



SELINUS UNIVERSITY
OF SCIENCES AND LITERATURE

CUSTODE E GESTORE DELLA PROPRIA VITA.

**IL SENSO DELL'INDIVIDUO
NELLA SOCIETÁ ODIERNA**

Roberta D'Ottavia

Supervised by
Prof. Salvatore Fava Ph.D.

A DISSERTATION

Presented to the Department of
Psychology
program at Selinus University

Faculty of Psychology
in fulfillment of the requirements
for the degree of Bachelor of Science
in Psychology

2021

TESI

Custode e gestore della propria vita.

Il senso dell'individuo nella società odierna.

L'impatto delle scienze sociali e delle teorie psicologiche sull'individuo: dalle discipline dell'individuale, all'identità personale e sociale, alla psichiatria istituzionale italiana, ai fermenti degli anni '60, allo sviluppo e al declino della psicoterapia, all'impulso della farmacologia psichiatrica, al nuovo individuo deprivato, alla riscoperta della coscienza e della cura di sé.

Custodire,

gestire in modo sapiente, responsabile

ovvero

favorire ciò che in quanto nuovo, rigenera

Lasciar andare l'inutile.

Custodire selezionando

è il capitale spirituale

che il tempo consente all'umano

r.d.

INDICE

Prefazione	7
PARTE PRIMA: INDIVIDUALITA' E SOCIALITA'	
Capitolo 1: Individuare l'individuo, inferire il sociale	
1.1 La psicologia come scienza empirica	10
1.2 Discipline dell'individuale e valore del soggetto	15
1.3 Le cause psichiche e le cause sociali	19
1.4 La ricerca del sociale	23
Capitolo 2: Psichiatria e psicoterapia	
2.1 La psicologia umanistica	27
2.2 I fermenti degli anni '60 e lo sviluppo della psicoterapia	30
2.3 Psichiatria – psicoterapia – farmacologia	32
2.4 Apogeo e crisi delle ideologie.	34
2.5 Introduzione della Rete, identità personale e identità sociale	36
Capitolo 3: L'individuo deprivato	
3.1 L'individuo deprivato, tra farmacologia e psicoterapia	43
3.2 Il DSM	49
3.3 Trasformazioni negative e patologia dell'identità	51
3.4 La crisi delle teorie riduzionistiche	52
PARTE SECONDA: NUOVI VALORI	
Capitolo 1: Nuovi modelli	
1.1 Coniugare pensiero economico e welfare	57
1.2 Ritorno all'intenzionalità	59

1.3 L'eudamonia	63
1.4 Le scale di valori	65
1.5 Il modello biopsicosociale	66
Capitolo 2: Coscienza e cambiamento	
2.1 Elogio del cambiamento nel districamento integrale dei conflitti	69
2.2 Identità transpersonale e dimensione dello spirituale	69
2.3 La psicologia sociale strumento di raccordo con la nuova realtà	71
Postfazione	75
Conclusioni	77
Bibliografia	78
Emerografia	84

Prefazione

L'argomento di cui si tratterà deriva dall'interesse verso gli esiti e le conseguenze che il portato e l'influenza dei processi, delle teorie e delle stigmatizzazioni emersi e sviluppatasi nel secolo scorso provenienti dall'Ottocento, hanno avuto sull'individuo rispetto al senso di sé.

Il lavoro nelle intenzioni dell'autrice, è suddiviso in due parti:

la prima, è costituita dallo sguardo diacronico sulle vicende accadute in Europa nella seconda metà dell'Ottocento e al fermento di idee e prassi che contribuì a definire una nuova scienza della mente dell'uomo, focalizzata sul pensiero a loro contemporaneo espressione di una contiguità, emerso fra due pensatori tra loro contemporanei: Brentano e Wundt, passando attraverso il processo elaborativo di quelle istanze filosofiche, attraverso Dilthey, Durckheim e Moscovici. Mentre la psicanalisi stava raggiungendo il suo apogeo e si diffondeva oltreoceano, molti e vari si esprimevano gli atteggiamenti di medici e non, filosofi, psichiatri e legislatori nei confronti della psiche e della sua malattia, dal punto di vista pratico e scientifico, dalle prime esperienze cliniche alle teorie che si sono contrapposte o intrecciate, e che di volta in volta si sono affermate come dominanti.

In generale, il rapporto e l'evoluzione che hanno avuto le scienze umane, nell'interconnessione tra filosofia, religione, psichiatria e sociologia, si è composto in modo dinamico, rappresentandosi, in una osservazione a posteriori, in forma di predominio a vicende alterne del primato del soggetto come individuo individualizzato e come parte del sociale.

Le prassi custodialistiche, assistenziali, biofarmacologiche e psicoterapeutiche, e le teorie spirituali, filosofiche, psicologiche e biologiche hanno caratterizzato il periodo degli anni '60, conducendo allo sviluppo della psicoterapia e della psichiatria.

La seconda parte, è protesa ad osservare con minor distacco e con la consapevolezza di trattare un processo in itinere, che ha ricevuto una ulteriore

particolare spinta urgente, derivante dal fenomeno della pandemia intervenuta a livello planetario nel 2020, il percorso vitale emersivo di una nuova intelligenza delle emozioni, derivante da una serie di induzioni in risposta alla crisi della psicofarmacologia rispetto al senso dell'umano vivere e soffrire.

Andare oltre la mente sembra essere il modo originale e diversamente originario, di rispondere al bisogno della collettività di vivere le emozioni.

In questo senso, nella prospettiva dell'emersione di dinamiche esistenziali aggrovigliatesi, avvertite come esigenze non più trascurabili né soffocabili o mimetizzabili con il solo ricorso alla farmacologia, si espande un'analisi di ciò che sta avvenendo a livello di nuove esplorazioni e disponibilità, nelle scienze umane e mediche. L'individuo, giunto deprivato nel nuovo millennio, deve occuparsi di sé in modo concreto.

La psicologia sociale, nella sua multidinamicità agile, protesa tra psiche, società, mondo del lavoro e delle relazioni rappresenta un interessante modo di migliorare l'interdisciplinarietà tra le scienze umane e sociali. Nella sua estrinsecazione, è sostenuta dalla spinta alla ricerca di un benessere integrale, diffusasi negli ambiti della psicologia, delle neuroscienze e del pensiero antropologico verso il transpersonale. L'interesse del pensiero economico stesso, con la necessità di salvaguardare i valori del welfare, per favorire la vita della realtà aziendale, a partire da quella di dimensioni maggiori, dando attenzione al benessere psicologico del lavoratore, la stessa figura del manager, che si ispiri intorno a principi di leadership di profilo umanistico spirituale contribuiscono a creare un ulteriore ponte di mutua collaborazione tra questa scienza psicosociale e le forme in cui si esprime la psicologia contemporanea, sempre più oltre la mente e nella riscoperta della coscienza.

A questa branca delle scienze sociali e umane, alla sua evoluzione e al suo contributo nel tempo che viviamo è sostanzialmente dedicato questo lavoro.

PRIMA PARTE
INDIVIDUALITÀ E SOCIALITÀ

Capitolo 1 Individuare l'individuo, inferire il sociale

1.1 La psicologia come scienza empirica

Le radici della psicologia sociale si riconducono a due approcci sviluppatisi in Europa nel XIX secolo, al fine di comprendere e spiegare i fenomeni collettivi. Essi si inscrivono entro la matrice socio costruttivista, secondo la quale la creazione della conoscenza da parte dei soggetti, in merito a sé e in merito al mondo, affonda le radici nel contesto sociale, non inteso in modo generico, ma come un contesto organizzato nei sistemi simbolici e reali cui le persone appartengono. *La psicologia delle folle*, dal celebre testo di Gustave Le Bon¹, e *La psicologia dei popoli o Volkerpsychologie*, di Wilhelm Wundt².

La psicologia sociale, non può che essere una disciplina storica, poiché, occupandosi del linguaggio, dei miti, dei costumi di un popolo non può prescindere dal contesto socio culturale in cui si sviluppa. Ed essendo un rapporto tra persone e i prodotti della loro interazione, non può che riguardare l'influenza sulle menti delle persone, arricchendole. L'attenzione di entrambi gli indirizzi andò verso i fenomeni collettivi, la società più che sulle singole persone.

Tuttavia, l'analisi di questo lavoro esce anche dagli schemi in cui si conterrebbe lo studio della solapsicologia sociale. Essa vorrebbe essere un accompagnamento ai fenomeni complessi e complessivi che si sono succeduti a livello macroscopico, nel periodo in cui la filosofia idealistica si contaminava con la psicologia, e con la sociologia.

Nel contemplare la nascente psicologia sociale, ad opera dell'americano Triplett³, e del francese Ringelmann⁴, peraltro, è allo psicologo Mc Dougall⁵ che

¹ Le Bon, G., (1841 –1931) , antropologo, psicologo e sociologo francese.

² Wundt, W., (1832 –1920) psicologo, fisiologo e filosofo tedesco.

³ Triplett, N., (1861 -1898) psicologo accademico statunitense

⁴ Ringelmann M.,(1861 – 1931), agronomo, psicologo e accademico francese

⁵ McDougall W.,(1871 –1938) psicologo britannico.

desideriamo riferirci per risalire con la sua psicologia definita *ormica*⁶ al senso della persona come principale unità di analisi della nuova disciplina, e ai suoi istinti. Fu peraltro lo psicologo Allport⁷, che formulò la prima definizione di psicologia sociale come costituita essenzialmente da una psicologia degli individui, come scienza sperimentale del comportamento.

In questa prospettiva non solo sociale, è importante, ai fini dell'indagine del lavoro, trattare non solo gli aspetti relativi all'evoluzione della psicologia sociale nel periodo da cui parte l'analisi, ovvero dalla seconda metà dell'Ottocento, ma doverosamente allargarne la visione alle contiguità che la psicologia come scienza della psiche di quel periodo ha avuto in comune con il pensiero filosofico e sociologico. Varie sono le ragioni per cui il pensiero di Franz Brentano⁸ si rende importante, in apertura del presente lavoro, in virtù delle potenzialità implicite nella sua posizione teorica. Nel 1874 *La psicologia dal punto di vista empirico*, rappresentò un caposaldo della filosofia non solo tedesca.

Brentano, un filosofo intellettuale indipendente, accademico acclamato a Vienna, tra i primi si interessò alla psicologia, invitando i ricercatori del tempo a concentrarsi non tanto sui contenuti della mente, ma sugli atti o processi mentali (da cui la corrente dell'intenzionalismo). In particolare, la permanenza di Brentano a Firenze è stata molto importante per lo sviluppo della filosofia e della psicologia italiana di inizio secolo. Brentano fu in stretto contatto con Francesco De Santis ed ebbe una fitta corrispondenza con il filosofo pragmatista Giovanni Vailati⁹, che aveva tenuto anche un'importante relazione sulla classifica degli stati di coscienza, proposta da Franz Brentano al IV congresso internazionale di psicologia a Parigi, nel 1900. Nel 1913 fu tradotta la seconda parte della *Psicologia dal punto di vista*

⁶ McDougall influenzò lo sviluppo della psicologia nella prima metà del secolo: in continua polemica con tutte le [teorie meccanicistiche](#) sul comportamento, sostenne che il comportamento, sia umano sia animale, è "intenzionale". Egli chiamò la sua teoria "psicologia *ormica*" (greco *ormé*, spinta a compiere un'azione). Ben sette caratteristiche (o *marks*) distinguerebbero il comportamento intenzionale da quello meccanicistico. Notevole anche la rilevanza assegnata all'istinto

⁷ Allport, G., (1897 -1967) psicologo statunitense, esponente della psicologia sociale, appartenente al movimento della cosiddetta "psicologia dei tratti"

⁸ Brentano, F., (1838 – 1917) filosofo e psicologo tedesco, maestro di Edmund Husserl e Alexius Meinong

⁹ Vailati, G., (1863 – 1909) filosofo, matematico e storico italiano.

empirico con il titolo *La classifica delle attività psichiche*. Oltre a numerose opere di filosofia, Brentano si interessò in particolare e approfondì le teorie psicologiche del *De anima* di Aristotele.

Come si potrebbe non citarlo, per il significato del suo contributo nell'ambito dell'evoluzione delle scienze psicologiche, nei suoi presupposti filosofici? E come non osservare quanto dagli intellettuali che accolsero l'opera, suoi allievi, da Husserl¹⁰, Stumpf¹¹, Hillebrand¹², sono partite le ricerche psicologiche e gnoseologiche degli ultimi decenni.

Brentano traccia le linee di una psicologia descrittiva come teoria dei fenomeni psichici, distinta da una psicologia genetica e contrapposta alla scienza naturale, scienza dei fenomeni fisici. La caratteristica fondamentale del fenomeno psichico è la sua intenzionalità (concetto che riprende dalla Scolastica), come direzione a un oggetto, inteso, nella dottrina più matura (cui si connette altresì una critica del linguaggio) come reale o cosa. In base al diverso modo di riferirsi all'oggetto, Brentano distingue tra classi di fenomeni psichici: rappresentazioni, giudizi e relazioni affettive (o fenomeni di odio-amore), sostenendo inoltre l'esistenza di una percezione interiore nettamente distinta dalla cosiddetta osservazione interiore. In contrapposizione all'impostazione kantiana, Brentano riprende suggestioni aristoteliche e scolastiche, criticando inoltre varie dottrine del positivismo inglese di quel tempo.

Nella sua opera confluiscono sia la tradizione aristotelica e scolastica, sia i contributi più recenti delle correnti empiriste e positiviste di fine '800. Per questa complessa configurazione del suo pensiero, Brentano è precursore di orientamenti filosofici del tutto divergenti, quali la fenomenologia husserliana e la filosofia analitica. La fenomenologia gli è debitrice di quel concetto di «intenzionalità» che,

¹⁰ Husserl E., (1859 – 1938) filosofo e matematico austriaco naturalizzato tedesco, fondatore della fenomenologia e membro della Scuola di Brentano. La corrente filosofica della fenomenologia ha influenzato gran parte della cultura del Novecento europeo

¹¹ Stumpf, C., (1848 – 1936) filosofo e matematico austriaco naturalizzato tedesco, fondatore della fenomenologia e membro della Scuola di Brentano. La corrente filosofica della fenomenologia ha influenzato gran parte della cultura del Novecento europeo

¹² Hildebrand, K., (1829 – 1884) filosofo e matematico austriaco naturalizzato tedesco, fondatore della fenomenologia e membro della Scuola di Brentano. La corrente filosofica della fenomenologia ha influenzato gran parte della cultura del Novecento europeo

ripreso e trasformato da Husserl, darà vita a un metodo alternativo a quello delle scienze naturali. La filosofia analitica, d'altra parte, eredita da Brentano l'intento di equiparare la filosofia alle scienze esatte e l'attenzione critica al linguaggio. In psicologia, Brentano ha esercitato, direttamente o tramite la mediazione dei suoi allievi, un'influenza decisiva sulla fondazione della scuola gestaltista. All'origine dell'ampio spettro di derivazioni del suo insegnamento sta la molteplicità delle tematiche affrontate - dalla psicofisica alla filosofia -, il rigore del metodo e la centralità che egli attribuisce alla scienza psicologica come fondamento di ogni altro sapere. L'opera maggiore di Brentano viene pubblicata nello stesso anno, il 1874, in cui Wundt pubblica gli *Elementi di psicologia fisiologica*. Wundt, riconosciuto fondatore della psicologia scientifica, offre alla nuova scienza un impianto naturalistico che intende separarla per sempre dalle speculazioni filosofiche e avviarla verso i metodi della sperimentazione. La psicologia sperimentale si diffonde rapidamente, sostenuta dal progresso delle scienze fisiche e biologiche, di cui prende a modello le metodologie. La via intrapresa dalla nascente psicologia scientifica prevede la scomposizione della coscienza nei suoi elementi costitutivi, secondo i principi associazionistici con cui le altre scienze affrontavano l'universo materiale. L'atteggiamento di Brentano verso la psicologia concepita come una scienza indipendente dalla filosofia, è assai tipico e rispecchia un modo di pensare comune a molti psicologi della seconda metà dell'ottocento. Accanto a un'incondizionata fiducia nei risultati che potranno derivare da un adeguato sviluppo di questa nuova disciplina, sia in sede teorica sia in sede di applicazione pratica, e che le permetteranno di recuperare il ritardo accumulato nei secoli nei confronti degli altri rami della scienza, accanto a cui vi è la consapevolezza che essa è per ora soltanto una scienza in fieri, ancora tutta da costruire, e che quanto si è fatto in passato, se non va respinto in blocco, va però ripensato e ricostruito in una nuova ottica, alla luce di presupposti interamente nuovi.

Nessuna osservazione esterna, nessuna descrizione e nessun fatto obiettivo può acquistare la minima rilevanza psicologica se non viene riferito e coordinato a quella che è la base di esperienza della psicologia, una base che è solo la

percezione interna a dischiudere. Il problema è di stabilire in che modo la percezione interna assolve alla sua funzione. Occorre interrogarla, senza lasciarsi fuorviare da preconcetti linguistici. Il problema, in estrema sintesi, è così formulabile: qual è il rapporto tra il fenomeno psichico e la sua percezione interna di questa rappresentazione?

In Brentano si delineano e contrappongono due tendenze opposte: una empirista, ereditata soprattutto da Stuart Mill¹³, improntata a un modulo teoretico di stampo positivista; l'altra intellettualistica, di derivazione scolastica, caratterizzata da un impianto analitico di tipo logico-concettuale. Nell'ambito della Psicologia dal punto di vista empirico, le due tendenze non giungono ad armonizzarsi in una sintesi reale e gettano così una luce ambigua anche sulle rilevanti acquisizioni teoriche dell'opera.

Brentano, come Dilthey¹⁴ e James¹⁵ si occupa di filosofia del vissuto, e questa situazione riporta a una linea di tendenza di interesse scientifico verso la psicologia – che non a caso occupò anche in Dilthey una posizione centrale, rappresentando, prima in modo implicito e poi apertamente, una via di accesso alla filosofia. Brentano e James, nonché Dilthey in modo ancor più netto, riconoscono pienamente la definitività del tramonto della metafisica e fanno proprio lo spirito di rigore scientifico introdotto dal positivismo. Paradossalmente, tuttavia, ciò che finisce con l'affermarsi in tutti e tre è proprio la crisi e la disgregazione del positivismo, e questo accade in un processo in cui, per così dire, il positivismo rivolge contro di sé le sue stesse armi: la psicologia e le scienze dello spirito, questi punti deboli del mondo intellettuale, diventano l'occasione per recuperare spazio e legittimità alla riflessione filosofica. E in tutti e tre i casi, seppure con accentuazioni e sfumature diverse, la riaffermazione della filosofia passa attraverso il riconoscimento della distinzione tra psichicità e fisicità, cultura e natura, scienze dello spirito e scienze della natura.

¹³ Stuart Mill, J., (1806 – 1873) filosofo ed economista britannico, uno dei massimi esponenti del liberalismo e dell'utilitarismo e membro del Partito Liberale

¹⁴ Dilthey, W., (1833 – 1911) filosofo e psicologo tedesco, rappresentante principale di un indirizzo filosofico post-hegeliano della seconda metà del XIX e inizio del XX secolo,

¹⁵ James, W., (1842 – 1910) psicologo e filosofo statunitense di origine irlandese, fu presidente della Society for Psychical Research dal 1894 al 1895

1.2 Le discipline dell'individuale e il valore del soggetto

Nel pensiero di Dilthey, a ridosso della filosofia post hegeliana, i concetti di individuo e società sono stati adoperati in revisione a Kant per introdurre le categorie trascendentali nei campi delle scienze dello spirito, ossia delle scienze umane, nonché delle scienze storiche, in questo compiendo una Critica della ragione storica, e aprendo la strada di una filosofia delle visioni del mondo, *Weltanschauungsphilosophie*¹⁶.

