

1 La mente come oggetto di ricerca

“È la mente che vede e che ode; ogni altra cosa è sorda e cieca.”

Epicarmo (524 a.C. ca. - 435 a.C. ca.)

Che cos'è la mente?

Una definizione comunemente accettata di psicologia è “**scienza del comportamento e dei processi mentali**”. Vedremo come di questo binomio (comportamento e processi mentali) gli studiosi abbiano privilegiato ora il primo ora il secondo termine, attribuendovi significati di volta in volta diversi. Ma fin da subito possiamo chiederci: che cos'è la “mente”? E in che modo essa può guidare il nostro agire?

In realtà tutti abbiamo **un'idea intuitiva di che cosa sia la mente**: operazioni come **ricordare, ragionare, immaginare** appartengono all'esperienza di ognuno di noi e siamo concordi nel definirle “attività mentali”, distinte dai processi di natura fisico-chimica che riguardano il nostro corpo (respirazione, digestione, circolazione sanguigna ecc.). Come tali, esse sono state riconosciute e analizzate dagli studiosi fin dai tempi più remoti.

LESSICO

psicologia

Letteralmente “scienza dell'anima”, è la disciplina scientifica che studia il comportamento e i processi mentali dell'essere umano.

IL PUNTO DI VISTA DI UN FILOSOFO Dal punto di vista etimologico **psicologia** deriva da *lógos*, parola greca che significa “discorso”, “ragionamento” e, più estesamente, “scienza”, e da *psiche*, termine anch'esso di derivazione greca il cui significato originario è “spirito”, “soffio vitale”, ossia “anima”. Letteralmente, dunque, la psicologia sarebbe la “**scienza dell'anima**”. Intesa come entità distinta dal corpo e capace di sopravvivergli dopo la morte, l'anima è da sempre l'oggetto privilegiato delle religioni, ma gli esseri umani hanno cercato fin dall'antichità di studiare l'anima senza preoccupazioni strettamente religiose, usando i soli mezzi della ricerca razionale.

LA CAPACITÀ DI ATRAZIONE

La capacità di rappresentarsi le immagini degli



Il filosofo greco **Aristotele** (384-383 a.C. - 322 a.C.), ad esempio, parlando dell'**anima** intesa come principio della vita, ne distingueva tre diverse funzioni:

- **vegetativa**, che è propria di tutti i viventi (comprese le piante) e presiede alla loro nutrizione, crescita, riproduzione;
- **sensitiva**, che è propria degli animali e degli esseri umani, e consente loro di provare sensazioni e desideri;
- **razionale**, che è prerogativa esclusiva degli esseri umani e rende possibili il pensiero e il linguaggio.

Anche se la classificazione di Aristotele è discutibile (oggi sappiamo che anche in alcuni animali esiste un'attività razionale o cognitiva, relativa cioè alla conoscenza, come dimostrano certe forme di ragionamento elementare, di comunicazione e di apprendimento), tuttavia le operazioni che riguardano la cosiddetta anima razionale sembrano corrispondere a ciò che noi chiamiamo "**processi mentali**": secondo Aristotele, infatti, esse permettono di **costruire concetti** che raggruppano oggetti tra loro simili e di **concatenarli tra loro** per formare pensieri e ragionamenti.

UNA DEFINIZIONE PIÙ ESTESA La mente non si limita alle operazioni individuate da Aristotele, ma entra in gioco anche in **attività in apparenza più banali**, la cui complessità ci sfugge proprio perché le svolgiamo ogni giorno: attraversare la strada, giocare a tennis, eseguire un passo di danza o altri movimenti sono attività mentali. Utilizziamo la nostra mente anche quando osserviamo un dipinto o ascoltiamo un brano musicale, quando riconosciamo il sapore di un cibo o il volto di una persona familiare, quando valutiamo la distanza o la grandezza di un oggetto, e perfino quando sogniamo.

In tali circostanze, infatti, sebbene non ne siamo consapevoli, effettuiamo **operazioni** come riconoscere, confrontare, ricordare, distinguere, generalizzare e molte altre, **grazie alle quali la mente interagisce con la realtà che ci circonda**, permettendoci di sfruttare le situazioni per raggiungere i nostri scopi e soddisfare i nostri bisogni.

In sintesi, la mente è il **tramite necessario del nostro rapporto con la realtà**: ce ne accorgiamo soltanto quando, in condizioni particolari – ad esempio una malattia –, le sue capacità vengono alterate e la relazione che abbiamo con il mondo esterno risulta compromessa.

