggi rigorosi genera anche notevoli difficoltà. Iniziamo dai due termini che indicano l'oggetto della ricerca psicologica, mente e comportamento: se "comportamento" ha un significato e un uso maggiormente intuitivi, il termine "mente" risulta più complicato da determinare. Per questo gli psicologi, proprio allo scopo di servirsi di un linguaggio rigoroso, hanno dedicato molti sforzi a definire che cos'è la mente, senza tuttavia, per ora, raggiungere un risultato univoco. Per fare un esempio, di solito diciamo che "appartengono" alla mente molti contenuti e attività: la mente è il "luogo" dei ricordi, delle sensazioni, dei pensieri, delle emozioni, delle **percezioni**, dei sentimenti ecc. Tuttavia non è altrettanto facile dire "cosa" sia la mente e "dove" si trovi. Come dimostrano le **neuroscienze**, che si occupano del sistema nervoso con l'aiuto di tecnologie scientifiche di avanguardia, l'attività del cervello è strettamente intrecciata all'attività della mente: ma qual è il rapporto fra di essi? Attualmente su questo tema troviamo in campo psicologico una grande varietà di posizioni. Vi sono, ad esempio, alcuni studiosi che sostengono che gli stati della mente siano semplicemente stati del cervello, mentre altri ritengono che il rapporto fra mente e cervello sia analogo a quello che esiste fra il software di un computer e il suo hardware e così via. Il seguente testo, tratto da un articolo giornalistico, offre un esempio della complessità di tali questioni e del ruolo delle tecnologie nell'affrontarle.

Utilizzando la risonanza magnetica funzionale (Functional Magnetic Resonance Imaging - fMRI) Adrian Owen, neuroscienziato dell'Università di Cambridge, sarebbe riuscito a comunicare con un uomo in coma vegetativo. [...] Il paziente si chiama Routley Scott, oggi trentanovenne, e dodici anni fa è entrato in coma profondo a causa di una grave lesione cerebrale riportata dopo un incidente d'auto. [...] Owen ha sviluppato la tecnica chiedendo ai pazienti con diagnosi simile a quella di Scott di immaginare di compiere alcune azioni comuni, quotidiane, come giocare a tennis o camminare. Queste attività producono scansioni cerebrali distinte e ben riconoscibili in soggetti sani: Owen ha dimostrato che anche in soggetti in coma si ottengono gli stessi risultati. In più, il ricercatore e la sua équipe hanno ulteriormente convalidato il loro metodo ponendo ad alcuni pazienti in queste condizioni alcune domande, la cui risposta può essere o "sì" o "no" (ad es.: il nome di tuo padre è Thomas?). E chiedevano ai pazienti di immaginare di giocare a tennis per rispondere sì e di immaginare di camminare per rispondere no. Secondo Owen, nella maggior parte dei casi l'attività cerebrale corrispondeva alla risposta esatta. Scott ha risposto correttamente ad alcune domande personali, sulla sua vita e sulla sua famiglia e alla fine ha dato la risposta che tutti aspettavano: se provasse o meno dolore. [...]

Nel 2010 Owen sperimentò la sua tecnica su quello che viene chiamato il "paziente 23", un ragazzo di ventiquattro anni, entrato in coma profondo dopo un grave incidente automobilistico. Il giovane è rimasto in questo stato per cinque anni, vigile ma mai reattivo agli stimoli, fino a quando Owen ha utilizzato la risonanza magnetica funzionale su di lui, ottenendo incredibili risultati. Un cambiamento del flusso sanguigno in alcune parti del cervello danneggiato dell'uomo hanno dimostrato che era in grado di comunicare. [...] Owen è entusiasta dei suoi risultati: «Scott è stato in grado di dimostrare che ha una mente conscia e pensante. Lo abbiamo analizzato più volte e il suo modello di attività cerebrale mostra che sta chiaramente scegliendo di rispondere alle nostre domande». «Crediamo - dice ancora il "lettore della mente" - che sappia chi è e dove si trova. Da anni abbiamo lottato per capire cosa provassero i malati. In futuro potremmo porre loro domande per riuscire a migliorare la loro qualità di vita.»