“Comprendere è il ritrovamento dell'io nel tu; lo spirito si trova in gradi sempre superiori di connessione; questa identità dello spirito nell'io, nel tu, in ogni soggetto di una comunità, in ogni sistema di cultura e infine nella totalità dello spirito e nella storia universale, rende possibile la collaborazione delle diverse operazioni nelle scienze dello spirito. Il soggetto del sapere è qui identico al suo oggetto e questo è il medesimo in tutti i gradi della sua oggettivazione”¹⁷

Nell'opera *Il contributo allo studio dell'individualità*¹⁸ l'oggetto del comprendere è l'individualità, studiata attraverso l'utilizzo dei tipi e delle loro relazioni interne. L'individuo è un centro di forza che, a partire dalla propria esperienza vissuta orizzontalmente, e per il tramite del racconto biografico e autobiografico, cerca di esaminare socraticamente la propria vita per interpretarla e per vedere a quali condizioni, con quali effetti, credenze e significati si è realmente determinata. Un sapere vissuto che, rinunciando alla pretesa della propria absolutezza, si confronta coraggiosamente e consapevolmente con le esperienze di alterità transindividuali. La categoria del senso si concretizza così, nella ricerca continua di nuove

¹⁶ Termine usato da Wilhelm Dilthey nel 1907 nel III capitolo di *Das Wesen der Philosophie* (L'essenza della filosofia)

¹⁷Dilthey, W., *In: Costruzione del mondo storico*, (Costruzione del mondo storico, p.191)

¹⁸ Dilthey, W., *Contributi allo studio dell'individualità* (1896), insieme a *Studi per la fondazione delle scienze dello spirito* (1905-10), *L'essenza della filosofia* (1907), e *La costruzione del mondo storico nelle scienze dello spirito* (1910).

connessioni con le quali rileggere l'esistenza. Nuove connessioni che producono nuovi fili che raccontano la storia e la vita. Il singolo è sempre radicato in una tradizione storica, in un discorso che lo trascende e di cui non è l'autore, ma che al tempo stesso lo costituisce e lo sostiene.

Il valore della biografia risiede nel rendere trasparente la vita stessa attraverso le opere, le epoche generazionali e le intuizioni del mondo. Pertanto, ogni biografia non può che assumere in sé questo assunto teorico fondamentale: *“noi partiamo dagli individui”* poiché *“il mondo non esiste da nessuna parte, se non nella rappresentazione dell'individuo¹⁹”*.

Al di là dell'individualità non c'è comprensione possibile, mancherebbe la vita stessa, il pensiero, il mondo.

Dilthey non vuole rinunciare a cercare le leggi di continuità dell'esperienza individuale e considera così l'individuo come punta di forza del reale, senza annientare la forza del mondo e trasformarlo in una rappresentazione.

Una connessione che è intesa, soprattutto, come continuità e unificazione della vita

individuale nel processo storico, come intreccio tra individuo e mondo, poiché, sottolinea Dilthey, noi siamo aperti alla possibilità che il senso ed il significato sorgano solo nell'uomo e nella sua storia. Ma non nell'uomo singolo, bensì nell'uomo storico. Perché l'uomo è un essere storico

Gli stati di comprensione, *Verstandnis*, spiegazione, *Erklärung*, e di esperienza vissuta, *Erlebnis*, in Dilthey nella direzione di concepire l'individuo come essere storico, significano che la legge della continuità tra il mondo e la vita individuale si estende, chiaramente, oltre la singola *Erlebnis*, al fine di gettare dei ponti e delle trame di relazioni verso esperienze storiche transindividuali. Questo intreccio tra esperienza vissuta e esperienze transindividuali concepisce l'uomo come sistema universalizzabile, eccede il pronome personale «io» e va oltre i confini della sua coscienza attuale. Pertanto, l'idea di continuità e vita individuale

¹⁹ Dilthey, W., *Contributi allo studio dell'individualità* (1896), op. cit.

ha la funzione di mantenere strettamente connessi non solo la trama dei sentimenti e delle singole azioni dell'individuo (già uniti nella struttura dell'esperienza vissuta), ma anche la continua accumulazione di esperienze transindividuali

Nel 1883 nell'*Introduzione alle scienze dello spirito*, il primo grande studio teorico, considerato il fondamento del movimento storicistico tedesco, Dilthey cercò di giustificare l'autonomia delle scienze dello spirito nei confronti di quelle naturali. La ricerca elaborata in quest'opera è ripresa e ampliata in una serie di opere successive; nelle *Idee di una psicologia descrittiva e analitica*, Dilthey attribuisce alla psicologia una funzione fondatrice nei confronti delle altre scienze dello spirito. Questa sua presa di posizione verrà abbandonata, però, nelle ultime opere, che rappresentano il traguardo delle sue ricerche: *Studi sulla fondazione delle scienze dello spirito*²⁰ e *La costruzione del mondo storico nelle scienze dello spirito*²¹ Dilthey si propone di restituire autonomia allo studio del sapere storico, luogo di svolgimento del mondo umano, sostenendo che lo scopo fondamentale dei filosofi e della filosofia è quello di proseguire il criticismo kantiano, volgendone i presupposti alla creazione di una scienza dello spirito che si avvalga anche dei risultati di altre discipline che abbiano come loro oggetto d'indagine i fenomeni etici, sociali, psicologici e gnoseologici. Il rinvenimento delle leggi che regolano questi fenomeni deve avere come sua preconditione l'intuizione dello sviluppo storico come processo in cui sorgono tutti i fatti spirituali

Si può giungere a una conoscenza di base intuendo i singoli eventi rappresentati con il concorso attivo e fattivo della nostra esperienza vissuta, *Erlebnis*. C'è una corrispondenza di tipo analogico tra l'esperienza vissuta individuale e l'esperienza vissuta altrui, che ci consente di interpretare, a livello di consapevolezza storica, le varie espressioni della realtà umana d'ogni tempo come un'esperienza vissuta collettiva che risulta dalla generalizzazione di un'*Erlebnis* individualmente connotata. Gli stessi fatti acquistano la fisionomia di segni, che, relativamente

²⁰ Dilthey, W., *Studi sulla fondazione delle scienze dello spirito*, 1905 - 1910

²¹ Dilthey, W., *La costruzione del mondo storico nelle scienze dello spirito*, 1910

all'esperienza vissuta dal singolo, gli consentono di aderire all'*Erlebnis* di chi li ha prodotti. La scienza storiografica deve quindi correlarsi alle altre scienze umane, psicologia compresa, data la preminenza che assume l'esperienza vissuta individuale nella presa di coscienza storica. Tuttavia questa correlazione tra la storiografia e le altre scienze dello spirito non può non riconoscerne l'autonomia speculativa a fronte delle *Naturwissenschaften*, ovvero l'insieme delle scienze naturali: Fisica, Biologia, Matematica, Chimica. Nell'interpretazione di Dilthey le scienze dello spirito sono distinte e separate dalle scienze della natura in quanto queste studiano fatti che si mostrano alla coscienza estrinsecamente, quali fenomeni dati singolarmente, invece nelle Scienze dello Spirito i fatti si mostrano subito in maniera intrinseca, come una realtà autonoma ed una correlazione vivente. Nelle Scienze della natura la correlazione con quest'ultima deriva da una concettualizzazione chiamata ad integrare i fenomeni, attraverso una connessione congetturale basata su ipotesi sperimentali, mentre le Scienze dello Spirito trovano un principio regolatore nella correlazione elementare dell'esistenza psicologica. Come Dilthey scrive nell'opera: *Idee su una psicologia descrittiva e analitica*²², "...noi spieghiamo la natura, mentre intendiamo la vita psichica [...]. La connessione vissuta è qui l'elemento primo, la distinzione dei suoi singoli membri sopravviene in seguito²³". Il fondamento delle scienze naturali, è la concettualizzazione, basata sull'equivalenza tra causa/effetto, e la loro modalità d'espressione è nel ragionare mediante equazioni. Il fondamento delle scienze dello spirito è l'ermeneutica comprendente della prospettiva storica e sociale umana sulla base della correlazione e della condivisione comunitaria insita in ogni vita psichicamente connotata. Dilthey distingue tra le scienze dello spirito, da un lato, quelle che si pongono come obiettivo intrinseco le generalizzazioni, quelle che in sostanza mirano a trovare le uniformità della realtà umana, e, dall'altro, la storia. La scienza storica infatti studia i fenomeni umani nella loro peculiarità singolare. sulle manifestazioni umane nella loro specificità individuale. Delle scienze generalizzanti fanno parte: psicologia, antropologia,

²² Dilthey, W., *Idee su una psicologia descrittiva e analitica*, 1894

²³ Dilthey, W., *Studi sulla fondazione delle scienze dello spirito*, op. cit.

arte religione, filosofia, scienza, economia e diritto. Ogni scienza particolare dello spirito conosce la realtà storico-sociale solo relativamente, in quanto ha coscienza della propria relazione con le altre scienze dello spirit comprendiamo il mondo storico nella sua globalità? Anzitutto mediante l'idea della "oggettivazione della vita". La vita si esprime in una molteplicità di oggettivazioni relazionate. La comprensione del mondo storico è la comprensione di esse, in quanto tali oggettivazioni sono prodotti storicamente determinati della vita dell'uomo, sono fenomeni obiettivi del processo di produzione della vita. E ciò che si trova come oggettivazione storica della vita degli uomini del passato, è comprensibile in quanto oggettivazione della nostra stessa vita. Per questa ragione, argomenta Dilthey, la storia non è nulla di separato dalla vita, nulla di staccato dal presente a causa della sua distanza nel tempo. Ogni prospettiva filosofica, come ogni manifestazione culturale, è del tutto storicizzata e condizionata anche quando si mostra come un sistema isolato. Essa si caratterizza per una propria intuizione del mondo, che, travestita in panni concettuali, si fa metafisica. Le varie metafisiche, pur avanzando la pretesa di risolvere una volta per tutte i misteri del mondo sono molte e diversificate. È impossibile trovare una filosofia totale che riunisca concettualmente tutti le forme delle diverse metafisiche, in quanto ognuna di esse rispecchia il contesto storico in cui nasce, si sviluppa e conclude il suo ciclo vitale.

1.3 Le cause psichiche e le cause sociali

Nel segno del pensiero di Dilthey emerge cos'è che rende l'individuo un unico centro irradiante. In quello di Simmel²⁴ si entra nel merito di una sociologia, intesa come Società che emerge quando più uomini entrano in azione reciproca. E' il nome con cui si indica una cerchia di individui legati l'un l'altro da varie forme di reciprocità. La società è interazione, ma non solo, alla nozione di reciprocità va

²⁴ Simmel, G., (1858 – 1918), sociologo e filosofo tedesco, considerato uno dei "fondatori" della sociologia con Émile Durkheim e Max Weber nonostante non abbia fondato una "scuola", e che non molti si siano dichiarati simmeliani.

affiancato il secondo concetto fondamentale per Simmel, quello di *sociazione*. Una società in senso proprio per Simmel è il risultato di una certa sedimentazione nel tempo di forme di azione reciproca, è il risultato “fissato”, “oggettivato”, di processi di sociazione: il processo attraverso cui una forma di azioni reciproche si consolida nel tempo. Vi sono infinite azioni reciproche: scambiarsi uno sguardo, salutarsi, giocare, pranzare insieme, sposarsi; in ciascuna di queste relazioni ciò che ciascuno fa ha influenza sull'altro e viceversa: ci si influenza scambievolmente. Legata a Simmel, la teoria sociologica di Durkheim²⁵ si colloca tra le teorie che vengono definite olistiche, dall'Olismo, la teoria della totalità. Accorgendosi che servono delle regole per lo studio del metodo sociale, decide di allontanarsi dalle regole biologiche e fisiche. Durkheim riteneva che la società fosse un'entità fondata sui generis, dotata di un carattere proprio ma non riducibile. Ed essa era costituita da “fatti sociali”. Ciò che più colpiva Durkheim era il fatto che la società, fin dalla nascita, forma gli individui secondo i valori e i comportamenti che sono propri dell'epoca in cui l'individuo vive. Inoltre, osserva anche che la società e le istituzioni che la compongono hanno continuità. Questa cosa va al di là della vita dell'individuo, o meglio dire, dell'attore sociale. I fatti sociali sono maniere d'agire, di pensare e di sentire e sono entità esterne a noi, sono cose che vanno analizzate come tali e sono coercitivi, in quanto s'impongono a noi. Dunque, Durkheim spiegava nelle *Regole del metodo sociologico*²⁶:

La dimensione culturale nella visione di Durkheim permette di comprendere come il modello funzionalista presenti sempre il problema sociale, soprattutto, per il mantenimento dell'ordine e dell'integrazione dell'attore sociale nel sistema sociale stesso; l'ordine e l'integrazione sono ottenuti dall'attore sociale tramite l'assimilazione dei valori e delle norme morali dominanti.

Serge Moskovici²⁷ ha occupato, nelle scienze contemporanee dell'uomo e della società, un posto a parte. L'ampiezza e la diversità dei suoi interessi l'hanno spinto

²⁵ Durkheim, E., (1858 – 1917), sociologo, filosofo e storico delle religioni francese.

²⁶ Durkheim, E., *Le Regole del Metodo Sociologico*, 1895

²⁷ Moskovici, S., (1925 - 2014), psicologo e sociologo rumeno naturalizzato francese, una delle figure più rilevanti nel campo della psicologia sociale europea.

a viaggiare attraverso le discipline: la filosofia, la matematica, la storia della scienza, la psicanalisi, la psicologia sociale.

La sua tesi di dottorato, del 1961, consacrata alla psicanalisi, alla sua immagine e al suo pubblico, è stata seguita da una serie di ricerche sulle relazioni tra la natura e le società umane, che gli consentono di elaborare la teoria delle rappresentazioni sociali, di indagare i legami esistenti tra gli uomini

Serge Moscovici collega la nozione di individuo autonomo, capace di iniziative e di scelte, con quelle di famiglia, istituzioni, categorie professionali, nazioni, le quali determinano le possibilità d'azione, la sorte ed il destino di ognuno e di tutti. Studiando come gli individui organizzano le loro esperienze nell'ambiente sociale, come si sviluppano le dinamiche situazionali tra gli individui, parallelamente analizza i livelli di inserimento sociale, le credenze, i valori e le ideologie della società.

Per Moscovici la spiegazione psicosociale deve tener conto del legame tra l'individuale ed il collettivo, tra il soggetto e il sistema. Questa concettualizzazione fa della psicologia sociale europea un'alternativa alla psicologia sociale americana, tanto dal punto di vista teorico che metodologico.

Le teorie delle rappresentazioni sociali e dell'influenza delle minoranze costituiscono le sue innovazioni maggiori. Esse sono all'origine di numerosi programmi di ricerca, che rendono conto delle condotte individuali e di quelle collettive. Egli dimostra che gli individui cambiano allorché sono in gruppo, ma anche che certe minoranze sono capaci di far cambiare le opinioni, i modi di fare e di pensare dei grandi insiemi sociali.

La teoria delle rappresentazioni sociali, la teoria dell'influenza sociale minoritaria e la teoria delle scelte collettive e del consenso sociale, sono i tre contributi più importanti di Serge Moscovici alla psicologia sociale europea.

Occorre premiare la psicologia sociale, e riconoscerne il posto tra le scienze dell'uomo perché, come per qualsiasi altro nuovo campo del sapere, per ogni altra scienza del tutto nuova, essa secondo Moskovici ha dovuto superare dei grandi ostacoli e dare la prova della sua utilità. Questo le è riconosciuto anche dai suoi critici, senza discussioni. Una scienza nuova, nata negli Stati Uniti durante la guerra e in Europa dopo la guerra. Ciascuna delle grandi scienze dell'uomo, la psicologia, la sociologia, l'antropologia, nascenti tutte all'inizio del secolo scorso, ha contemporaneamente definito le frontiere del suo campo d'azione e quelle di un campo d'interazione con le altre, quello dei fenomeni ibridi, complessi, che sono comuni, per esempio, alla psicologia e alla sociologia, all'antropologia e alla psicologia, e così via. In questo modo, ognuno dei grandi padri fondatori, mentre chiudeva le porte, nello stesso tempo lanciava un ponte: Wundt ha concepito la *Völkerpsychologie*, che include la lingua, i miti, le forme simboliche; Durkheim ha riservato larga visibilità alla *Psychologie collective* delle rappresentazioni, ai sistemi di classificazione e della memoria collettiva; gli antropologi hanno concepito la *Folk Psychology*. E non si dimentichi la psicologia delle masse che, con la psicanalisi e il marxismo, fu una delle teorie più influenti del secolo passato. Nel libro *La Machine à faire des dieux*²⁸, Moskovici ha cercato di capire che cosa apportano le psicologie sussidiarie, dimostrando come la sociologia è potuta diventare una scienza delle razionalità moderne facendo della psicologia collettiva una scienza delle irrazionalità moderne, delle credenze religiose in particolare. Sullo sfondo di queste psicologie sussidiarie, la psicologia sociale ha chiuso un processo evolutivo. Questo fatto ha provocato il risultato di riunire e, forse, integrare la *No man's land* delle psicologie sociali ausiliarie in una psicologia sociale autonoma, con concetti e metodi propri e con l'obiettivo di studiare una vasta gamma di fenomeni sociali misti, tanto individuali che sociali, della nostra cultura. Essa comprende tanto le relazioni fra i gruppi quanto i generi di comunicazione, tanto i processi di influenza sociale quanto i processi ideologici, tanto la conoscenza di senso comune quanto le forme della decisione. Da qui, un campo di applicazioni immenso. Tuttavia ciò non significa che in questo modo si

²⁸ Moskovici, S., *La Machine à faire des dieux*, 1988

sia raggiunto la piena autonomia e neppure si è d'accordo sul fatto di riconoscere che la psicologia sociale sia una specializzazione della psicologia, oppure una vera scienza autonoma dei fenomeni complessi della nostra cultura, come lo sono l'antropologia e, in un altro senso, la psicologia dell'infanzia. Divergenze normali, ma anche molto feconde. Attratto verso la psicologia sociale da questa atmosfera stimolante di turbolenze creative e dalle risposte nuove che essa dava alle domande che si poneva la nostra generazione, tutto il suo lavoro di ricerca ha avuto lo scopo di fondare, sul piano intellettuale così come su quello istituzionale, la sua autonomia scientifica e la sua diffusione in tutto il mondo.

1.4 La ricerca del sociale

Dopo la seconda guerra mondiale lo sviluppo del sistema dell'università e della ricerca a livello globale ha condotto ad un'espansione demografica di queste comunità di studiosi che, come qualunque altro processo di questo livello, ha condotto a propria volta a un'intensificarsi della competizione per le risorse e alla divisione e delimitazione dei terreni di esplorazione propri di ciascuna popolazione di studiosi. In simili condizioni, ciò che si produce è una divisione del lavoro fondata sulla ricerca di nicchie ecologiche che pongano i diversi gruppi al riparo, quanto più possibile, dalla competizione, e consentano invece la ricerca di complementarietà e lo sviluppo degli scambi. L'intero processo viene coperto da dichiarazioni d'intenti a favore dell'interdisciplinarietà, non la transdisciplinarietà, cui tutti rendono omaggio quale valore fondamentale da salvaguardare nella prassi della ricerca scientifica; omaggio formale, ma spesso privo di conseguenze pratiche.