T1, p. 30

Il rapporto fra mente e cervello

Ciò che per molto tempo è rimasto sconosciuto e poco chiaro agli studiosi è lo stretto legame tra i processi mentali e il loro substrato biologico, ossia il **cervello**. Con questo termine si designa la **parte anteriore dell'encefalo** – ossia di quella regione del sistema nervoso centrale situata all'interno della scatola cranica –, ben distinta dalle altre due componenti, che sono il tronco encefalico e il cervelletto. Negli esseri umani il cervello ha le dimensioni di un pompelmo ed è **diviso in due emisferi** (destro e sinistro), ricoperti da uno strato sottile di materia grigia chiamata **corteccia cerebrale**.

IL CERVELLO: UN ORGANO POCO CONSIDERATO Nell'antichità il cervello era tenuto in scarsa considerazione. Prevaleva infatti l'idea che il **cuore** fosse il **centro della vita psichica**: gli Egizi, ad esempio, imbalsamavano i cadaveri lasciando il cuore al suo posto, affinché il defunto potesse vivere anche nell'aldilà; viceversa, asportavano il cervello, al pari degli altri organi, ma, invece di conservarlo come facevano con il fegato o le viscere, lo scartavano.

LESSICO

fisiologia

Letteralmente "scienza della natura", è la scienza che studia gli organi e le funzioni degli organismi viventi.

Soltanto a partire dal XVII secolo, grazie a **strumenti di osservazione** più rigorosi e all'**affermarsi di un nuovo spirito scientifico**, questa prospettiva venne gradualmente abbandonata; cominciarono quindi a diffondersi **studi sul cervello**, condotti soprattutto nell'ambito della **medicina** e della **fisiologia** - la scienza che studia il funzionamento degli esseri viventi e degli organi che li costituiscono -, che si avvalsero dei contributi offerti dalla dissezione anatomica dei cadaveri e dalla nosografia, ovvero dallo studio descrittivo delle malattie.

LA LOCALIZZAZIONE DELLE FUNZIONI CEREBRALI All'inizio dell'Ottocento il medico tedesco **Franz Joseph Gall** (1757-1828) avanzò per primo l'ipotesi della localizzazione delle funzioni cerebrali, ossia l'idea che le **diverse zone del cervello** fossero **adibite a compiti differenti**. Una prova decisiva a favore di questa ipotesi, oggi universalmente accolta dagli studiosi, venne portata dal neurologo francese **Paul Broca** (1824-1880). Attraverso l'autopsia di un paziente che in vita era affetto da afasia (perdita delle capacità linguistiche), egli scoprì che questo disturbo era stato causato dalla lesione di una ben precisa area del cervello, che ancora oggi è chiamata "area di Broca".

Il nostro cervello, dunque, funziona come una fabbrica, nella quale ogni reparto è adibito alla realizzazione di un particolare segmento di lavorazione. Per quanto riguarda il linguaggio, ad esempio, sappiamo che **alcune aree della corteccia sono adibite alla produzione, altre alla comprensione delle parole**: una lesione nelle prime potrebbe causare difficoltà ad articolare le frasi in modo fluido e coerente, ma lascerebbe inalterata la capacità di capire i discorsi degli altri.

Esistono aree corticali responsabili perfino delle cosiddette **caratteristiche del temperamento**: un carattere socievole o introverso, un'indole tranquilla o irascibile; come nel caso di afasia studiato da Broca, anche qui informazioni preziose ci giungono dai casi di persone che hanno subito lesioni cerebrali (► **LA TEORIA NEI FATTI**).

Lo studio delle basi biologiche dei processi mentali è oggi condotto soprattutto dalle **neuroscienze**, un gruppo di discipline che, avvalendosi dei contributi di numerose branche della ricerca - biologia, chimica, neurofisiologia, farmacologia ecc. -, cercano di descrivere con sempre maggiore precisione la struttura e il funzionamento del sistema nervoso.