E. Ferroni, *Coma profondo: i pazienti non provano dolore*, www.treccani.it, 22 novembre 2012

PER CAPIRE

1. Perché è così difficile definire che cosa sia la mente?
2. Quali posizioni ci sono sull'argomento?
3. Quale tesi ha sostenuto il neuroscienziato Adrian Owen e a quali risultati è giunto?

DUE “STUDI DI CASO” CON TESTI DI SIGMUND FREUD E MIGUEL BENASAYAG

Dalle teorie e dalle ricerche nascono campi di applicazione e figure professionali a cui corrispondono impieghi in vari settori lavorativi: per questa ragione possiamo trovare psicologi all'opera in un numero consistente di attività diverse. Alcuni settori, tuttavia, sono prevalenti, come ad esempio psicoterapia, la psicologia del lavoro e la psicologia scolastica. In particolare illustreremo con alcuni esempi la psicoterapia.

La psicoterapia si occupa di aiutare le persone ad imparare nuovi modi per organizzare le proprie emozioni ed esperienze. Qui riportiamo stralci della narrazione di due percorsi di cura o “casi clinici”. Il primo di essi è del 1908, quando il padre della psicoanalisi, Sigmund Freud, pubblica una relazione sul caso clinico di Hans. Si tratta di un bambino che soffre di una fobia verso i cavalli in cui si nascondono sentimenti ed emozioni ostili nei confronti dei genitori e della sorella, che vengono portati in superficie attraverso la terapia psicoanalitica. Nel secondo Miguel Benasayag, filosofo e psicoanalista, esperto dei problemi dell'infanzia e dell'adolescenza, riporta la storia di un bambino di dieci anni, Marc, che diverrà in seguito un adulto apprezzato per le sue ricerche in campo matematico.

I casi di Hans e Marc raccontano esperienze di psicoterapia psicoanalitica, cioè un uso della psicologia come metodo per affrontare i bisogni e i problemi di un individuo. Il lavoro dello psicoterapeuta consiste nell'aiutare la persona a raggiungere la conoscenza di sé, delle proprie possibilità di vita e di realizzazione, attraverso la costruzione di una relazione profonda mediante il dialogo

IL CASO DEL PICCOLO HANS SIGMUND FREUD

[resoconto del padre di Hans]

Ecco i primi resoconti, che risalgono al principio di gennaio di quest'anno (1908). Hans (età quattro anni e nove mesi) si è svegliato una mattina tutto in lacrime. Gli è stato chiesto perché piangeva e lui ha risposto [alla madre]: «Mentre dormivo credevo che te ne eri andata via e che io non avevo più una mamma con la quale fare le moine».

Era, dunque, un sogno di angoscia.

Avevo già osservato qualcosa di simile, durante la passata estate a Gmunden.

Quando andava a letto la sera, si trovava di solito in stato di intensa commozione. Una volta fece anche un'osservazione: «Mettiamo che non abbia più la mamma» oppure «mettiamo che te ne sei andata via», o altra frase simile; non rammento le parole esatte. Purtroppo la madre aveva preso l'abitudine di portarlo a letto con sé ogni volta che gli venivano queste malinconie. Il 7 gennaio è andato come al solito allo Stadtpark con la bambinaia. Per strada si è messo a piangere e ha chiesto di essere ricondotto a casa dicendo che voleva fare le "moine" con la mamma. A casa gli abbiamo chiesto perché aveva pianto e si era rifiutato di proseguire, ma non ha voluto rispondere. Fino a sera è stato allegro come sempre, poi è apparso visibilmente spaventato; si è messo a piangere e non potevamo separarlo dalla madre: voleva ricominciare a fare le "moine" con lei. Poi è ritornato normale e ha dormito bene.[...]

L'8 gennaio mia moglie ha deciso di uscire insieme col bambino per vedere cosa c'era che non andava. Dovevano arrivare fino a Schonbrunn dove gli è sempre piaciuto andare, ma lui si è messo a piangere e non voleva uscire; appariva spaventato. Finalmente si è lasciato persuadere, ma per strada aveva chiaramente paura. Sulla via del ritorno da Schonbrunn ha detto alla madre, dopo un lungo conflitto interno: «Avevo paura che un cavallo mi mordesse». (In effetti a Schonbrunn era entrato in agitazione alla vista di un cavallo.) Verso sera ha avuto un nuovo attacco simile a quello del giorno prima e ha voluto "fare le moine". Lo abbiamo calmato, ma lui ha detto fra le lacrime: «So che domani dovrò fare un'altra passeggiata» e ha aggiunto «Il cavallo verrà in camera mia».