Un aspetto interessante è il contromovimento che si è generato nella popolazione dei sociologi. A fronte di una minoranza che ha continuato a difendere l'originaria ottica macrosociale, l'originaria ampiezza storico antropologica e l'originaria valenza comparativa dell'analisi sociologica, e a perseguire l'unitarietà del sapere sociale per mezzo del confronto e dell'integrazione tra più tradizioni di riflessione

e di ricerca; a fronte di un gruppo non molto numeroso che ha adottato una qualche variante della teoria della scelta razionale, e cioè una versione morbida e sociologicamente accettabile dell'approccio neoclassico in economia, e a fronte, infine, di un sottoinsieme di sociologi che si è adattato a fungere da fornitore di conoscenza puramente descrittiva, a volte a beneficio proprio degli economisti, la maggioranza dei praticanti la sociologia si è ritirata in territori il cui possesso non era contestato né contestabile da parte degli economisti.

La manovra di arrocco di buona parte dei sociologi infatti si è verificata in direzione di ciò che è stata chiamata sociologia espressiva o estetica, consistente nel mettere in evidenza il ruolo delle tecniche qualitative di analisi allo scopo di dare voce ai protagonisti di un'esperienza sociale, che si tratti dei malati psichici o dei senza fissa dimora o di qualunque altra categoria sociale, generalmente individuata tra gli svantaggiati o gli esclusi. Ciò in un contesto storico sociale descritto come postindustriale/postfordista/postmoderno, nel quale scompare l'idea marxiana del proletariato come classe generale e si fa strada quella di una pluralità di voci di minoranza cui la sociologia (e l'antropologia) devono fornire supporto. In questa circostanza l'intento, meritevole in sé, di raccogliere e ordinare i significati attribuiti dalle persone comuni alla propria esperienza, è conseguito al prezzo di affermare la validità puramente locale della conoscenza prodotta nel percorso della ricerca. Semplificando all'estremo, secondo questo modo di pensare la realtà – qualcosa di oggettivo, o su cui comunque è possibile trovare un accordo generale tra gli studiosi, e che produce effetti tangibili su interi gruppi o categorie di attori sociali – non esiste, e comunque i sociologi non devono occuparsene in maniera prioritaria. Ciò che conta invece è esaminare i discorsi sulla realtà, indagando sui processi di formazione e di diffusione – top-down, bottom-up o che esprimano estraneità e resistenza al potere – che li trasformano in senso comune. Non casualmente, in altre circostanze l'attenzione verso chi non ha voce è sostituita dall'indagine in cui si cerca di assumere i processi di comunicazione e il discorso dei media quali elementi di un universo culturale i cui contorni e i cui dettagli poi vengono indagati con intenzione critica.

Il discorso dei filosofi diventa più robusto, in senso metodologico, o quantomeno si avvicina maggiormente alla realtà del mondo sociale, proprio mentre la posizione dei sociologi diventa più debole e l'immagine degli studiosi di sociologia più sfuocata.

Lo stile di Chicago caratterizzato dallo spirito di curiosità dei suoi sociologi e dal loro interesse a un approccio di ricerca partecipativo, non strutturato, privilegiante il soggettivo e le osservazioni dal di dentro ha certo lasciato il segno nelle successive generazioni di sociologi; peraltro – a parere di chi scrive – l'innovazione euristica ed epistemologica di questo stile non ha espresso tutta la sua potenzialità, ma è rimasta imprigionata in una visione tradizionale delle scienze sociali, spingendosi così su posizioni prettamente positiviste. Questi limiti si manifestano sia in alcune scelte adottate nello stile di ricerca sia nei risultati scientifici presentati nelle monografie.

L'approccio teorico dei sociologi di Chicago si costituisce intorno all'idea di cambiamento sociale, e soprattutto di disorganizzazione sociale²⁹. Influenzati da Simmel, studiano i fenomeni sociali come processi, più che come statistiche; inoltre, sostengono che, mediante lo studio del comportamento collettivo nelle metropoli, la sociologia debba servire a individuare come si forma e funziona la società, al fine di arrivare – come avviene nelle scienze naturali – alla formulazione di leggi scientifiche che spieghino sia il divenire sia l'ordine sociale. La concezione di scienze sociali che essi adottano è quindi essenzialmente quella del positivismo europeo tipica del loro tempo, anche se assume connotazioni molto differenti da autore ad autore; ad esempio Small, Park e Thomas³⁰ – che più di tutti influenzeranno gli approcci metodologici e analitici di Chicago – presentano tre profili intellettuali molto diversi dando alla sociologia impronte differenti che si combineranno in vari modi nel programma di ricerca seguito nella Scuola.

²⁹ Si veda in: Coulon, A., *La Scuola di Chicago*, Lecce, Pensa, 2001

³⁰ Small, A., Park, R., e Thomas, W., sociologi statunitensi, esponenti della scuola dell'ecologia sociale urbana, meglio nota come scuola di Chicago, è stata la prima scuola di sociologia urbana negli Stati Uniti d'America, 1900 -1930

Il tentativo di fondare una Scienza della società a partire da una forte osmosi tra indagine sul campo e teoria spinge i sociologi della Scuola a promuovere uno stile di ricerca capace di garantire il distacco professionale dal proprio oggetto di studio, rimanendo neutrali e ancorati a ciò che si vede, sente e sperimenta direttamente; le astrazioni non radicate nell'esperienza diretta sono considerate sospette. Peraltro, questa attenzione per l'obiettività sembra spesso nascondere un atteggiamento scienziato teso alla ricerca di rilevazioni oggettive che, come già illustrato, combina l'attenzione per gli aspetti soggettivi e colti dal di dentro con una visione prettamente positivista della realtà sociale. Si promuove quindi uno stile di ricerca impersonale e l'esteriorità rispetto all'oggetto di studio per evitare di alterare ciò che si sta osservando, lasciando i fatti liberi di parlare. Alla fine degli anni '50 si legittimò un'implicazione diretta del ricercatore nelle situazioni sociali, affinché si studiasse e venisse quindi compresa la ricchezza analitica che comporta la familiarità empatica con l'oggetto di studio: l'*Asylums* di Goffman³¹, del 1961, e *Outsiders* di Becker³² del 1963, alcuni esempi.

³¹Goffman, E., (1922 –1982), sociologo canadese naturalizzato statunitense. *Asylums. Le istituzioni totali: i meccanismi dell'esclusione e della violenza (Asylums: Essays on the Condition of the Social Situation of Mental Patients and Other Inmates)*, 1961

³² Becker, H., (1928 -), sociologo statunitense, ha dato un grande contributo alla sociologia della devianza, alla sociologia dell'arte e alla sociologia della musica.

Capitolo 2: Psichiatria e psicoterapia

2.1 La psicologia umanistica

Da un lato venne a trovarsi la teoria psicanalitica freudiana, profondamente pessimistica riguardo alla natura umana, ritenendo sia governata da oscure forze intrapsichiche, che solo a fatica, e mai completamente l'essere umano potrebbe pienamente governare; dall'altro, la scuola comportamentista, e il suo modello alternativo alla psicoanalisi, non più ottimista della prima: gli esseri umani visti come soggetti passivi, plasmati dagli stimoli, positivi e negativi, che ricevono dall'ambiente. L'approccio psicanalitico cominciò a manifestare qualche limite rispetto al successo del primo periodo, per la difficoltà del paziente a ristabilire una buona capacità di realizzazione nel post analisi e a porsi fuori dalla estrema profondità del percorso analitico.

Freud, un grande analista dei disagi della sua generazione. Se alcuni aspetti del suo pensiero cominciarono a non aderire all'epoca è anche perché la psiche è storica e la struttura psicanalitica freudiana, come è noto basandosi molto sulla dicotomia permesso/proibito, dato che dalla relazione tra permessi e divieti scaturisce la nevrosi, si rese di non più facile fruizione.

Era necessario si affacciasse un nuovo tipo di soggetto terapeutico che, per sfuggire al senso di inadeguatezza e alla depressione, avesse come alternativa quella di autopromuoversi e di investire su se stesso: l'equilibrio interiore cominciò a trasformarsi in un immenso composito terreno, e la dinamica dell'autostima mise in funzione una struttura delle relazioni, con un linguaggio proprio, una letteratura propria e tecniche proprie.

Il successo della incipiente psicoterapia umanistica che cominciò a diffondersi in America si spiega anche in termini storici. Il periodo in cui si mossero Rogers³³ e

³³Rogers, C., (1902 – 1987), psicologo statunitense, fondatore della terapia non direttiva e noto per i suoi studi sul Counseling e la psicoterapia all'interno della corrente umanistica della psicologia centrata sulla persona

Maslow³⁴ è stato un periodo molto doloroso per l'America: nel 1941 gli Stati Uniti entrarono in guerra e dopo la fine della guerra, l'America si trovò ad affrontare il problema dei numerosi veterani, che avevano difficoltà a reintegrarsi nella società civile e per questo emerse una grande domanda di interventi psicologici e di tecniche che potessero essere apprese rapidamente, per formare nuovi psicologi. La psicanalisi richiedeva una laurea in medicina e diversi anni di formazione, mentre le teorie di Rogers apparivano molto semplici e si prestavano ad un utilizzo immediato. Da qui la loro enorme diffusione; in seguito, le stesse tecniche sarebbero state largamente utilizzate anche nel mondo del lavoro, soprattutto per la formazione dei manager. Inoltre, la psicologia umanistica sarebbe stato soprattutto un movimento di protesta, con l'obiettivo principale di affermare la terza via psicologica, contrapponendosi al potere della psicoanalisi e del comportamentismo

Maslow e Rogers ritenevano che la principale spinta presente nell'essere umano fosse il bisogno di crescita personale, di auto-affermazione e di auto-stima. Rispetto al passato, questa nuova corrente sembrava apportare grandi novità e sicuramente mostrò una visione della condizione umana meno negativa e più improntata all'ottimismo, alla possibilità di auto-miglioramento. Il manifesto della Associazione di Psicologia Umanistica metteva in evidenza il valore attribuito alla dignità della persona e allo sviluppo delle sue potenzialità, attraverso l'auto-realizzazione, la creatività, le scelte consapevoli. La persona doveva essere dunque considerata nella sua interezza, occupandosi delle sue esperienze di vita e delle sue emozioni. A questo manifesto aderirono in seguito anche altre correnti psicoterapeutiche (gestalt, bioenergetica, analisi transazionale) e psicologi molto importanti nella storia della psicologia moderna, quali Jacob Levi Moreno, Erich Fromm, Fritz Perls, Alexander Lowen, Rollo May, Roberto Assagioli, Viktor Frankl³⁵. Scuole psicoterapeutiche e psicologi molto diversi fra loro, ma che avevano in comune l'attenzione data alla persona e una

³⁴Maslow, A., (1908 – 1970) , psicologo statunitense noto per la sua teoria sulla gerarchizzazione dei bisogni

³⁵Abraham Maslow, Jacob Levi Moreno, Roberto Assagioli, Erich Fromm, Carl Rogers, Fritz Perls, Viktor Frankl, Ronald Laing, Wilhelm Reich, Alexander Lowen, Gerda Boysen, Eric Berne e Rollo May rappresentarono il gruppo degli esistenzialisti, considerati gli ispiratori della Psicoterapia Umanistica, insofferenti per il pensiero filosofico e psicologico tradizionale, in quanto accademico, astratto e lontano dalla vita, ebbero una vera e propria allergia per le concezioni dogmatiche di qualsiasi tipo nel campo delle scienze umane

visione ottimistica dell'intervento psicoterapeutico riguardo allo sviluppo delle potenzialità dell'essere umano. Gli aspetti della psicologia umanistica più legati alla psicoterapia, presero le mosse in primis dal lavoro di Carl Rogers, il quale già nel 1951, con il libro *La terapia centrata sul cliente*³⁶, aveva spiegato il suo pensiero: il disturbo mentale, nelle sue varie forme, rappresenta una distorsione dello sforzo che l'individuo compie per attuare le proprie potenzialità. La terapia non direttiva dunque, messa a punto dallo stesso Rogers, doveva tenere conto del bisogno di auto-realizzazione dell'individuo, doveva astenersi dall'interpretazione e dal giudizio e limitarsi ad accogliere ed accompagnare il cliente (e non il paziente) in un percorso che creasse le condizioni necessarie per favorire la sua crescita personale. L'individuo sano, in questa prospettiva, era colui che raggiungeva la sua autorealizzazione, il pieno sviluppo delle proprie potenzialità, colui che diventava realmente ciò che poteva diventare, e non semplicemente chi riusciva ad adattarsi al suo ambiente. Meador e Rogers distinsero la psicoterapia centrata sulla persona dalla psicoanalisi e dal comportamentismo nei questi termini in cui nella psicoanalisi l'analista si propone di dare al paziente le interpretazioni sulle connessioni passate e presenti; nella terapia centrata sulla persona, il terapeuta facilita al cliente la comprensione dei significati della propria esperienza attuale. Lo psicanalista nel dare al paziente le interpretazioni assume il ruolo di un insegnante e favorisce lo sviluppo di un rapporto di transfert, un rapporto basato sulla nevrosi del paziente. Il terapeuta centrato sulla persona, si presenta il più onestamente possibile e con la massima trasparenza, cercando di instaurare un rapporto basato sull'ascolto e sull'interesse genuino.

Nella terapia centrata sulla persona possono iniziare rapporti di transfert, senza peraltro giungere a piena fioritura. Rogers affermava che le relazioni transferenziali si sviluppano in un clima valutativo, in cui il Cliente sente che il terapeuta ne sa più di quanto egli non sappia su se stesso ed in tale modo diviene dipendente.

³⁶Rogers, C., *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. London: Constable, 1951, in it.: Rogers, C., *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Psycho,

2.2 I fermenti degli anni '60 e lo sviluppo della psicoterapia

Il periodo a cavallo degli anni '60, si caratterizzò per la ricchezza delle trasformazioni politiche, sociali, economiche e culturali che traghettarono tutto il mondo occidentale, e l'Italia in particolare, verso nuove condizioni di vita. Complessità di passaggi che celano tuttavia forti elementi di opacità e continuità col passato e si dimostrarono nel '68 in tutta la loro evidenza. Il ritardo della psichiatria italiana nei confronti della filosofia, della psicologia e di tutte le discipline sociologiche, antropologiche e linguistiche che concorrono al sapere delle scienze umane, è superato altrove, mentre ivi prevale un orientamento biologista. Il panorama della psicoterapia tuttavia vede la scoperta di un nuovo modo di curare negli psicofarmaci, al momento peraltro utilizzati in neurologia. Gli psichiatri ripresero sul piano legislativo e culturale, il percorso iniziato negli anni '20. Il movimento della psichiatria trovò nel 1954 l'evento eclatante dell'introduzione degli psicofarmaci, e il medico psichiatra si trovò a fare propria una metodologia clinico diagnostica a fini terapeutici con possibilità di attenuazione della sintomatologia manifestata. Uscito da un immobilismo dovuto a catatonìa professionale, lo psichiatra intendeva modificare il proprio ruolo e la propria identità professionale, poiché ora è in grado di curare.

La malattia mentale sembrò diventare una malattia come le altre. Ma alla grande euforia e illusione suscitata seguì una progressiva delusione causata dagli insuccessi diagnostici, in quanto i miglioramenti erano solo sintomatologici. Un vento forte di rinnovamento per tutta l'attività psichiatrica, nella ricerca del superamento del manicomio, evidenziavano la possibilità di una diversa gestione della cura della malattia mentale e lo sperabile tentativo di reinserimento del malato nella società.

All'esigenza di rinnovamento delle strutture psichiatriche, che vorrebbero sostituire al compito custodialistico l'intento terapeutico, rispondevano le comunità terapeutiche e il settore. Il lavoro di squadra, la socioterapia, l'apertura dei reparti e i primi approcci psicoterapeutici ne furono i testimoni.

La scelta organizzativa di settore dell'AMOPI³⁷, l'appena nata associazione medici operatori psichiatrici italiani era polivalente, concependo per settore il contenitore che lascia libero il medico di decidere e operare senza modelli prefissati. Una metodologia di intervento improntata al superamento di ogni soluzione di continuità o di rigido confine tra fuori e dentro, tra territorio e centro di igiene mentale. Garante di tale uniformità era la squadra multidisciplinare che si prende carico del paziente. La legge 431 del 1968, legge Mariotti,³⁸ nella sua importanza storica completamente offuscata dalla più nota legge 180 del 1978, legge Basaglia³⁹, ha avuto una rilevanza fondamentale nel processo di trasformazione della psichiatria. Le motivazioni che indussero il legislatore a inserire la psichiatria all'interno del Sistema sanitario nazionale furono di carattere economico, ma vi sono nel disegno di legge alcuni principi importanti per la psichiatria: l'equiparazione della malattia mentale alle alte malattie e la possibilità del ricovero negli ospedali generali. Quella che giunse in Italia fu una psicoterapia che mescolava esperienze europee e statunitensi, favorendo l'uscita degli psicoterapeuti dall'Italia, per arricchire le loro esperienze professionali.

Nuove aspettative di superamento delle ristrettezze dall'isolamento internazionale da un organicismo imperante portarono peraltro all'intenzione di porre la psicoterapia sui posizioni distanti rispetto alla psichiatria. Si giunse a discutere se la psicoterapia sia scienza. Una babele di indirizzi e concezioni, spesso non dialoganti fra loro, ebbe una ricaduta indiretta anche nel mondo psichiatrico.

³⁷ AMOPI, Assoc. Medici Ospedalieri Psichiatrici Italiani, *associazione* costituitasi a Napoli nel 1959 come organismo di coordinamento degli *psichiatri ospedalieri*

³⁸ Legge 18 Marzo 1968, n. 431, recante disposizioni in tema di enti ospedalieri e assistenza ospedaliera, con cui il comparto ospedaliero fu profondamente riformato attraverso la trasformazione degli ospedali in enti pubblici distinti dagli enti di assistenza del tipo IPAB. Alla legge è associato il nome dell'allora ministro della Sanità Luigi Mariotti, precursore dell'istituzione del Servizio Sanitario Nazionale

³⁹ Legge 13 maggio 1978, n. 180, in tema di "Accertamenti e trattamenti sanitari volontari e obbligatori". La legge in sé è durata solo pochi mesi, ossia fino all'istituzione del Servizio Sanitario Nazionale. Alla legge è associato comunemente il nome di Franco Basaglia, psichiatra e promotore della riforma psichiatrica in Italia.

2.3 Psichiatria – psicoterapia - farmacologia

La crescente integrazione, nell'ambito della psichiatria clinica, tra psicoterapia e intervento psicofarmacologico, ha condotto a lungo ad affrontare la riflessione sugli stimoli e le considerazioni sulla questione farmaci e psicoterapia: sembrava esserci talvolta paura, mistificazioni e scetticismi intorno alla psicoterapia, per cui sembrò forse più facile una cura farmacologica

Sarebbe interessante chiedersi perché proprio nell'ambito del disagio psicologico si creò, e si crea spesso se non continuamente, il conflitto, un divario elettivo che diverrà sempre meno accorciabile, tra psicoterapia e farmacoterapia.

Paure, mistificazioni e scetticismi sono anche parte di una mancanza di conoscenza adeguata rispetto alle forme di terapia dei disagi mentali, sicuramente presenti nella nostra cultura e perpetrati in differenti modi, creando luoghi comuni, equivoci e semplificazioni che ostacolano una comprensione completa o più chiara delle questioni spesso risolte con sufficienza. Il vero pericolo era ed è causato proprio dalle semplificazioni delle questioni intorno alla salute e alla cura, in ambito psicologico soprattutto.