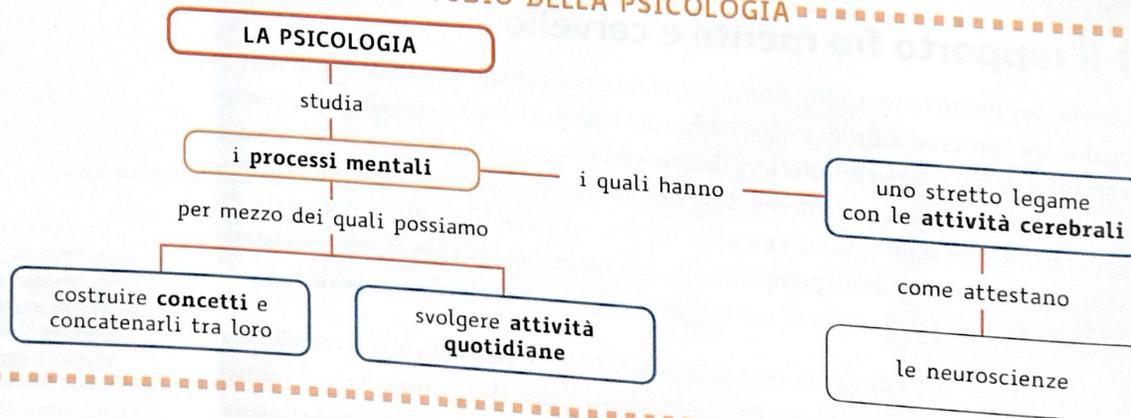
LESSICO

neuroscienze

Insieme delle discipline che studiano i vari aspetti morfologici e funzionali del sistema nervoso mediante l'apporto di numerose branche della ricerca scientifica.

T2, p. 31

L'OGGETTO DI STUDIO DELLA PSICOLOGIA



Verso la psicologia scientifica: gli studi dei fisiologi

Se il cervello costituisce il supporto materiale dell'attività mentale, esso tuttavia non si identifica con la mente. Possiamo capire meglio questo concetto attraverso un'analogia con un tablet o un cellulare. Per funzionare essi necessitano dell'**hardware** (costituito da elementi materiali come microcircuiti elettrici, dispositivi magnetici ecc.), il quale rende possibile l'esecuzione del **software** (l'insieme dei programmi installati sull'hardware). Perché la psicologia potesse delinearli come scienza, era necessario che l'interesse degli studiosi si spostasse, per così dire, dall'hardware al software.

I primi a operare tale mutamento di prospettiva furono i **fisiologi**. Nel 1826 il fisiologo tedesco **Johannes Peter Müller** (1801-1858) scoprì che un medesimo stimolo esterno (ad esempio una lieve scossa elettrica) è in grado di produrre nel soggetto che lo riceve sensazioni diverse, a seconda del tipo di nervo (ottico, acustico ecc.) che sollecita. Tale scoperta introduceva una **netta distinzione tra gli stimoli fisici e le sensazioni** da essi derivanti, permettendo di studiare queste ultime come realtà a sé stanti.

Nel 1860 **Gustav Fechner** (1801-1887), fisico e matematico tedesco, provò a esprimere in termini matematici il **rapporto fra l'intensità di uno stimolo fisico e quella della sensazione a esso corrispondente**. Egli affermò che, se la prima cresce in progressione geometrica (in una successione di numeri rimane costante il quoziente fra un numero e quello che lo precede), la seconda cresce in progressione aritmetica (in una successione di numeri rimane costante la differenza fra un numero e quello che lo precede), cioè molto più lentamente.

LA TEORIA NEI FATTI

COMPETENZE comprendere il funzionamento della mente • individuare collegamenti e relazioni fra le teorie studiate e l'esperienza concreta

Lo strano caso di Phineas Gage

UN CASO STUPEFACENTE Nel 1848 Phineas Gage (1823-1860), un giovane operaio delle ferrovie statunitensi, fu protagonista di un episodio a dir poco stupefacente.

Un giorno, mentre stava preparando una carica esplosiva per far saltare una roccia, accidentalmente la polvere da sparo prese fuoco e scoppiò; a causa dell'esplosione la **sbarra di ferro** che Gage teneva in mano schizzò in aria e, dopo aver perforato la sua guancia, **attraversò la scatola cranica per uscire dalla sommità della testa**.

La cosa straordinaria è che Gage non morì per l'incidente; anzi, non perse neppure i sensi e fu in grado di raccontare ai soccorritori ciò che gli era accaduto. Egli sopravvisse per diversi anni senza riportare apparenti conseguenze dell'infortunio, se non la perdita dell'occhio sinistro: era in grado di muoversi, parlare, capire, ricordare in modo normale. Ma ciò che risultò ben presto evidente a chi lo conosceva fu il **cambiamento di indole e di personalità**: l'uomo, che prima dell'incidente era prudente, assennato e moderato, era diventato irritabile, capriccioso, insolente.