S. Freud, *Casi clinici*, Newton Compton, Roma 2002

PER CAPIRE

1. Cos'è la psicoterapia?
2. Che cos'è un caso clinico?
3. In che cosa consiste il caso del piccolo Hans?

IL CASO DI MARC: IL “SIGNOR IMPERATORE” MIGUEL BENASAYAG, GÉRARD SCHMIT

Alcuni anni fa Marc, un bambino di dieci anni, è venuto in ospedale per un colloquio [...] con i suoi genitori, visibilmente agitati [...]. Mi raccontarono che tutto è co-minciato nella colonia di vacanze in cui Marc si rifiutava di lavarsi nudo di fronte agli altri bambini. Poi Marc stesso mi spiega che, anche a casa, si faceva la doccia vestito con una specie di camicione e che si insaponava attraverso il sottile tessuto. Mi spiega poi che gli istruttori della colonia erano molto turbati per quello che raccontava. Marc aveva infatti spiegato [...] di essere l'imperatore di un pianeta chiamato Orbuania e che, come imperatore di questo pianeta, veniva ogni giorno sulla terra in osservazione. Ma ogni notte lasciava il suo corpo e tornava nel suo pianeta dove riprendeva la sua normale vita di imperatore. [...]

Il paziente non è un sintomo

È necessario precisare che Marc aveva rivelato, nei vari test a cui era stato sottoposto in ospedale, un'intelligenza superiore alla media. E agli psicologi che gli avevano sottoposto i test aveva dichiarato di voler parlare del suo impero con qualcuno ma che non voleva essere trattato “psicologicamente”. Gli ho chiesto perché. Dall'alto dei suoi dieci anni, mi ha risposto che gli psicologi sono persone che non capiscono nulla delle cose, che interpretano tutto e che lui invece desiderava parlare, ma in modo più complesso e profondo, con un adulto che non lo catalogasse. Non credevo alle mie orecchie: quel bambino mi stava dicendo che non voleva essere trattato come un sintomo. [...] Gli dissi immediatamente che io ero uno psicologo, ma che ero anche un filosofo, che la sua storia mi interessava molto e che desideravo parlare con lui anche se non capivo bene perché volesse parlare con qualcuno. Penso che all'inizio il desiderio di comunicare la sua visione delle cose nascesse da due ragioni ben distinte; da una parte, le persone reagivano male quando lui parlava del suo impero; e dall'altra, siccome in questa storia non tutto gli era completamente chiaro, l'opinione di qualcuno che non lo giudicasse gli era preziosa. Tale fu il nostro primo patto, che restò intatto per oltre dieci anni di lavoro comune e di amicizia reciproca. [...]

La scommessa di Pascal

“Signor imperatore”, è così che ho co-minciato molto presto a chiamarlo. [...] Fin dai primi incontri ho chiesto a Marc cosa pensasse della realtà di Orbuania. Sviluppò a questo proposito una teoria che non è mai cambiata nel corso degli anni, anche se con il tempo si è affinata. Orbuania e le sue costellazioni, i pianeti che dipendevano dal suo impero e i suoi nemici esistevano davvero, ma non poteva dimostrarlo. Mi proponeva quindi di adottare, a proposito dell'esistenza del suo impero, la “scommessa di Pascal”¹ riguardo all'esistenza di Dio. [...] La realtà di Orbuania non dipendeva da una credenza personale, ma dal grado di esistenza determinato dalla necessità che un tale oggetto esistesse.[...]

Principi guida della situazione clinica

Possiamo enunciare a questo punto i principi guida su cui si è basato il lavoro con Marc. Innanzitutto si tratta di dire chiaramente che le persone che ci consultano vanno molto bene così come sono. [...] Insieme, cerchiamo di vedere come possono scoprire le loro potenzialità, come possono essere non solo imperatori, ma anche qualcos'altro, come ad esempio, nel caso di Marc, dei matematici [...]. In secondo luogo, il nostro lavoro può essere svolto molto bene mettendo tra parentesi una parte della realtà al fine di costruire con i nostri pazienti quel terreno comune a partire da cui è possibile cominciare a comporre, a costruire e a camminare. [...] Si tratta di evitare il cammino della tristezza, quello di un sapere normalizzatore che imprigiona l'altro nella sua etichetta. A partire da quel terreno comune, possiamo poi avviare un lavoro globale di scoperta e di sviluppo di possibilità, di potenze. Oggi Marc è sempre imperatore ma la cosa non lo disturba più. Perché in quanto ricercatore e intellettuale, in quanto uomo non è solo l'imperatore di Orbuania.