C'è comunque molta difficoltà, spesso, a cogliere (e i motivi sono diversi) la complessità della psico-terapia, a conoscerne e ri-conoscerne i presupposti e le finalità, gli strumenti, e soprattutto a poter pensare che un lavoro psicologico, com'è ampiamente chiaro oggi, modifica la struttura della personalità, le stesse reti neuronali e quindi l'organismo nella sua globalità.

Spesso sembra emergere una certa difficoltà a cogliere le funzioni, l'applicabilità e gli obiettivi di una psicoterapia. È importante sottolineare che cogliere il senso, il significato e le funzioni di una psicoterapia non è affatto una cosa immediata o di semplice comprensione e, inoltre, è importante sottolineare che la differenza tra le psicoterapie, i loro obiettivi e metodi sono molto diversi tra loro, non basta dire psicoterapia e includere tutto.

Non ultimo elemento, era ed è la conoscenza riguardo alle psicoterapie, il loro modo di operare ed intervenire che rimanda ad una più ampia differenza tra i diversi interventi di tipo psicologico, spesso accorpati senza chiarimenti precisi. Esistono diverse psicoterapie, diversi metodi, tecniche, per differenti obiettivi terapeutici. La questione psicoterapia, dunque divenne pur solo nelle differenze, estremamente complessa. A questa complessità si aggiunse anche quella legata alla differenza tra la psicoterapia e la farmacoterapia. Qualche suggestione, e qualche riflessione utile, rimandano ad interrogarsi sullo statuto epistemologico della psichiatria stessa, sul fatto cioè che la psichiatria è una disciplina o una specialità medica sui generis, e sul fatto che è esistita da allora una dicotomia, a tratti quasi ormai inconciliabile, tra una psichiatria ufficiale, di consensus, di linee guida, di riviste indicizzate e impattate, di meta analisi, di convegni e una psichiatria fatta, invece, da migliaia di singoli psichiatri, o di operatori a qualunque titolo della salute mentale, i quali avevano e hanno tuttora ognuno un proprio modello di psichiatria, una propria idea di psichiatria oppure, nessuna idea di psichiatria psichiatria e salute mentale. Tutto questo conflitto confusivo, senza possibilità di pacificazione, in genere scorre nel silenzio, nella routine, divorato della problematicità delle varieguate organizzazioni dipartimentali. Si procedeva, in genere, come se la psichiatria fosse una comune branca medica, evitando di circoscrivere uno spazio di dibattito attorno alla reale natura della psichiatria, ovvero alla creazione di una coscienza critica della psichiatria e dello psichiatra. La psichiatria sarebbe stata capace di uscire dalla sua fase paradigmatica di scienza normale, non avendo soddisfatto, nell'arco di un secolo, la sua ipotesi fondativa, ovvero le malattie mentali come malattie del cervello con una precisa base anatomo-patologica e fisio-patologica. Dopo l'avvento delle teorie della complessità, cominciava ad accadere che le società post moderne o iper moderne andassero verso la semplificazione. Le psicosi rimanevano il nucleo duro, essendo disturbi complessi, che necessitano di interventi complessi.

Il farmaco sembrò legittimare una sofferenza. Elementi culturali e storici evidenziarono un accostamento della malattia mentale più al campo del mistero

che a quello della natura, intesa come le scienze naturali l'hanno gradualmente intesa. Seguendo la logica dello scientismo meccanicistico, tutto si presentava come il prodotto di un funzionamento che va solo compreso nelle sue parti più piccole; conoscerne i funzionamenti significa espandere il controllo sulla salute e sulla malattia, localizzarla, collocarla, alimentando però la divisione tra mente e corpo e coinvolgendo sempre meno il soggetto stesso nel suo percorso di cura.

Il farmaco, pertanto, appariva come tranquillizzante, legittimato per il malato alla sua curabilità da una sostanza esterna ed estranea.

2. 4 Apogeo e la crisi delle ideologie.

Mentre la psichiatria seguiva una traiettoria sempre più patologicizzata e impostata farmacologicamente, si incuneò una tradizione di ricerche sull'intelligenza, che ha avuto origini e finalità assai diverse da quelle proposte nei laboratori sperimentali di Wurzburg, ma che rimane una presenza costante nel dibattito sulla natura dei processi mentali superiori. La teoria di Howard Gardner,⁴⁰della Harvard University si fondava su una critica dell'intelligenza come dipendente da un fattore unico e generale. Gardner ha criticato la tradizionale assimilazione del concetto di intelligenza al ragionamento logico, a sua volta fondato su un fattore generale, e avanzò l'ipotesi di forme diverse di intelligenza che cooperano tra di loro. L'aspetto più innovativo fu aver richiamato il tema dell'intelligenza non solo su una dimensione cognitiva, ma anche sulla capacità di ragionare su emozioni, intenzioni e motivazioni proprie e altrui. Una vera e propria esplosione dell'interesse per l'intelligenza emotiva e l'emozione in generale, al punto da superare l'interesse per la sfera cognitiva imperante.

⁴⁰Gardner, H., (1943 -), psicologo e docente statunitense, studioso dell'intelligenza a cui ha dato un contributo speciale teorizzandone la molteplicità

La questione della crisi è stata riproposta in un'ottica diversa. Il pensiero post moderno ha improntato un dibattito molto intenso accesi in filosofia, letteratura, sociologia e architettura, con anticipazioni dagli anni '60 e '70. Era fertile tale situazione, a far fiorire lo scetticismo del pensiero post moderno, consapevolezza di una crisi in atto.

Negli anni '90 del secolo scorso si è riproposto il tema della crisi della psicologia che era stato trattato negli anni '20. Si era posto il problema della unitarietà teorica della psicologia, un altro punto fondamentale di contrasto era il problema del linguaggio impiegato nella psicologia per descrivere i processi e i fenomeni psichici. Infine, un'altra questione era la relazione della psicologia con i problemi della società, e quindi i tipi di professionalità che la psicologia poteva esprimere per rispondere loro.

Le ricorrenti interpretazioni dei processi psichici in termini di meccanismi genetici, studiati dalla biologia, o di meccanismi neuronali e cerebrali, studiati dalle neuroscienze, mirarono a ridurre la psicologia alla biologia e alle neuroscienze infatti. La psicanalisi e il comportamentismo avevano delimitato l'ambito di ricerca nella irriducibilità del livello psicologico ai livelli sottostanti, neurologico e biologico, senza con questo negare che la psiche avesse un fondamento materiale, nell'organizzazione neurologica e biologica. L'idea di una continuità tra il comportamento animale e quello umano divenne il fondamento delle ricerche di psicologia animale, che avrebbero dovuto permettere di studiare le facoltà psichiche in sé, come funzioni astratte, e di verificare in che modo le specie animali si collocavano rispetto ad esse

La parcellizzazione della e delle ricerche sotto l'impulso dell'incalzante post modernismo ebbe l'effetto paradossale di sviluppare impostazioni autoreferenziali, proprio ciò che veniva rimproverato alla psicologia occidentale tradizionale. L'orientamento contestualista si affiancava alla corrente tradizionale della psicologia, ispirata alle grandi teorie del passato nate agli inizi del novecento, la corrente che tuttora costituisce il nucleo fondamentale nelle università occidentali.

Anche il problema della verifica empirica si è posto, in quanto si è considerato il metodo sperimentale nelle ricerche come non rigorosamente applicato. Fino al presente, negli esiti di una gigantesca ricerca, intrapresa nel 2015, e riportata dalla rivista *Science*⁴¹, in cui la significatività dei risultati ottenuti negli esperimenti di replica ha riportato un bassissimo riscontro. Non può che trovarsi a dire che il progresso della ricerca psicologica passa attraverso non tanto un accumulo di nuove conoscenze, seppure originali e suggestive, quanto attraverso una continua verifica empirica

2. 5 Introduzione della Rete, identità personale e identità sociale

Dagli anni in cui è stata introdotta la rete, è sempre più implicito che le due identità interagiscono tra loro: il sé è divenuto una struttura, una rappresentazione mentale in cui le informazioni individuali hanno preso a concorrere alla formazione della nostra rappresentazione, mentre le informazioni di carattere sociale e culturale ne costituiscono gli aspetti più esterni. Ma esiste anche una rappresentazione di se stessi proposta, o meglio recitata agli altri, come una rappresentazione teatrale. Concetto proposto originariamente da Goffman: *La società non è una creatura omogenea, ma un insieme di palcoscenici in cui rappresentiamo noi stessi in modo diverso.*⁴²

Goffmann parlava di una molteplicità del sé: l'individuo riesce a gestire e a cambiare una pluralità di self multipli e fluttuanti in quanto prodotti non da una qualche attività psichica, ma dagli eventi e dagli scenari sociali nei quali agisce.

Sia online che offline si tratta di due estremi di un continuum lungo il quale l'individuo sente la propria identità: a un estremo il sentimento di identità è fortemente influenzato dalla consapevolezza che l'individuo ha di appartenere ad

⁴¹ Cfr. *Science*, *Estimating the reproducibility of psychological science*, August 2015

⁴²Cfr Goffman, *Asylums. Le istituzioni totali: i meccanismi dell'esclusione e della violenza* (*Asylums: Essays on the Condition of the Social Situation of Mental Patients and Other Inmates*), 1961, op. cit

un determinato gruppo, l'identità sociale; all'altro, i sentimenti di identità appaiono in rapporto ad un'esperienza profonda di riflessione su di sé, sulla propria storia, sulle proprie speranze e progetti a cui si associano linee d'azione fondate su esigenze di coerenza personale, l'identità personale. Essa non significa una rappresentazione elaborata al di fuori del rapporto sociale o un'identità privata, non tangibile agli altri: se il soggetto vuole la può esprimere, per cui anche di essa si può studiarne la struttura. Le forme di riconoscimento sociale consentono la formazione dell'identità personale dell'individuo sul piano cognitivo, l'individuo interiorizza l'immagine che gli viene rimandata dagli altri, la interpreta, la accetta, la modifica o la rinnega, elaborando attivamente un'autodefinizione.

L'identità sociale e quella personale, concetti non totalmente distinti del sé, hanno preso a lavorare insieme per dare significato all'identità: l'appartenenza a categorie sociali o l'inserimento in ruoli sociali comporta un significato personale e tali appartenenze entrano nella concezione di sé.

Con l'avvento negli anni '90 dei social media, è sempre meno esistito un luogo dell'anonimato e della libertà assoluta, che porta a nascondere l'identità, e sempre più si è rappresentato il luogo della responsabilizzazione etica sul sé, dove di fronte a tutti, si prende in prima persona la responsabilità di quello che si è si vorrebbe essere. Facebook, la piattaforma nella quale l'utente si deve registrare con il proprio nome e cognome e non con alias o nickname astratti che non lo identificano.

Prima di Goffmann, gli interazionisti simbolici avevano parlato di soggettività in quanto fenomeno sociale che si sviluppa attraverso una relazione nell'ambiente sociale di riferimento. Herbert Mead ⁴³ parlò non tanto del soggetto in sé, ma del suo essere in relazione con gli altri: l'agire sociale è un problema di comunicazione e il sé emerge come autocoscienza nei termini dei rapporti con gli

⁴³ Mead, G.H., (1863 – 1931), filosofo, sociologo e psicologo statunitense, considerato tra i padri fondatori della Psicologia sociale.

altri e degli altrui atteggiamenti valutativi. Il soggetto adotta comportamenti in base a alle aspettative del contesto in cui è inserito, assolvendo un ruolo nell'interazione con gli altri.

Una rete sociale si costituisce tramite un qualsiasi gruppo di persone collegate tra loro da legami sociali, di diversa entità, dalla conoscenza occasionale, ai rapporti di lavoro, ai vincoli familiari e parentali. Secondo i teorici delle reti sociali, la società è vista e studiata come rete di relazioni, più o meno estese e strutturate, che così ne costituiscono la trama sociale. Nei social network il soggetto diviene un attore sociale che non può non comunicare e non interagire con gli altri. Proprio dall'ipotesi interazionista⁴⁴ deriva che la stessa identità e il comportamento di ciascun soggetto sono la risultante dell'interazione con gli altri, vale a dire delle azioni e delle reazioni poste in essere dai soggetti comunicanti.

Paraltro, la struttura delle reti sociali non è immutabile: i legami tra i diversi attori possono cambiare nel tempo e questa evoluzione si può modellare e spiegare come funzione di effetti strutturali e delle caratteristiche degli attori: i primi sono meccanismi endogeni e quindi interni dei social network (ad esempio le regole implicite, non scritte, dei diversi social media), le seconde forze esterne dipendenti dalle caratteristiche specifiche degli attori coinvolti. Gli esseri umani, creature uniche a causa della loro abilità di usare simboli, diventano specificatamente umani attraverso l'interazione, e la società pertanto è divenuta l'insieme di persone che sono impegnate in interazioni simboliche, le emozioni sono centrali rispetto ai significati, al sè e alla condotta e l'azione sociale deve essere considerata l'unità fondamentale dell'analisi sociale.

Le interazioni sui social network presero a sostituire le interazioni faccia a faccia. Infatti la maggior parte delle persone ha acquisito l'utilizzo di questi mezzi per mantenere relazioni sociali già esistenti e solo in minima parte per crearne di

⁴⁴ L'interazionismo rappresentò l'approccio teorico dominante negli studi della Scuola sociologica di Chicago e di George Herbert Mead, e le sue considerazioni costituiscono un punto di partenza per lo sviluppo della Psicologia sociale. La teoria, di tipo microsociologico, si occupa soprattutto dell'interazione sociale che ha luogo nella vita quotidiana delle persone.

nuovi. In questo senso, l'utilizzo dei social network costituisce più che altro la funzione di integrazione e non di rimpiazzo.

Una rete sociale è sempre in stato di dinamica tensione per via del cambiamento dei significati. I membri della rete possono avere una concezione diversa della struttura e del loro network: la rete è diventata una risorsa cognitiva e negoziata, è influenzata e influenza la condotta della persona.

L'interazione interpersonale, come quella faccia a faccia, nei social media si è determinata e avviene a diversi livelli sulla base delle diverse situazioni in cui ci troviamo, vi sono quindi tante cornici interattive in ognuna delle quali rappresentiamo diverse sfaccettature del nostro sé. Nel concetto del sé sono infatti comprese anche immagini ipotetiche di noi stessi, che si desidera realizzare o evitare in base a quello che vogliamo presentare di noi: su LinkedIn si presenta l'aspetto più professionale e serio, su Facebook o Instagram quello più libero e spontaneo.

Nelle piattaforme sociali i soggetti mostrano la sfera più esterna del proprio sé, molte volte quella più superficiale e meno personale. Per dare una buona impressione di sé, le persone controllano il proprio comportamento in modo che sia appropriato al contesto e conforme alle norme situazionali implicite. Ma quello che emerge nella presentazione del sé in rete, che fa differenziare e rendere unici nei social network, è quella parte del sé che ci distingue l'uno dall'altro. Il sé individuale emerge dai modi in cui il soggetto si immagina che gli altri lo percepiscano e lo giudicano. In tal modo il soggetto esercita su di sé anche una specie di controllo sociale poiché deve valutare ininterrottamente la portata dei giudizi e delle reazioni altrui ai propri atti.

Portando avanti l'esplorazione di questo aspetto dell'identità, in un continuum fino al nuovo secolo, si è andato rappresentando un profilo sui social network regolato e motivato dalla ricerca di consensi, che danno l'opportunità di definire sé stessi e modulare la propria autostima che si definisce come rapporto, ossia come distanza

tra sé percepito e sé ideale. Più si riesce a livellare e quindi a far diminuire questa distanza, più il senso di autostima è integrato e meno bisognoso di consensi.

All'interno di Facebook è possibile trovare molto spesso persone che tendono a dare un'immagine idealizzata di sé o a costruire un vero e proprio falso sé cibernetico, ovvero un modo di essere e di rappresentare se stessi in maniera molto diversa dalla vita reale. Si parla di una rappresentazione di sé fittizia che va per così dire a coprire il vero sé, quegli aspetti di personalità più autentici e spontanei dell'individuo. Una sorta di maschera, una finzione che potrebbe essere tipico degli attori quando recitano una parte, oppure di quei soggetti che cercano di impersonare atteggiamenti e comportamenti di un tipico ideale estetico.

Tutto questo può avvenire nella vita reale, ma è assolutamente più semplice in quella virtuale, dove l'interfaccia del monitor crea una struttura difensiva naturale per nascondere la propria immagine corporea. Quando l'immagine corporea emerge nella rete è molto spesso distorta o selezionata con solo alcune informazioni personali, foto e video, proprio per assecondare un personale ideale estetico. Questa tendenza è tanto più vera quanto più ampia è la discrepanza tra ciò che si è nella vita reale e ciò che viene rappresentato nella realtà virtuale.

In linea con il pensiero interazionista simbolico di Mead, in conclusione, il soggetto appare riflesso della sua immagine negli altri: centomila relazioni che producono centomila personalità in rete, all'interno dei diversi social media, come nelle diverse dinamiche quotidiane. Siamo obbligati ad esibire un self non perché realmente lo possediamo, ma perché obbligati dalla società a comportarci come se l'avessimo. I ruoli sociali, le rappresentazioni, i luoghi culturali, sono funzionali a trasmettere l'impressione che vi sia un'immagine ultima e definitiva che gestisce tutto: l'identità. Secondo Goffman, che estremizza il pensiero di Mead, il sé non è il risultato di un processo esclusivamente interno all'individuo, ma scaturisce dalla scena della sua azione. Il sé viene costruito all'interno di cornici (frames) meta-comunicative, è un effetto drammaturgico della rappresentazione teatrale della vita. La pervasività delle nuove tecnologie del XXI secolo ha modificato la

percezione non solo della realtà in cui vive, ma anche l'essenza della sua unicità, ovvero la sua identità. Quest'ultima è stata plasmata a misura d'uomo virtuale, adattata alla fenomenologia della rete e riscritta sullo schermo di un computer, perdendo la propria fissità e fisicità per esprimere, libera dai vincoli del corpo, i suoi molteplici sé. L'ipotesi generale vede Facebook come un contesto non anonimo, che presenta forti livelli di ancoraggio con la realtà offline, in cui gli utenti adottano comportamenti comunicativi riflessivamente orientati alla presentazione di sé e alla gestione delle proprie reti sociali in termini di pubblico/audience. Il vissuto è il contesto che incornicia l'esperienza e la rende comunicabile e condivisibile con gli altri. La *self presentation* rappresenta una componente essenziale del vissuto comunicativo in un social network come Facebook, che si è radicato profondamente nell'esperienza quotidiana, familiarizzando a una presentazione di sé rivolta a un'audience, in una condizione di rappresentazione senza pubblico e senza attenzione, in cui tale rappresentazione non comporta responsabilità. I sé di Facebook sembrano essere identità desiderabili socialmente che gli individui aspirano ad avere anche offline, ma che non sono ancora stati in grado di interiorizzare per un motivo o per un altro.

Non si tratta quindi di concentrarsi sull'autenticità o meno del sé, ma sul fatto di avere a che fare con un ambiente che rende possibile trattare le possibilità diverse del Sé, attraverso strategie differenti di gestione dell'identità. In questo senso diventa chiaro quanto sia importante questa gestione nel tempo a partire dalle possibilità offerte dalla piattaforma nella sua evoluzione e, contemporaneamente, dall'evoluzione delle biografie dei singoli individui.

Le relazioni che si instaurano attraverso le attività comunicative nei diversi social network, hanno preso ad autenticare l'identità e a portare il soggetto a raccordare la presentazione di sé alle proprie cerchie sociali, sia dal punto di vista della gestione dei contatti, sia dal punto di vista del tipo di contenuti da condividere o non condividere. In tal senso, l'investimento dell'utente sui suoi legami sociali nelle piattaforme dipende dalla gestione dei contenuti.