IL CERVELLO "EMOTIVO" La vicenda di Gage mostrò agli studiosi che esistono **zone del cervello** responsabili delle **dimensioni affettive, emotive e sociali del comportamento**. La sbarra di ferro, attraversando la testa di Gage, le aveva evidentemente lesionate. Non aveva però toccato altre aree cerebrali, il che spiega il fatto che egli avesse conservato integre funzioni come il linguaggio o il movimento.

Ora tocca a te

Sono purtroppo comuni alla nostra esperienza i casi di persone – perlopiù anziane – che, colpite da ictus cerebrale o da analoghe malattie, riportano danni anche vistosi (paralisi, disturbi sensoriali, problemi di linguaggio ecc.).

RICERCA NEL WEB Attingi alla tua esperienza personale oppure ricorri a una ricerca in Internet per descrivere casi di individui il cui danno cerebrale ha prodotto conseguenze a livello affettivo, emotivo e comportamentale (com'è accaduto a Gage).

LESSICO

legge psico-fisica fondamentale

Formula matematica individuata da Fechner per descrivere il rapporto fra l'intensità di uno stimolo fisico e l'intensità della sensazione ad esso corrispondente.

Fechner chiamò questa formula **legge psico-fisica fondamentale**, perché a suo giudizio esprimeva una **relazione tra la materia**, cioè il corpo, e la **"psiche"**, ovvero una dimensione non fisica, immateriale: quella appunto delle sensazioni percepite dagli individui. In questo senso Fechner può definirsi un **"pioniere" della psicologia**.

Wundt: il primo psicologo

Il primo studioso a cui possiamo attribuire l'appellativo di "psicologo" è il tedesco **Wilhelm Wundt**. A lui si devono:

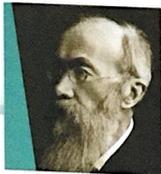
- la stesura di un vero e proprio manuale della nuova disciplina, **Fondamenti di psicologia fisiologica**, pubblicato nel 1874;
- l'apertura del **primo laboratorio di psicologia**, inaugurato a Lipsia nel 1879.

Perché consideriamo Wundt il primo psicologo? Perché, secondo ciò che lo studioso stesso afferma nel suo manuale, egli è il primo a concepire la **psicologia come scienza autonoma**, caratterizzata da uno **specifico oggetto di indagine** che la distingue dagli altri saperi. Tale oggetto è ciò che Wundt chiama l'**«esperienza immediata della realtà»**.

Due vie si svolgono per lo studio dell'esperienza. Una è quella della scienza naturale, che considera gli oggetti dell'esperienza nella loro natura, pensata indipendentemente dal soggetto; l'altra è quella della psicologia, che investiga l'intero contenuto dell'esperienza nella sua relazione con il soggetto.

(W. Wundt, *Compendio di psicologia*, in L. Mecacci, *Introduzione alla psicologia*, Laterza, Roma-Bari 1994, p. 117)

Proviamo a spiegare il senso di queste affermazioni con un esempio: una pianta e un animale, in quanto realtà naturali, sono oggetto rispettivamente della botanica e della zoologia, ma nella misura in cui possono destare in noi sensazioni ed emozioni riguardano anche la psicologia. Wundt ha dunque ben chiara l'idea della **psicologia come disciplina che "studia la mente"**, cioè quel luogo in cui - attraverso attività come la percezione, il ricordo e il pensiero - la realtà si rende presente al soggetto.



Wilhelm Wundt

Wilhelm Wundt nacque a **Neckarhau**, vicino a Mannheim (a nord-ovest di Stoccarda), nel **1832**. Dopo un'infanzia non felice, si iscrisse alla **facoltà di medicina**, dove venne a contatto con il fisiologo Hermann von Helmholtz (1821-1894).

DALLA FISILOGIA ALLA PSICOLOGIA Consegui la laurea nel 1857 e continuò gli **studi di fisiologia**; pubblicò i *Contributi a una teoria della percezione sensoriale* (1858-1862) per poi spostarsi sul **nuovo terreno** della psicologia, di cui espose i capisaldi nei **Fondamenti di psicologia fisiologica** (1873-1874) e nel *Compendio di psicologia* (1896).