M. Benasayag, G. Schmit, *L'epoca delle passioni tristi*, Feltrinelli, Milano 2007

¹ Il filosofo cristiano Blaise Pascal (1623-62) proponeva agli atei di scommettere sull'esistenza di Dio vivendo da devoti. Se Dio non fosse esistito, avrebbero comunque guadagnato una vita buona, in caso contrario, invece, il loro premio sarebbe stato il Paradiso.

PER CAPIRE

1. Chi è Marc e per quale motivo viene portato dallo psicoanalista?
2. Su quali principi guida si è basato lo psicoanalista nel suo lavoro con Marc?
3. Che cosa ci fa capire questo brano sulla professione dello psicoanalista?

IN CHE MODO LA PSICOLOGIA È UNA “SCIENZA DEL CAMBIAMENTO”

(Stimolo iniziale, se possibile da associare a video e/o immagine, a cura della Redazione)

Will: Sono uscito con una, giorni fa.

Sean: Come è andata?

Will: Molto bene.

Sean: E la rivedrai?

Will: Non lo so.

Sean: Perché no?

Will: Non l'ho chiamata.

Sean: [...], sei un dilettante.

Will: So quello che faccio.

Sean: Ah, sì, eh?

Will: Sì. Non si preoccupi per me, so quello che faccio. Sì, ma questa ragazza, insomma, è bellissima, intelligente, divertente. È diversa dalle altre con cui sono stato.

Sean: E allora chiamala, Romeo.

Will: Così mi rendo conto che non è poi tanto intelligente? [...] Sì, insomma, ecco, questa ragazza, [...] è perfetta ora; non voglio rovinare questo.

Sean: Forse tu sei perfetto ora. Forse è questo che non vuoi rovinare. Questa la chiamerei una “super filosofia”, Will, così puoi in effetti passare tutta la vita senza dover conoscere veramente qualcuno... Mia moglie [...] aveva una serie di meravigliose debolezze.[...], sai, piccole cose così. Però... sono queste le cose che più mi mancano. Le piccole debolezze che conoscevo soltanto io. Questo la rendeva mia moglie. [...] Queste cose la gente le chiama imperfezioni, ma non lo sono. Sono la parte essenziale. Poi dobbiamo scegliere chi fare entrare nel nostro piccolo strano mondo. Tu non sei perfetto, campione. E ti tolgo dall'incertezza: la ragazza che hai conosciuto, non è perfetta neanche lei. Ma la domanda è se siete o no perfetti l'uno per l'altra. È questo che conta. È questo che significa intimità. Puoi sapere tutte le cose del mondo, ma il solo modo di scoprire questa qui è darle una possibilità. [...].

(Spiegazione e commento)

Questo dialogo, tratto da *Will Hunting. Genio ribelle*, un film del 1997 diretto da Gus Van Sant, si svolge fra un particolare tipo di psicologo, uno psicoterapeuta interpretato da Robin Williams, e il suo cliente, interpretato da Matt Damon. Lo scopo delle sedute di psicoterapia è quello di sostenere un soggetto nel suo tentativo di affrontare una difficoltà di vita e di cambiare per raggiungere maggiori livelli di adattamento e benessere.

LA PSICOLOGIA IN AZIONE

La scelta di svolgere la professione di psicologo psicoterapeuta comporta un significativo cambiamento di vita. Quali potrebbero essere le motivazioni e le aspettative di chi la effettua? Una volta realizzato questo desiderio, le aspettative vengono confermate? Per capirlo meglio, è possibile preparare, da soli o in gruppo, una intervista aperta da somministrare a un piccolo gruppo di studenti di psicologia e ad almeno due psicoterapeuti, rintracciati attraverso reti di relazioni personali o scolastiche. I risultati possono essere presentati e discussi in classe.