I social network sono divenuti luoghi di simulazione anonima, agganciati alla realtà quotidiana.

Capitolo 3: L'individuo deprivato

3.1 L'individuo deprivato, tra farmacologia e psicoterapia.

Vorrei partire dalle conclusioni, ovvero dalle conseguenze a cui si giunse inevitabilmente dagli anni '80 del secolo scorso.

Un fenomeno di delusione culturale rispetto alle attese che la psicanalisi aveva suscitato, promettendo risposte sulla complessità del pensiero umano e sulla terapia della malattia mentale: si assistette alla frammentazione non tanto delle teorie quanto dei metodi e delle tecniche che, al di fuori di una visione globale del funzionamento mentale, si dividevano in mille rivoli anche all'interno di uno stesso paradigma.

La psichiatria europea e quella americana cercavano nuovi modelli che spiegassero la malattia mentale, il suo decorso e i suoi esiti. Superata l'impostazione psicosociale della psichiatria ufficiale, si intrapresero studi e ricerche sull'eziopatogenesi, sul decorso e sugli esiti delle psicosi e della schizofrenia in particolare. Joseph Zubin⁴⁵, nel tentativo di superare lo stallo in cui si trovava la psichiatria, bloccata tra le descrizioni fenomenologiche e i modelli eziologici genetici e ambientali, entrambi insufficienti, propose con il concetto di vulnerabilità⁴⁶, il suo modello patogenetico. La malattia sarebbe il risultato di una molteplicità di fattori: innata, acquisita, oltre che biologica e ambientale..

In tal modo essa è vista come variazione quantitativa e non qualitativa della sanità, non troppo lontana dalle nascenti teorie sulla personalità delle neuroscienze, e che

⁴⁵Zubin, J., con Spring, B., ha descritto il concetto di vulnerabilità come il risultato di fattori genetici, ambientali, di apprendimento e di relazione sociale. Ogni persona ha la sua soglia per lo sviluppo di problemi psicopatologici, e a persone con una bassa soglia sono sufficienti eventi stressori di bassa entità, mentre alle persone più resilienti una reazione psicopatologica (o problemi meno gravi) accade solo in caso di eventi catastrofici di lunga durata.

⁴⁶Per maggiori indicazioni e spunti, si veda B. Pelletti, E. Monducci, *Vulnerabilità*, in *Il sogno della farfalla*, 2, 2002, pp 48-63

giustifica l'uso degli psicofarmaci, di seconda e terza generazione, che le case farmaceutiche si affrettano a commercializzare.

Occorre sottolineare che la complessificazione delle scienze e della conoscenza hanno evidenziato tanti altri fattori implicati nella salute e nella malattia, hanno reso più complesso l'uomo, gettando sempre più luce sui suoi dinamismi e costruendo un'immagine di sé che non aderiva a quella di una macchia ma di un sistema complesso di psiche, corpo, ambiente in continua interazione tra loro.

Occorre pertanto una serie di riflessioni, a cui è dedicato questo paragrafo, in omaggio a quanto il progresso in questo campo della salute, oltre a sottolineare l'insufficienza di tale concezione riduttiva, di un uomo macchina, ha provato anche a complessificare la visione della sofferenza mentale. Da qui, una certa differenza tra i modi di operare della psichiatria e della psicoanalisi ad esempio, e una complessificazione dell'apparato psichico dell'uomo, non riconducibile più semplicemente all'organo cervello.

A partire da questi aspetti differenti che si radicavano nelle forme della cura e del prendersi cura, le prospettive da cui osservare e a partire dalle quali andrebbe affrontata la sofferenza mentale sono diverse, ma sono state proposte come antagoniste, semplicemente con presupposti diversi alla base, che vedono aspetti della medesima complessità.

Non è intento di questo contributo prendere posizioni precise rispetto ad un approccio piuttosto che ad un altro: importante piuttosto comprendere che la complessità dell'oggetto-soggetto di indagine è stata tale che le prospettive da considerare sono molteplici. Ne è venuta tuttavia e malgrado tutto, anche una ricchezza, nell'integrazione a posteriori di tale complessità, perché proprio questa complessità è propria dell'individuo e della sua sofferenza mentale.

E' opportuna, si diceva, una riflessione in proposito, proprio rifacendosi a quanto esposto precedentemente⁴⁷, rispetto ai modelli di intervento. Si tratta di due tipologie, di tipo correttivo ed ermeneutico: la prima, correttiva, per riportare allo stato iniziale, eliminare la crisi, lavorare sul sintomo; la seconda, ermeneutica in funzione della comprensione e interpretazione del disagio, ovvero il lavoro sulla struttura che determina il sintomo.

Nel dibattito, più ancora che nel dibattito in cui si sono trovate la scienza medica e le aree psichiatrico psicoterapeutiche, oscillando nella dicotomia farmaco - psicoterapia, i modelli psicoterapeutici si sono distinti in due gruppi: le psicoterapie di tipo ermeneutico – interpretativo, come la psicanalisi, e le psicoterapie di correzione del comportamento o dello schema disfunzionale, simili alla farmacoterapia per obiettivi e finalità terapeutici.

La differenza principale tra questi due gruppi di interventi psicoterapici è tale per cui la farmacoterapia, orientandosi esclusivamente al controllo del sintomo, è una terapia sintomatica. Con il farmaco l'esperienza soggettiva del soggetto non è chiamata in causa. Un esperto evince segni e sintomi, fa un quadro descrittivo chiaro che porta ad una diagnosi e che si conclude con il prescrive il farmaco. Il soggetto si limita a chiedere allo specialista cosa c'è che non va, il medico offre la cura e si prosegue. Anche in alcune forme di psicoterapie come quella di natura correttiva come la psicoterapia comportamentale, ad esempio, il modello di intervento è molto vicino a quello della psichiatria, un protocollo per ciascuna problematica portata per normalizzarne i sintomi.

Le psicoterapie psicanalitiche partono da un presupposto diverso e hanno un obiettivo terapeutico diverso rispetto a quello dell'eliminazione del sintomo. C'è il riconoscimento di un dato che cambia completamente: la prospettiva della farmacoterapia come delle psicoterapie correttive, è che il disturbo, il sintomo abbiano un senso e un significato, in quanto sono la manifestazione di un disagio

⁴⁷ Cfr. Cap. 2, Psichiatria e psicoterapia

interiore, di un malessere più o meno grave che può essere compreso. Questa comprensione può avvenire solo se si trova il senso nella storia della persona che è portatrice di quel disagio.

La farmacoterapia esula da questo senso ed esclude il senso del soggetto. Nell'ottica della psicanalisi, dunque, c'è un'inversione. Lo specialista rimanda al paziente la parola, perché il paziente possa essere messo al centro della sua sofferenza e poterla comprendere e lavorare sulle dinamiche che la determinano e sostengono. Dietro la depressione, allora, lo psicoterapeuta psicanalitico sbroglia elementi, dinamiche che animano la stessa depressione ad esempio, lavorando su quegli elementi.

A partire da queste precisazione, è chiaro quanto sia diverso il tipo di intervento e quanto queste differenza coinvolgano sia lo specialista sia il paziente. Entrano in gioco quindi diversi elementi, possibilità, disponibilità da parte del soggetto che chiede aiuto.

L'intervento farmacologico o quello psicoterapeutico hanno come discriminante non la gravità diagnosticata del paziente, bensì la possibilità terapeutica, e la differenza quindi non si basa tanto sulla gravità, ma sulla possibilità del soggetto di poter accedere alla sua storia di sofferenza, poterci lavorare e poter cambiare la struttura che è alla base del sintomo; in caso contrario quando queste possibilità, risorse o disponibilità non sussistono, diventa complesso accedere ad una psicoterapia di tipo analitico.

La psicanalisi ha dato una nuova concezione di gravità; la cosa più grave è l'impossibilità del paziente di poter accedere alla sua sofferenza, poterla pensare, lavorare, elaborarla, indipendentemente dal tipo di problematica che porta, agisce o esprime.

Alcune approssimazioni sembrano legittimare l'affermazione secondo cui la farmacoterapia cura alcune cose e la psicoterapia altre, facendo differenze

imprecise e confuse, e vedendo nel farmaco reali proprietà terapeutiche perché concreto, e magari nella psicoterapia un solo metodo di supporto.

Rivolgersi a un aiuto farmacologico, significa maggiormente far saltare la possibilità di essere incluso come soggetto sofferente all'interno della personale storia di disagio, che si esprime con un sintomo o più sintomi, condotte disturbanti o invalidanti. Il farmaco interpella un altro che lo prescrive come colui che sa cosa e come fare affinché il malessere scompaia. Il potere è dell'altro e nell'altro è la possibilità di estirpare il male quasi senza che questo malessere faccia interrogare il soggetto sulle sue ragioni di esistere e svilupparsi.

Tutto il malessere psichico e anche le alterazioni organiche che questo può produrre (portando il paziente ancor di più a concentrarsi sul corpo e a ricercare terapie che eliminino quel sintomo invece che comprenderne la natura, così come l'ansia, l'angoscia etc., nascono nell'atto stesso in cui il soggetto si interroga.

Le sovrapposizioni diventano molte e problematiche: nelle psicosomatosi, ad esempio, è ancora più legittimata l'attenzione rivolta al corpo e quindi una ricerca di una cura del e sul corpo. Molti disagi psichici non hanno altra possibilità che quella di esprimersi attraverso il corpo e il pensare che quel malessere nel corpo, possa essere legato ad un disagio emotivo, è un passaggio molto complesso e difficile per il paziente, in quanto la possibilità di pensarlo implica un passaggio da un pensiero sul corpo ad un pensiero sul senso del malessere e quindi un cambio di prospettiva che pone il soggetto al centro del malessere stesso, obbligato ad interrogarsi su di esso. Molti disturbi possono avere cause psicologiche ed essere legati a movimenti interni, disagi più profondi che sarebbe necessario illuminare.

Concentrarsi esclusivamente sul sintomo che emerge, significa spesso, tralasciare aspetti più profondi della storia di quel sintomo. Molti pazienti infatti non hanno la possibilità, né le risorse interne per accedere a un pensiero, dal momento che tutto è concentrato sul corpo, e quindi risulta spesso difficile per loro beneficiare di una psicoterapia di tipo psicanalitico.

Il percorso auspicabile da sempre sarebbe quello di accompagnare il paziente, dopo trattamenti e supporto psicologici, a comprendere che la natura del suo problema può avere una radice differente e a orientarsi quindi verso un lavoro che dal corpo vada sempre più nella direzione che includa il corpo stesso, e il sintomo espresso attraverso di questo, nella sua storia personale, coinvolgendo un pensiero psicologico e anche un intervento in questa direzione più adeguato.

Il sintomo stesso è indicativo di un movimento sottostante che lo determina. È importante capire, nonostante i differenti livelli di complessità e profondità propri dei rispettivi interventi, che la psicoterapia e la farmacoterapia sono due livelli di interventi diversi, per il disturbo mentale e per le manifestazioni dello spettro della sofferenza psichica nelle loro differenti sfumature di gravità.

Ogni intervento è sempre anche una questione etica nei confronti della persona sofferente, e il sintomo può essere considerato lo spostamento dell'atto stesso di interrogarsi, da parte del soggetto, sul suo malessere.

Non si può che affermare che la strada della farmacoterapia o delle psicoterapie rivolte al sintomo e alla sua eliminazione, ha condotto indubbiamente e sostanzialmente a sedare o eliminare il sintomo, il quale peraltro può trovare a sua volta un altro modo di esprimersi.

Quando la strada percorsa diventa quella della comprensione delle motivazioni per cui il sintomo emerge, il lavoro è inevitabilmente più profondo, complesso ed è proprio per questo che possono nascere paura, mistificazioni e scetticismi, che sono sostenuti dalla paura stessa, evidentemente forte, che nasce nel momento in cui l'individuo si scopre al centro della sua sofferenza con la possibilità di comprenderne il senso che nella malattia mentale sembra non essere possibile trovare.

All'epoca a cui è sottesa questa serie di considerazioni, è risultato più tranquillizzante eliminare i segnali che continuamente si presentano al cospetto della persona sofferente

Spostare, nascondere, distorcere, deformare, sono tutti atti volti ad allontanare immagini, sentimenti, fantasie, dolori che trovano nei sintomi l'unico modo per scaricare l'energia psichica a cui sono legati. Queste possibilità e disponibilità vanno sicuramente rispettate e va offerto al paziente che soffre e porta una domanda di aiuto ciò che per lui sembra essere meglio e che per lui è più accessibile, almeno in quello specifico momento.

Così l'impostazione, la tendenza farmacologicizzante e patologicizzante, ha oscillato effettivamente tra onnipotenza e impotenza, tra illusione e disillusione, tra speranza e disperazione, tra conformismo e pseudoidentità, tra aspirazioni illimitate e cinismo. E con lei è emerso un individuo deprivato di sé e del senso dei suoi malesseri.

3.2 II DSM

Rifacendosi al Manuale diagnostico dei disturbi mentali, redatto nel 1952⁴⁸, si andò avanti verso il recupero del modello medico di malattia mentale e di un metodo diagnostico condivisibile. Nel 1980, con lo scopo dichiarato di fornire uno strumento utile per il trattamento dei pazienti, in diversi ambiti clinici e per l'istruzione degli operatori sanitari, l'American Psychiatric Association pubblicò il Manuale diagnostico statistico III⁴⁹.

Un manuale descrittivo e ateorico, rispetto all'eziologia, che si fonda sulla valutazione e descrizione di sintomi direttamente osservabili e che direttamente

⁴⁸La prima versione risale al 1952 (*DSM-I*) e fu redatta dall'American Psychiatric Association (APA), come replica degli operatori nell'area del disagio mentale all'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), che nel 1948 aveva pubblicato un testo, la classificazione ICD,^[1] esteso pure all'ambito dei disturbi psichiatrici.

⁴⁹Da allora vi sono state ulteriori edizioni: nel 1968 il *DSM-II*, nel 1980 il *DSM-III*, nel 1987 il *DSM-III-R* (edizione rivisitata), nel 1994 il *DSM-IV*, nel 2000 il *DSM-IV-TR* (testo revisionato) e nel 2013 il *DSM-5* (il passaggio dalla numerazione romana a quella araba è dovuto al fatto che «i numeri romani potrebbero risultare limitanti» per la numerazione di successive revisioni o aggiornamenti

riduce fino a eliminarla l'inferenza clinica, la possibilità che lo psichiatra deduca dal rapporto col paziente la sua patologia.

Cercando di distinguere nettamente la patologia dalla sanità, e di arrivare a un sistema diagnostico accettato da tutti, non si riesce però a superare il modello nosografico kraepeliniano⁵⁰, e non ci si discosta da una visione della malattia mentale come lesione organica. Esso svuota di senso la pratica clinica, riducendo al minimo il rapporto medico-paziente. Si dimenticano sintomi e segni importanti nella clinica psichiatrica, favorendo la confusione tra ciò che è osservabile direttamente e ciò che è clinicamente rilevante. Il risultato è che il Manuale venne accusato di patologizzare la normalità.

Il riduttivismo della farmacoterapia conduce verso l'idea che la malattia mentale è malattia del cervello, e che, al di là delle diagnosi e della situazione esistenziale, c'è un comune movimento dei neurotrasmettitori, unico aspetto al quale lo psichiatra deve rivolgersi.

In realtà, sono ormai numerose le prove empiriche sull'efficacia, nella depressione, di interventi non farmacologici. Al successo degli antidepressivi, segue quello degli antipsicotici. Si tende a non mettere a fuoco la patologia e a limitarsi a un elenco di sintomi, in linea con il nuovo DSM, per cui nella prassi la consanguineità è un approccio farmacologico assolutamente sintomatico. Il rischio di divenire erogatori di farmaci è evidente.

Tuttavia, l'uso a scopo preventivo anche nei bambini, mantiene in atto la cultura della droga, della risoluzione rapida e passiva di forme maniacali e depressive, e anche di disturbi in reazione a fatti di vita. Si va alla ricerca della felicità a tutti i costi, di una efficienza assoluta e totale nella quale non c'è spazio per elaborazioni, autocritica, sofferenza e un lutto, non si distingue la malattia vera e propria dalla fisiologica reazione alla vita.

⁵⁰Kraepelin, E., (1856 –1926), psichiatra e psicologo tedesco. elaborò concetti quali parafrenia, demenza precoce, ebefrenia e catatonìa, dando loro una valida spiegazione. Fu pioniere del concetto di malattia nella psichiatria basata su tre elementi quali: psicopatologia descrittiva, eziologia organica e storia naturale. Attraverso i suoi scritti mostrò una reale comprensione per le variabili psicologiche legate all'ambiente ed elencò, tra i primi, situazioni cliniche in cui fattori sociali svolgevano un ruolo predominante.

3.3 Trasformazioni negative e patologia dell'identità

Con gli anni del nuovo secolo, si manifesta la crisi di tutti i paradigmi forti che dagli anni '50 si erano contesi la leadership teorica e clinica in psichiatria.

Il fallimento della psicanalisi e la difficoltà di procedere in campo psichiatrico con un metodo di ricerca diverso da quello legato al dato sperimentale oggettivo spingono verso la via che sembra più facile, come già esposto. I gravi e a volte irreversibili effetti collaterali degli psicofarmaci, sia sul fisico, sia sulle funzioni cognitive, a fronte di una efficacia non eclatante, avevano già fatto scemare l'entusiasmo con cui era stata accolta l'era della farmacologia.

Prendersi cura sembra l'unico concetto capace di produrre un'unificazione tra le varie correnti scientifico culturali e le pratiche cliniche socio assistenziali che lo accompagnano riunificano almeno in parte, i diversi interventi. Non c'è più un paradigma forte. La psichiatria non è riuscita a realizzare un corpus teorico scientifico e una prassi clinico terapeutica coerenti e unitari. Anzi, somiglia a un libero assemblaggio di un insieme di nozioni teoriche e pratiche che si riflettono in una moltitudine di identità parziali e frammentarie .

La prospettiva costruttivistica e fenomenologica porta a guardare alla differenziazione personale come a una conquista evolutiva basata sullo sviluppo della coscienza, il che permette di dire che si tratta di una costruzione mai definitiva e conclusa, non priva quindi di fragilità e possibili regressioni. La patologia dell'identità si esprime come paralizzante sentimento di estraneità, esperienza angosciata accompagnata da presentimento di una catastrofe imminente.

L'etnologo De Martino⁵¹ ha ben messo in evidenza come la fragilità sia, fin dalle origini, un carattere costitutivo dell'identità. Nella crisi della presenza, analizzata nel suo studio *Il mondo magico*⁵², viene meno la distinzione tra presenza e mondo che si fa presente, un vissuto angoscioso, che esprime la volontà di esserci come presenza davanti al rischio di non esserci. Quando, come accadeva in quegli anni, che traghettavano ineluttabilmente la realtà individuale e sociale verso nuove esigenze, svincolate e irriducibili a mero riduttivismo, l'individuo è chiamato a uno sforzo più altro del consueto, si evidenzia la labilità della costruzione e insorge il dramma magico, che si configura pertanto come la lotta dell'esserci, attentato e minacciato, e il relativo riscatto realizzato attraverso la creazione di forme culturali definite. Il DSM III, che cerca di fornire le classificazioni, le più obiettive e condivisibili dalle varie scuole psichiatriche, presenta un quadro caratterizzato da anomalia o alterazione delle normali funzioni integrative (identità, memoria, coscienza).