IL PRIMO LABORATORIO E LA PRIMA RIVISTA DI PSICOLOGIA Nel 1875 diventò professore di filosofia all'Università di **Lipsia**, città dove nel **1879** fondò il celebre **"Istituto di psicologia sperimentale"** e dove rimase fino all'anno della morte, il **1920**.

Studioso infaticabile, Wundt si dedicò, oltre che all'attività nel laboratorio da lui fondato, alla stesura di parecchi libri. A lui si deve anche la nascita della prima rivista di psicologia, **"Studi filosofici"**, che iniziò le pubblicazioni nel **1881**.

1832 Wundt nasce a Neckarhau

1856 Studia con Müller, "padre" della fisiologia sperimentale

1857 Si laurea in fisiologia

1873-1874 *Fondamenti di psicologia fisiologica*

1879 A Lipsia fonda l'Istituto di psicologia sperimentale

1881 Dà avvio alla rivista "Studi filosofici"

1896 *Compendio di psicologia*

1920 Muore a Lipsia

2

Le prime correnti della psicologia: interrogativi e percorsi



VIDEO
Le principali teorie psicologiche

“La nostra psiche è costituita in armonia con la struttura dell’universo, e ciò che accade nel macrocosmo accade egualmente negli infinitesimi e più soggettivi recessi dell’anima.”

Carl Gustav Jung (1875-1961)

Dal laboratorio di Lipsia, la psicologia ha allargato ben presto i suoi orizzonti, grazie all’apporto di molteplici studiosi e scuole di pensiero. Le loro ricerche hanno contribuito a dare alla disciplina la fisionomia con cui si presenta oggi e nel contempo hanno sollevato una pluralità di interrogativi che cercheremo di ripercorrere.

In che cosa consiste la mente?

L’elementismo e lo strutturalismo

Secondo Wundt, i **contenuti mentali o psichici** sono **realtà complesse**; compito dello psicologo è dunque analizzarli, cioè **scomporli nelle loro parti più semplici**, allo stesso modo in cui si può scomporre un numero nei suoi fattori primi (ad esempio, $30 = 2 \times 3 \times 5$), e individuare le connessioni tra gli elementi definiti nella fase di analisi. Questa teoria viene chiamata dagli studiosi **elementismo** (o elementarismo) e si basa sulla convinzione che gli aggregati non abbiano caratteristiche o modalità di comportamento diverse da quelle degli elementi che li costituiscono.

A partire da tali premesse Wundt e i suoi collaboratori studiarono in laboratorio soprattutto le attività psichiche più elementari, come **sensazioni e percezioni**, cercando di approntare i metodi più idonei per descriverle in modo obiettivo e accurato.

Nel 1892 un giovane allievo di Wundt, l’inglese **Edward Titchener** (1867-1927), esportò negli Stati Uniti le opere e le idee del maestro, fondando una scuola di pensiero che prese il nome di **strutturalismo**. Il termine richiama il fatto che, accogliendo i principi di base dell’elementismo di Wundt, gli studiosi di questo indirizzo concepirono la **mente** come una sorta di “**struttura**” **chimica scomponibile in elementi più semplici** (così come una molecola è scomponibile negli atomi).

LESSICO

elementismo

Concezione secondo cui è possibile scomporre un fenomeno negli elementi più semplici che lo costituiscono senza smarrirne le caratteristiche fondamentali.

strutturalismo

Indirizzo psicologico che, a partire dall’elementismo, considera la mente una sorta di “struttura” chimica scomponibile in elementi più semplici.

funzionalismo

Indirizzo psicologico che concepisce l’attività psichica come un’unità dinamica, non scomponibile in parti più elementari.

A che cosa serve la mente? Il funzionalismo

Negli stessi anni in cui si diffuse lo strutturalismo, negli Stati Uniti nacque un’altra importante corrente di pensiero, il **funzionalismo**, che faceva capo allo psicologo e filosofo **William James** (1842-1910). In polemica con l’elementismo strutturalista, i funzionalisti paragonarono l’attività mentale a “un fiume che scorre”, non scomponibile perciò in parti più piccole.

Sulla scorta delle teorie evoluzionistiche affermatesi in biologia nella seconda metà dell’Ottocento, essi intesero studiare i **processi psichici** come strumenti che l’uomo

utilizza per adattarsi all'ambiente. Secondo questa prospettiva, è importante non tanto *descrivere che cosa siano* tali processi, quanto *capire a che cosa servano*, cioè **quale sia la loro funzione** (da qui la denominazione della scuola).

