Le "psicologie" : un sistema di discipline al nostro servizio

Autor(en): **Sacchi, Nicholas**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Iride : rivista di economia, sanità e sociale**

Band (Jahr): **- (2023)**

Heft 14

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-1044623

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Nicholas Sacchi

Nicholas Sacchi è psicologo e psicoterapeuta. Laureato in Psicologia Clinica presso l'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, ha approfondito i suoi studi con un Master in Psicodiagnosi e successivamente si è specializzato in Psicoterapia Psicodinamica presso l'Istituto Ricerche di Gruppo di Lugano. Dal 2020 presiede il comitato dell'Associazione Ticinese degli Psicologi e delle Psicologhe (ATP). Nel 2021 è stato presidente di turno del Gruppo Intercantonale Romando e Ticinese (GIRT), ovvero il tavolo di lavoro dei presidenti delle associazioni professionali di psicologia dei Cantoni Ticino, Vaud, Ginevra, Neuchâtel, Vallese, Friborgo, Jura e Berna francofono. Lavora in privato, presso il suo studio associato di Lugano.

Le "psicologie": un sistema di discipline al nostro servizio

Il concetto di psicologia è, nell'immaginario collettivo, facilmente riconoscibile, oserei dire quasi familiare. Espressioni come "danno psicologico", "sostegno psicologico", "fattori psicologici" e "benessere psicologico" appartengono stabilmente al gergo comune. Il termine *psicologia*, in senso ampio, è come quei quadri la cui veduta di insieme è tanto chiara tanto più si è distanti dalla tela. Il difficile è comprenderne l'essenza, focalizzandosi sui particolari. Approfondire il tema del rapporto fra la materia psicologia e il mestiere dello psicologo, pone di fronte alla molteplicità di sfaccettature delle discipline psicologiche: le singolarità del sistema sono certamente più articolate rispetto all'intero sistema in sé.

Per far apprezzare la variegata offerta nel panorama della psicologia e delle sue applicazioni, la Società Australiana degli Psicologi ha divulgato un video[1] esemplificativo-promozionale sul proprio territorio nazionale, in cui è apprezzabile la narrativa della comune presenza della psicologia applicata nel ciclo e negli ambiti di vita di ciascuno. Una psicologia che non è solo sostegno e terapia, ma anche cura del benessere.

La materia, però, risulta complessa poiché è assai articolata nei suoi dettagli, ovvero nei suoi campi di applicazione e teoretici. La familiarità popolare con il concetto di psicologia permette alle persone di identificare facilmente la figura dello psicologo nel panorama dei mestieri di aiuto. Più complesso è descrivere gli strumenti che la psicologia utilizza, andando al di là degli stereotipati riferimenti freudiani (il silenzio e il lettino, per citarne solo due) o a quei "misteriosi esperimenti" quali sono i *tests* (si pensi al tanto temuto quanto frainteso test di Rorschach). Spesse volte è difficile cogliere le analogie applicative fra i domini della psicoterapia e quelli della psicologia scolastica, quelli della psicodiagnostica e della psicologia della comunicazione, e via dicendo. Ad un osservatore attento non sfuggirà tuttavia che i punti di relazione sono abbastanza percettibili, se non addirittura chiari, ma certamente le cose si complicano in rapporto alla quantità di modalità applicative e teoretiche presenti in ciascuna disciplina.

Di fronte a questa complessità, invito il lettore e la lettrice a non scoraggiarsi: tanta sofisticazione non va sicuramente a detrimento della forza scientifica della psicologia, anzi, ne sottolinea la vitalità e lo sforzo volto al non dogmatizzarsi dietro principi tanto solidi quanto scientificamente immobili. Le discipline psicologiche altro non sono che lo studio approfondito dell'*essere umano* nella sua espressione di curiosità e partecipazione alle cose del mondo. La psiche, al contempo soggetto e oggetto di indagine della psicologia, per la sua specifica caratteristica è foriera di domande, cioè di un impellente bisogno di conoscenza dell' "Altro da sé"[2], ovvero del suo ambiente e delle implicazioni che il suo esistere ha nell'incontro con questo. La psicologia esplora la duplice direzione dello psichico: quella soggettiva (dall'Io al mondo), con lo studio della patologia e della fisiologia, le teorie della mente, il funzionamento neurale, la terapia delle relazioni (e delle proiezioni) umane; e quella oggettiva (dal mondo all'Io), con lo studio delle tecniche di comunicazione più persuasive, delle modalità di apprendimento più efficaci, delle poli-

tiche di welfare più vicine alle esigenze di benessere, e via dicendo.