L'impossibilità di esporre col pensiero e col linguaggio polare il vissuto delle esperienze estetiche-erotiche-mistiche è alla base di tutte e forme di richiamo all'esperienza diretta, di ammonimento a difficidare della parola e all'uso di una pedagogia dell'assurdo, presenti in tanti esempi del pensiero orientale, in quanto l'elusività della vita stessa, nel suo non lasciarsi determinare in una considerazione unilaterale, che esige la presa di contatto con ciò che per l'intelletto discriminante è assurdo, irrazionale, inespriabile.

⁵¹De Martino, E., (1908 – 1965), antropologo, storico delle religioni e filosofo italiano. Cercò anche di avviare una "storiografia delle società inferiori", che permettesse un approfondimento della conoscenza della civiltà moderna mediante il confronto con quelle tradizionali. Egli individua il prodursi del sacro nel superamento dei "momenti critici dell'esistenza", ovvero delle crisi in cui, specie per quel che riguarda il mondo etnologico, è minacciata la presenza stessa (intesa come centro operativo del pensare e dell'agire umani). Tale superamento viene operato mediante l'iterazione rituale di un modello mitico originario, che sottrae quei momenti alla loro storicità.

⁵² De Martino, E., *Il mondo magico. Prolegomeni a una storia del magismo*, 1948

3.4 La crisi delle teorie riduzionistiche

Il quadro culturale che contraddistinse la fine dell'Ottocento, aveva portato, nella sempre maggiore importanza del progetto di controllare e manipolare la natura, all'idea dell'io come suo dominatore. Un dominio da estendere a tutte le dimensioni del vivere umano, e quindi anche alla psiche e alla personalità, insieme alla volontà di liberarsi dai condizionamenti della natura e di affermare il progresso inarrestabile e pressoché illimitato della conoscenza umana. A determinare il concetto di scienza era intervenuto il segno tangibile di un passaggio all'universo della precisione.

Ci si era trovati al cospetto di una vera e propria svolta antropologica garantita dalla teoria evoluzionista. Il dato ricavabile dalla teoria che si era affermato con maggior successo nell'applicazione alla psicologia come disciplina scientifica, era stato il concetto di adattamento: l'evoluzione di una specie come risultato di specifiche strategie di adattamento dell'individuo al contesto di riferimento volta a volta dato. La ragione del successo della mentalità evoluzionista applicata alla psicologia si riscontrò nella circostanza che consentì il passaggio da una concezione strutturale della coscienza a una concezione funzionale dell'io e del sé.

La coscienza veniva sempre più ridotta in singole parti parziali, fino a giungere all'individuazione di ciò che è determinante per la personalità in strutture che non sono più interne alla coscienza, ma *esterne* ad esse

Il funzionalismo evoluzionista aveva messo in evidenza l'adattabilità della mente alle esigenze espresse dall'ambiente e quindi il costante sviluppo della nozione di coscienza: la coscienza pensata come un dato di personalità in costante evoluzione. Tuttavia, pensare la coscienza come un elemento in evoluzione costante, come una funzione dello sviluppo del contesto di riferimento, ebbe quale diretta conseguenza la riduzione dello spazio di autonomia riservato alla coscienza stessa. E difatti la coscienza perse progressivamente il requisito dell'autonomia, in quanto condizionata dalle regole e dalle leggi ambientali; non poteva essere libera, bensì vincolata alle leggi di un succedersi necessario, a un determinismo psichico di processi.

Tuttavia, se la psicologia che si volle obiettiva e riduzionista stava espellendo la coscienza dal proprio vocabolario, è certo significativo che le scienze neurologiche, con gli studi e le scoperte relativi alle strutture nervose implicate nell'attivazione corticale e nell'elaborazione delle informazioni, alla psicobiologia del sonno e del sogno, alla separazione chirurgica degli emisferi cerebrali, all'impiego sempre più preciso di vecchie e nuove sostanze psicotrope e psichedeliche, dettero un contributo alla riabilitazione della coscienza come oggetto di considerazione scientifica meno dubbioso della propria identità scientifica di quanto non fosse quello psicologico.

Nella svolta che avrebbe caratterizzato il passaggio verso la crescenta inesorabile attenzione al mondo delle emozioni, contò molto la resistenza di un lungo periodo, da parte degli psicologi, che trovavano ridicola l'idea che lo studio delle emozioni potesse essere una parte importante del loro lavoro. Ansiosi, anzi, di liberarsi del mondo interire dell'esperienza, affascinati dal nuovo comportamentismo allora di moda, profetizzavano che l'emozione sarebbe presto scomparsa dalla scena scientifica, come fenomeno vago e inosservabile, un residuo del passato prescientifico. La speranza di eliminare le emozioni dal discorso psicologico poggiava su due speranze di carattere più generale: quella del trionfo di un comportamentismo radicale, che avrebbe rimpiazzato tutte le spiegazioni delle attività interpretative della creatura con forme di input di stimoli e conseguenti reazioni comportamentali; e quelle del trionfo del riduzionismo fisiologico, vvero di una concezione fisiologica che rendesse del tutto superfluo il riferimento all'intenzionalità e all'interpretazione.

Si presumeva che tutto il non osservabile si sarebbe dimostrato inutile nella spiegazione psicologica, e che le spiegazioni basate su desiderio e credenza sarebbero state sostituite da spiegazioni basate su stimolo e reazione, in cui i pensieri e le interpretazioni della creatura sarebbero stati lasciati da parte, e con questi le emozioni.

Quei semplicistici modelli di comportamento tuttavia, continuarono a dimostrarsi inadeguati come teorie predittive ed esplicative. Si giunse a riconoscere che i

modelli stimolo/reazione dovessero essere sostituiti da quelli stimolo/organismo/reazione, di ben maggiore complessità.

Il programma di ricerca psicologica sulle emozioni durante gli anni '60 e '70 proseguì nella situazione di persistenza e resistenza del riduzionismo fisiologico, a cui dette una mano la concezione idraulica dell'emozione, come contrapposizione aggressività-frustrazione, caratteristica della prima psicanalisi freudiana.

I risultati delle nuove teorie non riduzioniste sono consistiti nella teoria dell'impotenza appresa e del fallimento del controllo⁵³, teorie per le quali il comportamento non può essere spiegato senza attribuire una ricca vita cognitiva del soggetto emotivamente caratterizzato. Le emozioni sono forme di intensa attenzione e coinvolgimento, in cui il mondo è valutato nel suo rapporto con il sé.

Ed è ciò che la Pert e il suo gruppo di studio compiutamente dimostrò con la sua teoria delle emozioni.

Candace Pert⁵⁴, in un saggio pubblicato sul *Journal of Immunology*,⁵⁵ infatti, affermò che lo schema dei recettori di neuropeptidi nelle regioni cerebrali che regolano lo stato d'animo, come pure il ruolo di questi nel mediare la comunicazione attraverso l'intero organismo, rende i neuropeptidi i naturali candidati alla mediazione biochimica delle emozioni: ogni neuropeptide potrebbe suscitare un *tono unico*, [unique tone] equivalente ad uno stato d'animo. All'inizio del lavoro, la Pert presupponeva realisticamente che le emozioni fossero nella testa o nel cervello, ma dovette giungere a verificare che sono anche nel corpo. Le emozioni si esprimono nel corpo e sono parte di esso. Non si poteva più operare una distinzione netta tra cervello e corpo.

Ciò che intendeva sostenere era che anche l'immunologia fa parte di questo sistema concettuale e non deve essere considerata una disciplina separata. Una

⁵³ Seligman, M., (1942 -), psicologo e saggista statunitense. È considerato il fondatore della psicologia positiva.

⁵⁴Pert,C., (1946 – 2013) , neuroscienziata e farmacologa statunitense: ha dimostrato l'esistenza dei recettori per gli oppioidi, il sito di legame cellulare per le endorfine nel cervello.

⁵⁵Neuropeptides and their receptors: a psychosomatic network. CB Pert, MR Ruff, RJ Weber and M Herkenham, *J Immunol* August 1, 1985, 135 (2) 820-826;

proprietà fondamentale del sistema immunitario è che le cellule di cui si compone sono mobili. Per il resto, esse sono identiche alle cellule cerebrali stabili, dotate di nucleo, membrana cellulare, e tutto l'insieme dei recettori.

SECONDA PARTE:
NUOVI VALORI

Capitolo 1: Nuovi modelli

1.1 Coniugare pensiero economico e welfare

Dagli anni '90, per quanto di interessante e rilevante pertiene all'oggetto di questo lavoro si diffuse una pro-positività nuova nel dibattito filosofico e antropologico, che si sviluppò soprattutto negli Stati Uniti, consistente nel desiderio legittimo e desiderabile, che si sperimentassero strategie per il welfare. Martha Nussbaum,⁵⁶ prese una posizione emblematica, evidenziando come la soluzione migliore per una società liberale, risiedesse nel descrivere i diritti fondamentali come un insieme di capacità, o possibilità di operare, in alcuni ambiti di particolare importanza. Ogni società dovrebbe garantire ai suoi cittadini un livello minimo di possibilità di base per operare in alcuni aspetti fondamentali della vita. Tutelare la dignità e il benessere di tutte le persone entro i propri confini. Poter vivere fino alla fine di una vita umana di durata normale, e non morire quindi prematuramente, o prima che la vita stessa sia ridotta al punto di non poterla più vivere. Poter essere in buona salute, compresa la capacità di procreare. Potersi muovere liberamente. E ancora, poter esperire attaccamento affettivo a cose e persone al di fuori di se stessi, anzi, non vedere soffocato il proprio sviluppo emotivo; potersi formare una concezione del bene, impegnare nella riflessione critica sulla pianificazione della propria vita. Poter immaginare le emozioni dell'altro. Il fermento filosofico scientifico promosse slatentizzandola, la contrapposizione dell'indagine sull'umano prosperare e sulle condizioni materiali e sociali, alla ricerca di una sottile e sfaccettata ridefinizione. Un interesse a riconsiderare esplorandola criticamente, come era stata vissuta e interpretata nella storia del pensiero la schiera dei dolori dell'essere umano: dallo stoicismo a Kant, che aveva indicato la tranquillità d'animo come forza della virtù, sosteneva che

⁵⁶ Nussbaum, M., (1947 -), filosofa e accademica statunitense, studiosa di filosofia greca e romana, filosofia analitica, filosofia politica, etica, femminismo e diritti degli animali.

quest'ultima presuppone l'apatia, e che ciò costituisce lo stato di buona salute della vita morale.

Per Freud erano le patologie a dover essere curate, non certo il senso della vita: la sua attitudine era riservata alla sopportazione della sofferenza, pensando che in ogni caso si potesse pervenire a sopportare la vita con moderata infelicità⁵⁷. Jung diversamente, cominciò a sospettare che dietro molte sofferenze psichiche ci fossero non vere patologie, ma al contrario il problema di una mancanza di direzione, di un senso che produceva una sofferenza esistenziale, che a sua volta si esprimeva in una sintomatologia aspecifica

La questione ebbe e conserva fino all'attualità, un peso clinico di primaria importanza: quanto gli uomini dello spirito, di ogni tempo e cultura⁵⁸ hanno cercato e cercano nella connessione con le altre generazioni, con il mondo e con il divino, la sorgente della felicità possibile, e quindi della risposta al dolore.

Si ricercavano elementi trasformativi, in un ponte di interazione tra la realtà della condizione umana e la possibilità di ampliarne gli orizzonti per una migliore stabilità psicosociale. Si cominciarono a introdurre concetti come l'immaginazione compassionevole, per fornire informazioni essenziali alla pianificazione economica, che mostrassero il significato umano della sofferenza e delle privazioni nei diversi gruppi con cui venire in contatto. Si mise in evidenza l'importanza che i modelli economici formali tenessero conto delle informazioni contenute in atteggiamenti compassionevoli, e si disse che i pianificatori dello sviluppo rivelano della complessiva economia politica ben più di quello che dicono gli approcci di per sé. Che devono sapere in realtà come le risorse economiche stiano sostenendo l'operare umano e come si potrebbe fare con maggiore efficienza. Per questo, l'economista Amartya Sen⁵⁹ ha sostenuto che al centro dell'attenzione, nell'economia e nel welfare dello sviluppo non devono

⁵⁷Freud, S., *La morale sessuale culturale e il nervosismo moderno* (1908), tr. It. *La sessualità*, Mondadori, Milano, 1988

⁵⁸ Cfr Jung, C.G. *Il libro rosso, liber novus* (1914-1930), 1959. Scritto da Jung fra il 1914 e il 1930, il cui confronto serrato tra lo spirito del tempo e lo spirito del profondo apre il testo, dopo una serie di citazioni bibliche

⁵⁹Sen, A., (1933 -) economista, filosofo e accademico indiano, Premio Nobel per l'economia nel 1998,

esserci le risorse in quanto tali, ma il loro ruolo nel sostenere le capacità di operare degli esseri umani

L'idea era che lo sviluppo sia un problema umano. Piuttosto che considerare l'economia come un motore della vita propria, si dovrebbe guardare a quel che fa per le persone in diversi ambiti della vita. In questa prospettiva integrale, includere l'emozione non significava rinunciare a produrre modelli scientifici dell'azione dell'uomo. Significava che la scienza doveva essere sensibile ai fatti della psicologia umana.

1.2 Ritorno all'intenzionalità

Il concetto di intenzionalità, sviluppato dalla Scolastica medievale, era stato ripreso e ampliato da Brentano. Secondo la Scolastica, l'intenzionalità è una caratteristica propria della *voluntas*, della volontà, e non si attribuisce *intentio* a tutti gli altri atteggiamenti del soggetto, mentre per Brentano ogni atteggiamento è un rapportarsi a. Con intenzionalità Brentano intese designare la caratteristica distintiva dei fenomeni mentali, a differenza dei fenomeni da lui invece chiamati fisici. I fenomeni definiti mentali sono atti o atteggiamenti mentali:

“Udire un suono, vedere un oggetto colorato, sentire caldo o freddo ed altri stati analoghi dell'immaginazione sono esempi di rappresentazione. Anche ogni giudizio, ogni ricordo, ogni attesa, ogni inferenza, ogni convinzione o opinione, ogni dubbio. Sono comprese anche le emozioni: gioia, dolore, timore, speranza, coraggio, disperazione, rabbia, amore, stupore, ammirazione, disprezzo⁶⁰”.

Il carattere intenzionale di un atto mentale consiste nel suo essere diretto verso un oggetto al suo interno

Rimaneva aperta la questione di come fosse possibile una relazione tra un atto mentale e l'oggetto, nel caso in cui il secondo termine non esista. Il problema che

⁶⁰Brentano, F., *La psicologia dal punto di vista empirico*, op. cit.

Brentano lasciò in eredità, ricevette una definizione essenziale nella *Fenomenologia* di Husserl, per la quale i fenomeni contengono già in sé intenzionalmente un oggetto. Per la coscienza, il dato resta quello che è, sia che l'oggetto esista, oppure che esso sia solo immaginario o addirittura assurdo

Secondo Husserl un atto mentale è un atto conferitore o donatore di significato; un proferimento linguistico in quanto tale non è un atto mentale: è l'essere informato da un atto mentale che gli conferisce significanza. Questo atto mentale conferitore di significato non sta dietro l'atto fisico di produzione delle parole. Piuttosto, è un singolo atto, quello di proferire parole come aventi certi significati che ha due aspetti costituenti: uno fisico e l'altro mentale.

Prescindendo dall'esistenza o costituzione del mondo esterno, concentrandosi solo sull'atto mentale, incuranti dell'esistenza dell'oggetto, il carattere intenzionale dell'atto mentale resta inalterato. In questo modo Husserl tentò di dare una soluzione al problema di Brentano: una percezione illusoria non è un problema, perché ha la caratteristica dell'intenzionalità al pari di quella veridica, ma è priva di oggetto attuale (riferimento esterno)

Attraverso la spiegazione husserliana, si stava attuando l'intenzionalità delle emozioni, ovvero la spiegazione evoluzionistico fenomenologica di come le emozioni giungano ad avere un significato nella vita dell'uomo.

In questo modo, le emozioni emergono quali forme di intensa attenzione e coinvolgimento, in cui il mondo è valutato in termini soggettivi e cognitivi. L'attenzione a questo approccio fenomenologico portò con sé l'interesse verso lo studio del benessere soggettivo, dando origine al vasto e sfaccettato movimento della psicologia positiva, le cui attività si sono sviluppate a partire da due prospettive di base. La prima, definita edonica, comprende studi volti prevalentemente ad analizzare la dimensione del piacere, inteso come benessere prettamente personale e legato a sensazioni ed emozioni positive. La seconda, eudaimonica, privilegia l'analisi dei fattori che favoriscono lo sviluppo e la

realizzazione delle potenzialità individuali e dell'autentica natura umana, secondo il concetto aristotelico di *eudaimonia*, intesa come ciò che è utile all'individuo, nel senso che ne arricchisce la personalità. L'eudaimonia comprende non solo la soddisfazione individuale, ma anche un percorso di sviluppo verso l'integrazione con il mondo circostante. Il termine è spesso considerato analogo a felicità, ma il suo significato è superiore rispetto al riferimento ad aspetti sociologici (che si concentrano sullo studio della genetica dei disturbi) e implica un processo di interazione e mutua influenza tra benessere individuale e collettivo, tale per cui la felicità individuale si realizza nell'ambito dello spazio sociale.

La Psicologia Positiva ha fornito una teoria che in fase applicativa elabora contributi fortemente innovativi a livello teorico e applicativo, in quanto enfatizza il ruolo fondamentale delle risorse e delle potenzialità dell'individuo, che le ricerche precedenti – volte ad analizzare carenze, deficit e patologie – non mettevano in luce. Ciò ha rappresentato un autentico capovolgimento di prospettiva: si privilegiano interventi finalizzati alla mobilitazione delle capacità della persona, anziché alla riduzione o compensazione delle sue limitazioni. Inoltre, la prospettiva eudaimonica porta all'attenzione degli studiosi la relazione tra benessere del singolo e sviluppo della collettività, svincolandosi dall'angusto approccio individualistico che spesso caratterizza le ricerche psicologiche e mediche

Se la ricerca si concentra sulla diagnosi e sul trattamento per provocare un aumento della qualità della vita, sia delle persone sane sia delle persone con disturbi mentali, si possono ottenere ottimi risultati lavorando dall'individuazione al trattamento delle cause dei disturbi mentali e tenendo conto degli elementi culturale ed educativo,.

Alcuni degli aspetti più interessanti e di maggior successo della psicologia positiva sono stati definiti da Martin Seligman,, che ne stato è il fondatore. Influenzato

nella sua impostazione scientifica dal suo maestro Aron Beck⁶¹, Seligman ne è stato ispirato a studiare in particolare il funzionamento del disturbo depressivo.

Durante esperimenti in cui veniva usata la stimolazione elettrica, Seligman ha potuto osservare come gli animali sottoposti a una precedente esperienza in cui non potevano sfuggire alla stimolazione avversiva smettevano di provare a farlo anche quando in altre occasioni potevano, manifestando passività. La teoria dell'impotenza appresa che ne è derivata sostiene che associata all'assenza di una corretta attività dal parte del depresso è l'acquisizione che la sua performance non possa cambiare eventi e non abbia risultati.

Secondo la sua teoria sulla depressione, questa condizione è conseguenza, in parte, di un problema di percezione della realtà, legato alla sensazione di perdita di controllo. Si è trattato di una teoria che rappresenta un contributo importante per avanzare nella generazione di teorie esplicative sui diversi aspetti del lavoro, focalizzato sulla lotta contro l'impotenza, partecipando alla creazione di vari metodi per trattare questo disturbo basato sul confronto e il cambiamento dei pensieri automatici negativi.