LESSICO

Gestalt

Letteralmente "forma", il termine designa una scuola psicologica caratterizzata dalla convinzione che i fenomeni psichici debbano essere compresi in termini di "forme", ossia di totalità strutturate.

Come lavora la mente? La Gestalt

Un'altra corrente psicologica che prese le distanze dallo strutturalismo fu quella della **Gestalt**, nata in Germania nel 1912 ad opera dello studioso ceco **Max Wertheimer** (1880-1943). Il nome della scuola - che in tedesco significa "forma" - deriva proprio dalla sua idea portante: **la mente agisce sulle informazioni che riceve dai sensi conferendo loro una "forma"** e creando in questo modo un'immagine della realtà ordinata e coerente. Se nella prospettiva elementista e strutturalista la percezione di un oggetto si può ricondurre alla somma di tutti gli elementi di cui esso consta, secondo gli studiosi della **Gestalt** essa avviene invece **in modo globale**, grazie all'attività unificatrice della mente. Ad esempio, quando riconosciamo il viso di una persona a noi nota, non procediamo identificandone singolarmente gli occhi, il naso, la bocca, il mento e così via; piuttosto, ne cogliamo immediatamente l'immagine come un tutto dotato di significato.

LE PRIME CORRENTI DI PSICOLOGIA

Completa la mappa inserendo opportunamente le espressioni seguenti.

adattivo ■ giustapposte ■ mente ■ non risolubile ■ percezione ■ più semplici ■ scomponibile



Mente o comportamento? Il comportamentismo

LESSICO

comportamentismo

Orientamento psicologico caratterizzato dalla volontà di circoscrivere l'oggetto della psicologia al solo comportamento.

In apertura abbiamo definito la psicologia come la **scienza del comportamento e dei processi mentali** (► p. 14). A concentrarsi sul primo termine di questo binomio è stata una delle scuole di psicologia più note, il **comportamentismo** (o "behaviorismo", dall'inglese *behaviour*, "comportamento"), fondato negli Stati Uniti da **John Watson** (1878-1958). Nel suo saggio *La psicologia come la vede il comportamentista* (1913) Watson affermò che la psicologia, per raggiungere il rigore e l'esattezza propri di una scienza, doveva avere un **oggetto visibile, osservabile e misurabile**: esso, quindi, non poteva essere la mente, ma piuttosto il **comportamento**, definito come **il complesso delle risposte** oggettivamente rilevabili di un soggetto agli stimoli esterni.

I comportamentisti pensavano che lo studio scientifico del comportamento permettesse **il controllo dell'agire umano**; per questa ragione hanno approfondito soprattutto i meccanismi grazie ai quali le risposte comportamentali possono essere acquisite o modificate, ovvero il fenomeno dell'**apprendimento** ► Unità 5, p. 106).

Il comportamentismo ha dominato per vari decenni la scena della ricerca psicologica, soprattutto negli Stati Uniti; con il tempo, però, i suoi presupposti sono stati messi in discussione. Da un lato è apparsa piuttosto riduttiva la lettura delle azioni umane a partire dallo **schema elementare "stimolo-risposta"**; dall'altro si è compreso che la semplice osservazione dei comportamenti non poteva soddisfare appieno l'**interesse per la vita psichica e il suo funzionamento**. Per questo motivo in Europa la **ricerca sulla mente come autonomo oggetto di indagine** è continuata per tutto il XX secolo, arricchendosi di contributi significativi.