La psicologia clinica, per esempio, osserva l'azione del vivente che modella e scambia pensieri e azioni alla ricerca di un senso verso ciò che lo circonda, facendo particolare attenzione - a differenza, per esempio, della filosofia - alle disfunzioni che il processo di adattamento e comprensione del mondo può portare alla luce. Lo psicologo, in senso generale, agisce applicando il proprio metodo al servizio di sostenere l'Uomo nell'acquisizione di una maggiore fluidità nell'accettazione dei propri limiti (fisici, spirituali, attitudinali, conoscitivi, economici) e in funzione di permettergli di integrare quanta più parte sia possibile del mondo e del suo impatto emotivo. E non solo. Centrale è il dover riconoscere che il vincolo che fa della nostra psiche un *unicum* nella natura terrestre, è che il soggetto umano non si limita solo a dare un senso a ciò che lo circonda, adattandovisi, ma tende a modificarlo secondo i propri bisogni. A differenza di una psiche robotica (o, per meglio dire, di un'intelligenza artificiale) l'attività mentale frutto di un carattere, una personalità, una intelligenza, un'emotività, non è il mero prodotto di un calcolo che si perpetua all'infinita potenza senza la possibilità di una comprensione globale.

La psiche umana supera i limiti della pura memorizzazione e del calcolo probabilistico di sopravvivenza, sospinta dall'azione dell'emotività che colora, altera, modella e amplifica il dato della conoscenza scaturendo nell'esperienza. E questo concetto di esperienza ci porta a quello di quotidianità. Dunque, la psicologia, proprio per quanto fin qui detto, è una disciplina che non può prescindere dai problemi della quotidianità dell'uomo. La psicologia si applica, attraverso i principi e le conoscenze propri del settore, ad analizzare e risolvere problemi pratici nella vita quotidiana, là dove occorre: nei contesti sociali, affettivi, educativi e professionali. Ciò può manifestarsi attraverso l'aiuto alle persone con problemi emotivi o comportamentali, oppure attraverso la progettazione di ambienti di lavoro più sani e sicuri, o per il tramite dello sviluppo di programmi educativi più efficaci. In generale, la psicologia cerca di risolvere problemi reali. Per fare alcuni esempi, la psicopatologia e la diagnostica sono quelle branche della psicologia che si occupano della valutazione e dell'approfondimento dei disturbi mentali e delle emozioni. Le ricadute di questa pratica sono oggigiorno sotto gli occhi di tutti, in particolar modo nell'affinamento dei trattamenti che riguardano la gestione dei disturbi, l'elaborazione dei conflitti, la prevenzione di ulteriori e più gravi condizioni morbose che andrebbero a danno dell'individuo (in termini di benessere) e della collettività (in termini di costi sociali connessi alla mancanza di salute). Un altro esempio ce lo offre la psicologia sociale che studia l'influenza delle relazioni sociali sul comportamento umano. Gli psicologi sociali esaminano come le persone interagiscono tra loro e come le loro relazioni influiscono sulla loro salute mentale e fisica.

Analogamente, la psicologia scolastica si concentra su come la mente elabora, plasma e riutilizza l'informazione acquisita, elaborando studi, test e tecniche di lavoro a favore di funzioni basilari per la crescita intellettiva dell'uomo come la percezione, la memoria, il ragionamento e il *problem solving*. La psicologia evolutiva si concentra su come il comportamento umano e la mente sono evoluti nel corso del tempo. Gli psicologi evolutivi esaminano come le caratteristiche del comportamento umano si sono sviluppate per adattarsi all'ambiente e alle esigenze della vita.

Potrei spendere ancora molte parole su ciascuna branca della psicologia, ma comunque non renderei l'idea della moltitudine di ramificazioni che la caratterizzano. Ciò che è certo, è che sottovalutare la presenza costante di questa variegata disciplina nelle nostre vite significa non dare spessore e consistenza alla nostra umanità, alla crescita continua della nostra specie, che nell'evoluzione costante, fisica e culturale, incontra sfide adattative sempre più profonde. Significa sottostimare la responsabilità di ciascuno di noi per una vita meglio spesa, poiché la vita accade e sta a noi scegliere per gestirne la complessità. Una società che non sorregge la ricerca e l'applicazione della psicologia non comprende il suo implicito impegno preventivo a salvaguardia dell'evoluzione dell'uomo: investire nella psicologia, infatti, significa essere in grado di anticipare la complessità del mondo che cambia, regalando un futuro più sano al susseguirsi delle generazioni.

[1] Tratto dal canale YouTube della Australian Psychological Society (APS): www.youtube.com/user/austpsychsociety

[2] Per un approfondimento sulla genesi di questo concetto si rimanda ad autori come Karl Gustav Jung e Heinz Kohut, per citarne solo alcuni.