Divenuto presidente dell'American Psychiatric Association, cosa piuttosto significativa per il cambiamento di prospettive e posizioni che implicava, ovvero una presidenza che supposeva l'opportunità di aprire nuove vie di ricerca e di lavoro per questa scienza, il suo obiettivo principale fu quello di combinare conoscenze teoriche e pratiche.

Seligman cominciò a muoversi alla ricerca di una psicologia non focalizzata unicamente sugli aspetti patologici della psiche e del comportamento, per privilegiare gli aspetti che fanno provare benessere e felicità. La psicologia positiva è stata fondata come studio scientifico sul funzionamento umano ottimale, sulle virtù e sulla forza del carattere, e si è legata ad altre iniziative importanti, come quella sulla prevenzione della guerra e del conflitto

⁶¹Beck, A., (1921 -), psichiatra e psicoterapeuta statunitense. Nato da genitori russi di origine ebraica, è considerato il fondatore degli approcci classici in Psicoterapia cognitiva

etnopolitico. Peraltro, con un carattere positivo, questa branca della psicologia è pur sempre psicologia, e studia e adotta lo stesso metodo scientifico, pur proclamandosi nuova. La teoria della felicità propone lo sviluppo delle proprie forze e caratteristiche per raggiungerla. I termini felicità e benessere sono fruibili in modo intercambiabile, in quanto il concetto di benessere soggettivo è usato nella letteratura scientifica come equivalente a quello di felicità. Esso si riferisce al modo in cui le persone valutano la propria vita in termini cognitivi e affettivi, schematizzato in

benessere soggettivo = soddisfazione di vita + stato affettivo.

La soddisfazione rappresenta la valutazione che la persona dà della propria vita, in assenza o leggera discrepanza tra la situazione presente e quella che si considera meritata o ideale, ovvero l'insoddisfazione può essere il risultato di una discrepanza significativa tra la condizione presente e il criterio ideale. Lo stato affettivo, il lato emozionale, abbraccia sentimenti e toni dell'umore che accompagnano le esperienze quotidiane.

In una fase successiva, Seligman ha elaborato la formula della felicità

$$H = S + C + V$$

dove H, Happiness, rappresenta la felicità, S, Set range, indica la quota fissa, C, Circumstances, sono le circostanze, e V, Voluntary, sono i fattori sotto il controllo volontario. S è un livello di felicità determinato geneticamente, relativamente stabile durante tutta la vita, e che, quando è modificato da un evento, ritorna in breve tempo al valore originario..

1.3 L'eudaimonia

Recentemente è emersa l'altra concezione della buona vita, fondata sul benessere eudaimonico, concezione risalente ad Aristotele, secondo il quale in ogni

individuo alberga un *dàimon*⁶², uno spirito personale, che induce a perseguire ciò che è più giusto per se stessi. Aristotele riteneva la felicità fosse frutto di una vita virtuosa consistente nell'attuazione di ciò che è più degno dell'uomo, che realizza così le sue potenzialità, il suo obiettivo minimo, e tacciava di volgarità l'idea della felicità edonica, ritenendo che non tutti i desideri sono degni di essere perseguiti, in quanto non tutti producono qualcosa di buono. L'idea è in linea con lo stesso concetto di individuazione (il divenire tutto ciò che si è capaci di divenire) di Jung; con la nozione di salute mentale positiva, introdotta dalla Jahoda⁶³; con quello di maturità individuale, indagato da Allport, con il *Flourishing*⁶⁴ e il benessere, studiati in relazione alla prevenzione, e la promozione del benessere psicologico. Tra gli antecedenti della psicologia positiva, il più importante era stato il movimento della psicologia umanistica, che pone l'accento sulla crescita personale e sulla scoperta del sé autentico dell'individuo.

In ultimo, un decennio esatto fa, Seligman ha introdotto la nozione di felicità autentica, stigmatizzata con l'acronimo P.E.R.M.A., dalle iniziali delle cinque componenti. Il modello studia quello che le persone scelgono per aumentare il loro livello di benessere, comprendente le emozioni positive, la vita significativa, le relazioni sociali, il coinvolgimento e la realizzazione

⁶²Aristotele, con la parola "Eudaimonia" (dal greco "eu" = bene e "daimon" = demone), letteralmente "essere in compagnia di un buon demone", definiva l'arte di essere felici. Secondo Aristotele, ciò che aiutava a ricercare la felicità e quindi ad aumentare la probabilità di "eudaimonia" era la realizzazione della propria essenza.

⁶³ Jahoda, M., (1907 – 2001), psicologa sociale austriaco-britannica.

⁶⁴*Flourishing*, ovvero felicità, flusso, significato, amore, gratitudine, realizzazione, crescita, rapporti migliori costituiscono il Flourishing dell'uomo, il suo fiorire. *Apprendere che si possono avere più cose come queste è un'esperienza che cambia la vita. Intravedere un futuro florido per l'umanità è un'esperienza che cambia la vita. Intravedere un futuro florido per l'umanità è un'esperienza che cambia la vita. (M. Seligman)*

1.4 Scale di valori

Quanto si sviluppò in quel periodo era in linea con la qualificazione che l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha dato nel 1948 della salute come *stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non solamente di disagio o malattia*⁶⁵. Tuttavia, gli indici di salute attuali continuano a essere focalizzati in larga parte sul disagio, sulla malattia e sul funzionamento negativo. Anche le ricerche epidemiologiche sono spesso indirizzate alla misurazione della mortalità e della morbilità tra la popolazione umana, piuttosto che alla quantificazione del benessere e del funzionamento positivo. La maggior parte degli strumenti di valutazione usati in psicologia, sociologia e medicina, inoltre, è orientata alla misurazione di problemi fisici (malattie, dolore, disturbi del sonno, sintomi), mentali (disfunzioni cognitive, stress, depressione, ansia, ostilità), o sociali (limitazioni di ruolo, disagi familiari o disfunzioni sessuali. Un altro aspetto controverso, di frequente riscontro, è la mancanza di accordo sul concetto di benessere, salute e funzionamento positivo dell'individuo. Sono stati creati degli strumenti psicometrici in grado di misurare il benessere, qui inteso soprattutto nella sua componente di giudizio cognitivo.

In campo clinico, il benessere è interpretato come assenza di sintomatologia legata a depressione, ansia, etc. Nell'ambito della psicopatologia, infatti, risulta di rilevante importanza la valutazione della remissione e della guarigione da un disturbo affettivo. Un'ampia letteratura documenta la presenza di sintomi residui in pazienti con disturbi ansiosi e depressivi al termine del trattamento farmacologico e/o psicoterapico. Sintomi che implicano un esito prognostico negativo a lungo termine. Di conseguenza, nella valutazione della guarigione da un disturbo affettivo diventa essenziale non solo la completa remissione

⁶⁵L'Organizzazione Mondiale della Sanità - OMS, istituita nel 1948 con sede a Ginevra è l'Agenzia delle Nazioni Unite specializzata per le questioni sanitarie. Vi aderiscono 194 Stati Membri di tutto il mondo, divisi in 6 regioni (Europa, Americhe, Africa, Mediterraneo Orientale, Pacifico Occidentale e Sud-Est Asiatico).

sintomatologica, ma anche il ripristino del benessere psicologico e di funzionamento ottimale dell'individuo

Il rapporto tra benessere e malessere, inoltre, appare molto complesso e, in alcuni *trials* farmacologici, le sottoscale che misurano il benessere si sono rivelate più sensibili di quelle sintomatologiche nel valutare gli effetti del trattamento

Emerge quindi l'importanza della creazione e dell'utilizzo di strumenti psicometrici che diano innanzi tutto una valida formulazione concettuale di salute mentale o di benessere psicologico e che ne sappiano fornire una soddisfacente misurazione.

Più recentemente, Carol Ryff ha sostenuto che la felicità non è tutto e che la struttura sottostante al benessere è molto più complessa di quanto la letteratura esistente faccia apparire. Il benessere si presenta come un processo multidimensionale e dinamico che comprende vari e molteplici aspetti. Il modello della Ryff, recentemente introdotto al pubblico italiano, è stato utilizzato per creare un questionario autovalutativo (*Psychological Well-Being*, PWB)⁶⁶ in grado di misurare le sei dimensioni del benessere proposte dall'autrice: autoaccettazione, relazioni interpersonali positive, autonomia, controllo ambientale, crescita personale e scopo nella vita.

1.5 Il modello biopsicosociale.

Nel 1977 George Engel⁶⁷ aveva pubblicato, per la prima volta su *Science*, un articolo che metteva in luce la necessità di un nuovo modello che mettesse al centro la persona e il suo contesto bio-psico-sociale. Si ritenne quindi necessario

⁶⁶Ryff, C., (1950 -), accademica e psicologa statunitense, nota per lo studio del benessere psicologico e della resistenza psicologica. Cfr. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.

⁶⁷ Engel, G., (1913 – 1999), psichiatra statunitense, conosciuto per aver formulato ed introdotto il modello biopsicosociale, una teoria generale della malattia e della guarigione. *The need for a new medical model: challenge for biomedicine*. *Science*, 1977; 196

prendere in considerazione anche il contesto in cui si trova il paziente, le sue credenze e aspettative e l'influenza della società che lo circonda.

Negli anni '90, il modello sviluppato da Robert Cloninger⁶⁸ ha riconosciuto che la realtà è qualcosa di complesso e se da un lato, semplificarla è utile per poterla studiare ed analizzare, dall'altro occorre ricordare che per poter comprendere ciascun soggetto e la sua esperienza unica bisogna avere necessariamente una visione globale e un approccio multifattoriale

La sua ricerca si è concentrata sulla diagnosi e sul trattamento per provocare un aumento della qualità della vita sia delle persone sane che delle persone con disturbi mentali, lavorando all'individuazione e al trattamento delle cause dei disturbi mentali e tenendo conto di entrambi gli elementi biologici (la genetica dei disturbi) , culturale ed educativo.

I suoi interessi si sono concentrati su aspetti come i tratti della personalità, i fattori biologici e ambientali che facilitano e/o regolano i disturbi mentali o il benessere, la genetica e l'antropologia. Cloninger ha anche espresso il suo interesse per lo studio dei bisogni umani e di come influenzano la personalità, il concetto di sé e il benessere.

Nello specifico l'autore ha proposto la personalità come un sistema di modelli comportamentali derivati dal funzionamento dei sistemi neurochimici del nostro corpo e dell'apprendimento sociale, che lavorano insieme nella gestione del comportamento e dei modelli con cui solitamente si agisce.

Il temperamento è elemento di integrazione del funzionamento dei diversi sistemi di carattere biologico, che consentono all'organismo di regolare il comportamento per adattarsi all'ambiente (in gran parte mediato dai neurotrasmettitori). All'interno del temperamento, quattro variabili che spiegano la personalità: l'evitamento del

⁶⁸Cloninger, R., (1944 -), psichiatra e genetista americano noto per le sue ricerche sui fondamenti biologici, psicologici, sociali e spirituali sia della salute mentale che della malattia mentale

dolore, la ricerca di novità, la dipendenza della ricompensa del comportamento e la persistenza del comportamento.

Si riconosce e viene incorporata anche l'esistenza di variabili nel controllo del comportamento, che derivano dall'apprendimento svolto durante tutto il ciclo di vita, il che consente di relazionarsi con se stessi e con il mondo basato su ciò che si è vissuto. Variabili di carattere tipiche nelle impostazioni della personalità sono viste l'auto-direzione o la capacità di controllare il proprio comportamento, la cooperazione o l'abilità di relazionarsi positivamente con gli altri e l'auto-trascendenza come l'aspetto con cui ci posizioniamo nel mondo.

Capitolo 2: Coscienza e cambiamento

2.1 Elogio del cambiamento nel districamento integrale dei conflitti

Nell'attuale condizione complessiva di vita in modo particolare, l'uomo non può vivere l'assoluto senza alterarlo, perché non si può sopportare la vicinanza della divinità se non temporaneamente. La preclusione del cambiamento è come una povertà che rende difficile l'opportunità di cambiare. Ecco che far posto all'intuizione unificante, cambiare la mente, allargare la coscienza non può avvenire se il cambiamento resta un esercizio intimistico. Il bisogno di spezzare la catene della vecchia razionalità occidentale ha portato alla presa di coscienza dei giovani e delle donne, e la soggettività è sentita come nuovo valore. Le scienze umane, e la psicologia in particolare, hanno dovuto rendersi interpreti di questa esigenza e aprirsi, a una nova considerazione della coscienza, nel superamento del riduzionismo, in una presa di distanza dal modello medico e nella concessione di credito a ricerche sperimentali. Si parla di coscienza nella sua accezione di esperienza cosciente (qualcosa sta accadendo, lo avverto), di vita interiore o di vissuto. La parte cosciente è parte dell'attività della mente, termine con cui si intendono i fenomeni psichici. La difficoltà a cambiare fa sì che si commettano i soliti errori, si mettano in scena comportamenti ripetitivi e si facciano scelte sbagliate. Il vero cambiamento è pluridimensionale e avviene a livello cognitivo, corporeo, emotivo e spirituale. Occorre dunque una virata verso nuovi percorsi di senso per ritrovare il sé più autentico

2.2 Identità transpersonale come dimensione dello spirituale

Recentemente, anche attraverso l'introduzione da parte di papa Francesco, un filone di studi ha lanciato l'idea di valorizzare il *capitale spirituale* come variabile fondamentale per la produttività delle organizzazioni aziendali e nei luoghi di lavoro. La consapevolezza umana, nelle diverse espressioni della filosofia

perenne, è concorde sulla necessità di portare in campo l'infinito, per rispondere alla domanda di senso. Ed è in due momenti che si articola la possibile risposta, individuabili nell'autotrascendenza e nell'ancoraggio all'infinito. Diversamente, è in agguato il rischio di confondere il fine con il mezzo, che per la spiritualità implicherebbe la semplice perdita di senso. Se lo spirituale diventa una delle modalità per ottenere un maggiore profitto o tornaconto, si svuota di senso. Le attuali tendenze culturali fraintendono lo spirituale con una guarigione psichica o con una tranquillità interiore, mentre lo spirituale è molto di più. Oltre alla psicologia, anche la filosofia sta riscoprendo il collegamento intrinseco della ragione alle emozioni, come l'antica ratio includeva la capacità intuitiva e creativa non riducibile alla sola facoltà razionale di fare calcoli matematici. Occorre fugare anche l'idea che spirituale si opponga a materiale. Un dualismo che ha talvolta contrapposto la realtà sensibile a quella spirituale. Esso rappresenta, è, la potenza che coinvolge la persona umana nella sua interezza. Spirituale è un processo che investe e impegna tutta la persona, porta l'essere umano a una trasformazione di sé, della propria visione del mondo e delle sue relazioni. Lo spirituale è una dimensione nuova con cui guardare la realtà. Per applicazione ed estensione del concetto, quando si parla di leadership, non si intendono solo i ruoli di vertice. Il discorso, *amplius*, riguarda il potenziale di influsso che una persona è capace di mettere in atto in una comunità, che ha a che fare con le decisioni e i comportamenti da assumere. Il potere è la capacità di far accadere le cose, di mettere in moto il reale. Una persona di successo dovrebbe poter essere colei che fa succedere cose. La leadership è definita, quindi, come capacità di influenzare un gruppo in ordine al raggiungimento di un obiettivo comune, senza manipolazione, e in questo senso, può assumere un connotato tale da differenziarsi addirittura dal concetto di essere a capo o di ricoprire un ruolo (headship).

2.3 La psicologia sociale, strumento di raccordo con la nuova realtà

Collegando posti di lavoro in economia con psicologia edonistica, Daniel Kahneman⁶⁹ ha sviluppato una nuova linea di ricerca incentrata sull'analisi della situazione di benessere e le possibilità di raggiungere uno stato pieno di felicità in base alla situazione economica. Questa linea collega la psicologia con l'economia e la sociologia, poiché indaga gli effetti delle dinamiche economiche sulla psicologia individuale e sulle pratiche sociali. Nello stesso senso, il centro di questa teoria non è tanto l'economia quanto la ricerca sulla qualità della vita. La ricerca di una soluzione intuitiva a volte fallisce, e si passa a una forma di pensiero più lenta, riflessiva e impegnativa. Nelle ricerche più recenti è stata introdotta una distinzione tra i due sé: quello esperienziale e quello mnemonico, che non hanno gli stessi interessi. Anche l'esperienza del piacere o del dolore associati a un cambiamento di stato dipendono in misura critica dalla dinamica dell'adattamento edonico. L'economia comportamentale, ciò che Kahnemann ha inteso definire e sviluppare, si muove nel solco della psicologia e così dovrebbe poter essere in un complessivo concetto di integralità transpersonale che regoli il funzionamento psicofisiologico dell'essere umano facendolo propendere verso un miglioramento della qualità della vita. La mente funziona in modo meccanicistico. Lavora sulla concretezza ed è costantemente focalizzata sui risultati per misurare il livello di sicurezza in cui si trova. Tutto ciò, evento o persona, che si frappone fra se stessi e i propri obiettivi diventa un nemico da abbattere perché viene percepito dalla mente come una minaccia. Ciò che si definisce intuizione, e a cui si attribuisce un altissimo valore, in realtà non è che una risposta inconscia formulata sulla base di conoscenze, esperienze, percezioni, convinzioni, valori: in pratica, parte dalla mente e sebbene possa rivelarsi utile per superare problematiche di ordinaria amministrazione, molto difficilmente aiuterà a navigare in territori inesplorati.

⁶⁹Kahneman, D., (1934 -),p sicologo israeliano, vincitore, insieme a Vernon Smith, del Premio Nobel per l'economia nel 2002 «per avere integrato risultati della ricerca psicologica nella scienza economica, specialmente in merito al giudizio umano e alla teoria delle decisioni in condizioni d'incertezza»

È noto il paradosso di Easterlin⁷⁰ sulla felicità delle persone, la quale felicità non segue un andamento uniforme con la ricchezza: mentre la curva di quest'ultima continua a salire, l'andamento della curva della felicità comincia a diminuire. Secondo molti studiosi, che fanno riferimento in particolare all'economia civile, il motivo sarebbe determinato dal fatto che la felicità è costituita soprattutto dai beni relazionali. Il paradosso di Easterlin dice che il reddito non è sufficiente a spiegare il benessere soggettivo e che la felicità è veramente tale solo nella reciprocità. Si rende quindi necessario studiare, approfondire e offrire a quante più persone, e a maggior ragione se lontane da ambienti e legami spirituali e, per questo, forse ancora di più ai manager, la possibilità di investire su questo capitale spirituale.

È necessario un lavoro di consapevolezza su alcune convinzioni fondamentali affinché possano diventare comportamenti. Esiste un modo spirituale di affrontare ogni ambito della vita, compreso quello aziendale ed economico, e sta emergendo una consapevolezza nuova del fatto che la causa della odierna crisi mondiale, già in essere da anni, ma resa particolarmente cruda e vera con la diffusione capillare in ogni angolo della terra del virus Covid 19, che ha assunto una forma iper pandemica. Dipende anche da un fattore spirituale la sua soluzione. La crisi non è solo economica e finanziaria, affondando in effetti le radici in una crisi etica e antropologica. Seguire gli idoli edonici del potere e del denaro, al di sopra del valore della persona umana, è diventata norma fondamentale di funzionamento e criterio decisivo di organizzazione. al di sopra degli affari, della logica e dei parametri di mercato. E all'essere umano? C'è qualcosa che è dovuto all'uomo in virtù della dignità che lo caratterizza costitutivamente, e che consiste nell'offrirgli la possibilità di partecipare attivamente al bene comune.