► **Mente o comportamento? Il cognitivismo**

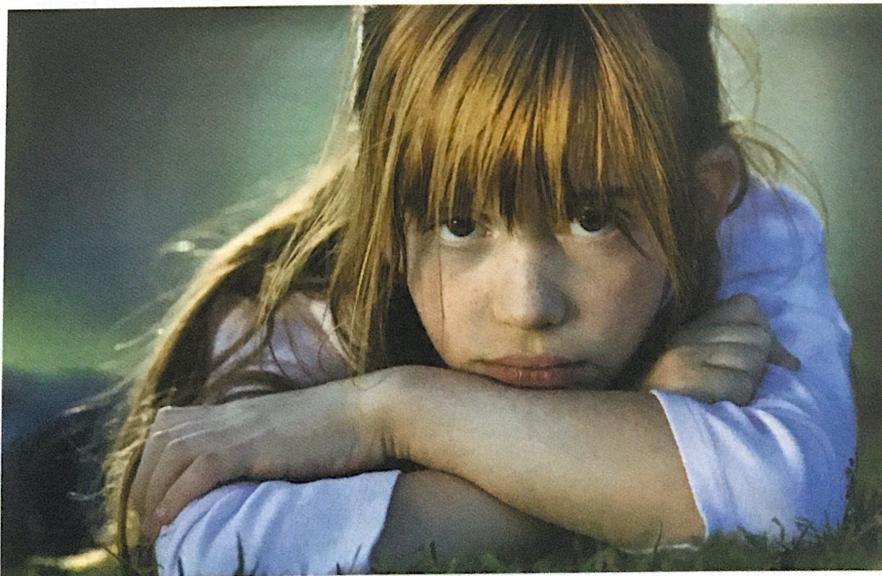
L'interesse per lo studio del pensiero e dei processi mentali si impose nella seconda metà del Novecento con il **cognitivismo**, un orientamento di pensiero complesso e variegato che non fa capo ad alcun autore fondante, anche se il suo manifesto è considerato lo scritto dello psicologo statunitense **Ulric Neisser** (1928-2012) intitolato **Psicologia cognitiva** (1967).

A stimolare lo studio dei processi mentali sono stati anche fattori estranei alla ricerca psicologica, primo fra tutti lo sviluppo delle **tecnologie elettroniche e informatiche**. L'idea di fondo del cognitivismo, infatti, è la concezione della **mente umana come elaboratore attivo di informazioni**, rappresentabile secondo il cosiddetto **modello H.I.P. (Human Information Processing)**. Proposto per la prima volta nel 1968 dagli studiosi statunitensi **Richard Atkinson** e **Richard Shiffrin**, e successivamente rielaborato da altri psicologi, il modello H.I.P. paragona il funzionamento della nostra mente a quello di un **computer** ► **PSICOLOGIA E INFORMATICA**, p. 22), che riceve **input** (dati in entrata) e restituisce **output** (le prestazioni richieste: ad esempio, ricevuta una lista di 500 termini, li restituisce in ordine alfabetico). Partendo dagli **stimoli che riceve dall'ambiente**, la mente compie una serie di operazioni, da cui scaturisce una **risposta in grado di provocare effetti sull'ambiente stesso**.

LESSICO

cognitivismo

Orientamento di pensiero che pone al centro del discorso psicologico la mente, concepita come un elaboratore attivo di informazioni.

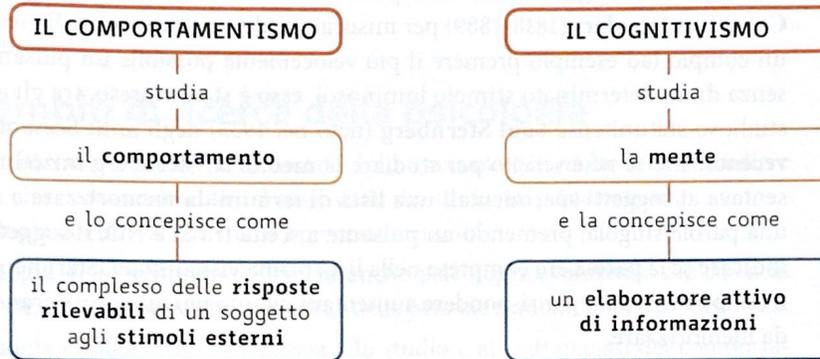


OSSERVA E RAGIONA

Osserva con attenzione l'immagine a fianco e prova a individuare un titolo e una didascalia che la ricolleghino prima al comportamentismo, poi al cognitivismo.

L'approccio cognitivista ha prodotto interessanti ricerche sperimentali su fenomeni quali la memoria, l'attenzione, la percezione, l'apprendimento. Ha promosso, inoltre, il dialogo tra la psicologia e altre discipline, dalla linguistica alla filosofia, dalle neuroscienze all'intelligenza artificiale.

COMPORAMENTISMO E COGNITIVISMO



Come possiamo indagare i processi mentali?

Se la psicologia intende essere una scienza, è necessario che le sue affermazioni sulla mente e sulle sue attività si basino su esperienze e osservazioni dirette, non su semplici concezioni teoriche.

L'INTROSPEZIONE La questione era già presente a Wundt e agli studiosi del laboratorio di Lipsia, i quali avevano proposto il ricorso al metodo dell'**introspezione**. Con questo termine si indica il **resoconto** da parte dell'individuo **delle proprie esperienze mentali**: i soggetti studiati in laboratorio venivano sottoposti a precisi stimoli fisici (visivi e uditivi) ed erano invitati a riferire in modo rigoroso – sulla scorta di precise istruzioni – le percezioni che ne derivavano.