La psicologia sociale si occupa e coltiva il forte impegno per la responsabilità sociale della psicologia, che negli ultimi decenni ha assunto un ruolo superiore e di raccordo tra le discipline sociali, quelle economico giuridiche e l'aspetto psichico di per sé.

⁷⁰Easterlin, R., (1926 -), economista statunitense, noto in particolare per la teoria del Paradosso della felicità

La maggior parte degli strumenti di valutazione usati in psicologia, sociologia e medicina, è orientata alla misurazione di problemi fisici (malattie, dolore, disturbi del sonno, sintomi), mentali (disfunzioni cognitive, stress, depressione, ansia, ostilità), o sociali (limitazioni di ruolo, disagi familiari o disfunzioni sessuali).

Questa realtà si muove su quattro livelli gerarchici contemporaneamente (fisico/operativo, emotivo/relazionale, mentale/sistemico e spirituale). Ci si relaziona quasi esclusivamente dal solo primo livello, con qualche incursione nel secondo: la conoscenza delle dinamiche dei sistemi funge da collegamento tra la realtà materiale e immanente in cui operiamo e quella spirituale. Persino l'intelligenza sistemica, saldamente ancorata alla realtà operativa, attinge a sua volta alla conoscenza tramandata nei millenni dai leader spirituali del passato.

Non è possibile rimuovere la dimensione spirituale dalla rigida quotidianità del business e la totalità delle crisi e dei conflitti che si riscontrano nelle aziende e sui mercati sono la conseguenza dell'incapacità di riconoscere e fare i conti con questa dimensione. La spiritualità sta già influenzando l'esistenza e l'efficacia delle aziende, porto alla tua attenzione alcuni tratti fondamentali che fanno parte della realtà lavorativa quotidiana e che appartengono alla sfera spirituale, intangibile, del mondo degli affari.

Vorrei concludere indicando una serie di punti che si mettono in evidenza rispetto al tema di fondo circa l'impatto della psicologia sulla ricerca di senso, sulla stabilità emotiva, la promozione del miglior bene psichico (ed economico), e l'osservazione di dove conducono.

Il bisogno come desiderio, è a tutti gli effetti una competenza spirituale;. l'etica, percepita come limitazione al libero sfogo degli egoismi individuali, in associazione a un sistema di valori, si rifà in realtà ai principi e alle leggi della natura, che la rende universale; il pragmatismo aiuta a prendere le decisioni migliori e a muoversi di conseguenza; il processo significa fiducia, partendo dalla consapevolezza che alla base di un percorso ci sono dinamiche che spingono continuamente nella direzione della crescita e del contributo.

Non sembra perciò difficile nel contesto attuale far accettare l'idea che la spiritualità sia il perno costitutivo della formazione e dello sviluppo di ogni persona, del benessere di ogni gruppo umano.

Ci sono valori intangibili, i quali, benché difficilmente misurabili in termini di numeri, determinano la felicità e il benessere delle persone. Il dubbio emergente è se la psicologia sociale, che fin qui si è inteso proporre nella sua estrinsecazione valoriale nella prospettiva del cambiamento, nel risveglio della coscienza, non debba più adeguatamente definirsi psicosocio spirituale.

Postfazione

Che cosa ne è del senso del sé.

Qual è dunque o quali sono le conclusioni da trarre e tracciare, risultanti dall'esplorazione delle esperienze giunte fino ad oggi in psicologia, psichiatria e sociologia in merito alla sostenibilità dell'essere umano con se stesso e di fronte a se stesso?

Potrebbe non essere più quel *Miserere* che dovremmo affermare pietosamente, quello che si è insinuato nel modo di vivere e auto sostenersi dell'individuo, con ancora avanti a sé un cammino impegnativo, per giungere a scrollarsi almeno parzialmente di dosso le soluzioni medicali e medicalizzate della psichiatria farmacologica?

E' ipotizzabile intuire un processo di cambiamento, pur nel resistente diffuso automatismo del ricorso alla psicofarmacologia?

Il mondo attuale geme, ha bisogno di idee più inclusive, relazionali, socialmente e spiritualmente consapevoli. Un apprendimento trasformativo può comportare un profondo e sentito cambiamento nei nostri atteggiamenti mentali, capace di attivare dimensioni critiche e immaginative. Cambiamento che include la comprensione dei complessi sistemi di interdipendenza di cui siamo parte, e della nostra capacità solipsistica di distruzione inconsapevole.

I processi di autentica trasformazione sono elementi di un tentativo più ampio di trovare nuovi modi di pensare, essere, vedere, interagire, che comprendono il corpo, lo spirito, la mente, e forse l'anima.

Quello che nuoce molto ai contemporanei è l'agitazione continua in cui vivono e che finisce col produrre danni all'organismo fisico, così come a quello psichico. Molte sono le vie di saggezza religiose e non religiose, quelle mistiche, e filosofiche. Esiste però un punto di massima intensità, rappresentato dalla regola

d'oro, nelle sue formulazioni positiva e negativa: *Non fare agli altri quello che non vorresti fosse fatto a te; fai agli altri quello che vorresti fosse fatto a te.*

Si tratta secondo chi scrive, di un processo che è illuminato dal criterio per il quale il bene consiste nell'imparare la libera reciprocità fino a vedersi attraverso l'azione dell'altro. L'umanità ha bisogno di questa regola d'oro, che è il passaggio alla spiritualità, solo forse attraverso l'interiorizzazione psicologica. La psicologia dovrebbe essere depurata, dovrebbe venir liberata dall'esteriorità oggettivistica, affinché si apra allo spirito dal soggettivismo:

Il vero compimento di un'autobiografia consiste probabilmente, nella collocazione della propria singola esperienza all'interno di una storia collettiva e addirittura in qualche modo universale, all'interno cioè di quella che si può chiamare mitobiografia: la storia di ciascuno è la storia di tutti gli altri, e nello stesso tempo la storia universale è la storia di ognuno.

Conclusioni

La crisi spirituale nella quale ci troviamo sta finalmente mostrandosi nella sua radicalità, logorate come sono le speranze dei moderni.

Siamo di fronte a noi stessi, in special modo in questo momento in cui scriviamo, caratterizzato dalla piena espansione del virus Covid 19, e perciò nell'esperienza più pesantemente impegnativa che possa accadere all'essere umano e alle specie viventi che lo condividono con lui, insieme alla guerra e alla carestia.

Abbiamo scalzato le radici, chè si erano rivelate infide, e ora guardiamo il vuoto.

Gli studi recenti incentrati sulle modalità costitutive e fondative del benessere e della felicità non contraddicono questa evidenza: semmai dimostrano una forza tanto più coraggiosa nel tendere a definire le possibilità di una percezione eudaimonica in quanto basata sulla reale percezione di salvarsi da un'immaginifica incapacità di sentire il bene, o ancora, di desiderarne il desiderio.

La psicanalisi analitica junghiana, la psicosintesi di Assagioli, la psicologia umanistica e quella esistenziale, da Fromm a Frankl, a Maslow, e nel presente, a Yalom, la bioenergetica di Reich e di Lowen, le correnti winnicottiane, bioniane e lacaniane, hanno aperto una possibile via di esplorazione per la crisi spirituale.

Siamo in un guado, o a un bivio, dal quale si dipartono due vie: una conduce alla ricerca di una maggiore attestabilità di efficacia tecnica, verso terapie brevi; l'altra via porta nei sentieri aperti della ricerca del significato della propria esistenza, in cui si interrogano le sfingi della vita simbolica dell'anima.

Nella crisi e nella sfida che condannano o irridono ogni senso possibile come impresa nostalgica, nasce la proposta di volgersi alla vocazione spirituale, proiettandola come ricerca di trascendimento dell'io.

Bibliografia

AA.VV., *Pratiche filosofiche e cura di sé*, Mondadori, Milano 2006).

APA – American Psychiatric Association, 2000 *Diagnostic and statistical Manual of mentale disorders: fourth edition text, revision*, American Psychiatric Association Publishing, Arlington

Allport, N., *La natura del pregiudizio*, La Nuova Italia, 1973

Aristotele, *Dell'anima*, in *Opere*, Roma-Bari, Laterza, 1991, vol. IV

Assagioli, R., *I Tipi Umani*, (saggi e appunti a cura del Consiglio Direttivo dell'Istituto di Psicosintesi), Firenze 1978, postumo

-*Educare l'uomo domani*, Ed. Istituto di Psicosintesi, Firenze 1988, postumo

Bandura, A., *A Self efficacy in changing societies*. Cambridge University Press. traduz italiana *Il senso di Autoefficacia*. Trento, Erickson, 1996

Bayón, C., *Modello di personalità psicobiologica di Cloninger: approccio integrativo nella valutazione dei disturbi della personalità e del processo psicoterapeutico*, Università di Alcalá de Henares. Madrid, 2006.

Bermúdez, J. *Psicologia della personalità. Teoria e ricerca*. (Vol I e II). Unità didattica dell'UNED. Madrid, 2004.

Beck, A., *Principi di terapia cognitiva. Un approccio nuovo alla cura dei disturbi affettivi*, Roma Astrolabio, 1984

Becker, M. H. *The health belief model and personal health behavior*. Health Education Monographs, 2(4): 324-473., 1974

Boniwell, I., *La scienza della felicità*, Bologna, Il Mulino, 2012

Brentano, F., *La psicologia dal punto di vista empirico*, Laterza, Bari, 1997

Civita, A., *La filosofia del vissuto: Brentano, James, Dilthey, Bergson, Husserl*, Unicopli, Milano, 1982

Cloninger, C.R., *Sentirsi bene: la scienza del benessere*. Oxford University Press, New York, 2004.

De Martino, E., *Magia e civiltà. Un'antologia critica fondamentale per lo studio del concetto di magia nella civiltà occidentale*, Milano, Garzanti, 1962

Dilthey, W., *Il secolo XVIII e il mondo storico*, Pigreco, 2016

- *L'essenza della filosofia*, Rusconi, 1999

- *Per la fondazione delle scienze dello spirito*, Bologna, FrancoAngeli, 2003

- *La costruzione del mondo storico nelle scienze dello spirito*, in Wilhelm Dilthey: *Critica della ragione storica* (a cura di Pietro Rossi), Einaudi, Torino, 1954.

Durkheim, E., *Sociologia e filosofia (Sociologie et Philosophie)*, 1925

- *Le regole del metodo sociologico*, Milano ed. Di Comunità, 1963

Frankl, V., *La sofferenza di una vita senza senso*, traduzione di Eugenio Fizzotti, a cura di Eugenio Fizzotti, II edizione 2015, Milano, Ugo Mursia Editore, 2015

- *Senso e valori per l'esistenza. La risposta della Logoterapia*, Roma, Città Nuova, 1998.

Gardner, H., *La nuova scienza della mente. Storia della rivoluzione cognitiva*, Feltrinelli, Milano, 1988

- *Verità, bellezza, bontà. Educare alla virtù nel ventunesimo secolo*, trad. di Virginio B. Sala, Feltrinelli, 2011

Goffman, E., *La vita quotidiana come rappresentazione*, collana «Biblioteca», traduzione di Margherita Ciacci, Il Mulino, 1969. pp. 292

- *Asylums. Le istituzioni totali: i meccanismi dell'esclusione e della violenza*, traduzione di Franca Ongaro Basaglia, collana «Biblioteca», Einaudi, 2003, p.415.

Husserl, E., *Logica, psicologia, filosofia: un'introduzione alla fenomenologia*, pagine dalle opere di logica tr. e presentate a cura di Aldo Masullo, Napoli, Il Tripode, 1961

- *Idee per una fenomenologia pura e per una filosofia fenomenologica*, a cura di Enrico Filippini, tr. Giulio Alliney, Torino: Einaudi, 1950, ed. in 2 volumi:

- *Logica formale e logica trascendentale: saggio di critica della Ragione Logica*, tr. Guido Davide Neri, prefazione di Enzo Paci, Bari: Laterza, 1966

- Kahneman, D., *Pensieri lenti e pensieri veloci*, Oscar Mondadori, Milano, 2011
- Le Bon, G., *Psychologie des Foules*, Réédition: 1895, Paris, Presses universitaires de France, Collection "Quadrige", Parigi, 1988
- Lowen, A., *Il linguaggio del corpo*, traduzione di Paolo Di Sarcina e Maura Pizzorno, Milano, Feltrinelli, 1978,
- Onorare il corpo. La nascita della Bioenergetica nell'autobiografia del suo fondatore*, traduzione di Alessandra Callegari, Milano, Xenia, 2011,
- Màdera, R., Tarca L.V., *La filosofia come stile di vita*, Mondadori, Milano
- Màdera, R., *Storia e biografia*, in *Identità e feticismo*, Mozzi, Milano 1977;
- Maslow, A., *Verso una psicologia dell'essere*. Roma: Astrolabio-Ubaldini, 1971
- Teoria della motivazione umana*. Milano: Pirelli, 1973
- Motivazione e personalità*. Roma: Armando, 1973
- McDougall W., *The Group Mind*, p.187, Arno Press, 1973; Copyright, 1920, GP Putnam's Sons
- Mead, G. H., *Mind, Self, and Society*. Ed. by Charles W. Morris. University of Chicago Press., 1934
- The Individual and the Social Self: Unpublished Essays by G. H. Mead*. Ed. by David L. Miller. University of Chicago Press, 1982
- Moscovici, S. *La psychanalyse, son image et son public*, PUF, 1961.
- L'âge des foules*, Parigi, Fayard, ried. Complexe, Bruxelles, 1981.
- *Le rappresentazioni sociali*. Bologna, 2005, Il Mulino
- Nussbaum, M., *Diventare persone*, Bologna, Il Mulino, 2001
- L'intelligenza delle emozioni*, Bologna, Il Mulino, 2001
- Parsons, T., *The structure of social action. A study in social theory with special reference to a group of recent European writers*. McGraw-Hill, New York 1937
- Perls, F., *The Gestalt Approach & Eye Witness to Therapy*, 1973 (*L'approccio alla Gestalt e Testimone oculare della terapia*, trad. di Jean Sanders, Astrolabio, Roma 1977)

Ringelmann, M., *Recherches sur les moteurs animés: Travail de l'homme*, in *Annales de l'Institut National Agronomique*, 2^a serie, vol. 12, 1913, pp. 1-40. Disponibile in linea (in francese)

Russo, A., *Cornelio Fabro e Franz Brentano. Per un nuovo realismo*, Roma, Edizioni Studium, 2013.

Stuart Mill, J., *Economia e scienze sociali*, Soveria Mannelli, Rubbettino, 2004.

Stumpf, C., *La rinascita della filosofia. Saggi e conferenze*, a cura di R. Martinelli, Macerata, Quodlibet, 2009

James W., *Principi di Psicologia* (The Principles of Psychology, 2 vols. 1890)

-*Le varie forme dell'esperienza religiosa. Uno studio sulla natura umana* (*The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, 1902), Edizione italiana curata da Giovanni Filoramo, con la traduzione di Paolo Paoletti, Brescia, Morcelliana, 1998 (II ed. 2009).

Rogers, C., *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Psycho, 2000

Rogers, C., R.; Stevens, B., *Da persona a persona. Il problema di essere umani*, Roma, 1987 Astrolabio-Ubaldini,

-*Un modo di essere*, Firenze, Psycho, 1987

-*Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario*, Roma, Astrolabio-Ubaldini, 1977

-*I gruppi di incontro*, Roma, Astrolabio-Ubaldini

-*Partners. Il matrimonio e le sue alternative*, Roma, Astrolabio-Ubaldini, 1978

-*Libertà nell'apprendimento*, Firenze, Giunti-Barbera, 1978

-*Psicoterapia di consultazione*, Roma, Astrolabio-Ubaldini, 1978

Rogers, C. R.; Kinget, G. M., *Psicoterapia e relazioni umane. Teoria e pratica della terapia non direttiva*, Torino, Bollati Boringhieri, 1970

Rutigliano, E., *Teorie sociologiche classiche. Comte, Marx, Durkheim, Simmel, Weber, Pareto, Parsons*, Torino, Bollati Boringhieri, 2015.

Ryff, C.D. e Keyes, C.L.M., *The structure og psychological well being, revisited*, in *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, pp. 719-727

Simmel, G., *Die Probleme der Geschichtphilosophie*, Leipzig: Duncker & Humblot, 1892, 2^a ediz. 1905 (*I problemi della filosofia della storia*)

- Grundfragen der Soziologie*, Berlin: Göschen, 1917 (*Domande fondamentali di sociologia*)
- Rutter, M. *Psychosocial resilience and protective mechanisms*. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57,316–331.
- Pert, C., *Molecole di emozioni*, Milano, TEA, 2016
- Seligman, M.E.P., *Helplessness: On Depression, Development, and Death*; New York, W.H. Freeman, 1975
- Seligman, M.E.P., *Imparare l'ottimismo*, Firenze, Giunti,1996
- Seligman, M.E.P., *La costruzione della felicità*, Milano, Sperling &Kupfer, 2003
- Seligman, M.E.P., *Fai fiorire la tua vita: una nuova rivoluzionaria visione della felicità e del benessere*, Torino, Anteprima, 2012
- Sen, A., *Scelta, benessere, equità*, Bologna, Il Mulino, 1986
- Triplett, N., *La psicologia di inganni di prestigio*, *American Journal of Psychology*, 11, 439 - 510. Norman Triplett , 1900
- Varela, F. J. *Autopoiesi e cognizione, la realizzazione del vivente*. con Humberto Maturana, prima edizione aprile 1985, ristampa 2006, Marsilio
- (insieme a Humberto Maturana) *L'albero della conoscenza*, Garzanti, Milano, 1987
- Vitz P., *L'influenza di Franz Brentano*, in *L'inconscio cristiano di Sigmund Freud*, Roma, Alpes, 2018.
- Wundt, W., *Lectures on human and animal psychology*, London, 2013 Routledge
- Zubin, J., & Spring B., *Vulnerability: A new view of schizophrenia*. *Journal of Abnormal Psychology*, 86,103–126, 1977

Articolistica di approfondimento sul tema del benessere e della felicità

- Howell R.T., Hill G., The mediators of experiential purchases: Determining the impact of psychological needs satisfaction and social comparison, "*The Journal of Positive Psychology*", 4, 511–522, 2009
- Kashdan T.B., Breen W.E., Materialism and diminished well-being: Experiential avoidance as a mediating mechanism, "*Journal of Social and Clinical Psychology*", 26, 521–539, 2007

Kasser T., Ryan R., A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration, "*Journal of Personality and Social Psychology*", 65, 410–422, 1993

Millar M., Thomas R., Discretionary activity and happiness: The role of materialism, "*Journal of Research in Personality*", 43, 699–702, 2009

Nicolao L., Irwin J.R., Goodman J.K., Happiness for sale: Do experiential purchases make consumers happier than material purchases?, "*Journal of Consumer Research*", 36, 188–198, 2009

Van Boven L., Gilovich T., To do or to have? That is the question, "*Journal of Personality and Social Psychology*", 85, 1193–1202, 2003

Emerografia

Riviste italiane di psicologia in relazione alle scienze sociali

Counseling

Delta

DiPAV Quaderni

Ecologia della mente

Giornale italiano di psicologia

Group analysis

Gruppi

L'arco di Giano

L'Uomo Società Tradizione Sviluppo

Psicologia contemporanea

Psicologia sociale

Psicoterapia e scienze umane

Rassegna di psicologia

Ricerca di senso

Riviste straniere di psicologia in relazione alle scienze sociali

Journal of Personality and Social Psychology

Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry

Journal of Experimental Social Psychology

New ideas in psychology

Biological psychology