L'introspezione, però, è stata ben presto accantonata dagli psicologi: essa è risultata infatti **un metodo poco affidabile**, in quanto incapace di cogliere realmente il **flusso degli eventi psichici** (non registra i processi mentali più semplici, di cui non abbiamo consapevolezza) e inevitabilmente falsata dal fatto che **soggetto e oggetto dell'indagine coincidono**.

IL METODO DEI TEMPI DI REAZIONE Per ovviare all'impossibilità di osservare in modo diretto la mente e nel contempo di ottenere risultati affidabili con le procedure introspettive, gli studiosi hanno deciso di utilizzare **metodi indiretti**: hanno tentato, cioè, di ricostruire i processi mentali basandosi su **indizi e tracce esteriori**, accessibili all'osservazione.

LESSICO

metodi indiretti

Tutte le procedure che ricostruiscono i processi mentali basandosi su indizi e tracce esteriori, accessibili all'osservazione.

LESSICO ATTIVO

introspezione Dal latino *intro*, "dentro", e *spicere*, "guardare", il termine indica una procedura di indagine psicologica fondata sull'esame delle proprie esperienze mentali.

USA LA PAROLA Scrivi due frasi: una in cui la parola sopra definita compaia nell'accezione del senso comune e l'altra in cui compaia nel suo significato scientifico.

LESSICO

tempo di reazione

Il tempo che intercorre tra la somministrazione di uno stimolo e la risposta del soggetto a quello stesso stimolo.



ESERCIZI

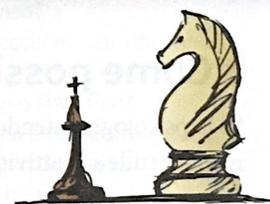
Questi metodi consistono perlopiù nel richiedere al soggetto di eseguire un compito specifico, appositamente predisposto per studiare il fenomeno psichico che interessa (la percezione, la memoria, il ragionamento e così via): dal modo in cui tale compito viene eseguito gli studiosi cercano di capire come abbia lavorato la mente.

Un metodo indiretto piuttosto semplice è la misurazione dei **tempi di reazione**, ossia la rilevazione del tempo che intercorre tra l'**input ricevuto da un soggetto** e la **risposta che egli elabora**. Già sperimentato dal fisiologo olandese **Franciscus Cornelius Donders** (1818-1889) per misurare le differenti velocità di esecuzione di un compito (ad esempio premere il più velocemente possibile un pulsante in presenza di un determinato stimolo luminoso), esso è stato ripreso, tra gli altri, dallo studioso statunitense **Saul Sternberg** (nato nel 1933) negli anni Sessanta del Novecento, che se ne è servito per studiare la **memoria**. Sternberg inizialmente presentava ai soggetti sperimentali una lista di termini da memorizzare e in seguito una parola singola; premendo un pulsante a scelta tra SÌ e NO, il soggetto doveva indicare se la parola era compresa nella lista prima visualizzata. Sternberg notò che il tempo impiegato per rispondere aumentava quanto più numerose erano le parole da memorizzare.

UN GIOCO PER IMPARARE

COMPETENZE utilizzare conoscenze psicologiche per comprendere aspetti della realtà individuale

- collaborare e partecipare



Misuriamo i nostri tempi di reazione

Nonostante i processi mentali non si possano osservare direttamente, Donders ipotizzò di aggirare l'ostacolo con il suo metodo dei tempi di reazione, ricostruendoli indirettamente con una certa precisione. Provate ad applicare in classe questo metodo per misurare la velocità con cui elaborate le informazioni.

■ Disponetevi seduti in modo da formare un cerchio. Uno di voi estratto a sorte dice il cognome di un compagno e alza contemporaneamente il braccio destro. Il ragazzo nominato deve indicare a sua volta un altro compagno alzando però il braccio sinistro. Seguendo lo stesso schema di prima, lo studente chiamato in causa deve indicare il cognome di un terzo compagno, alzando il braccio destro, e così via. Il test richiede di **alternare le braccia, di non richiamare mai la persona da cui si è stati nominati** e di **utilizzare sempre il cognome** dei compagni e mai il nome.

L'insegnante, fuori dal cerchio, supervisiona il **regolare svolgimento delle operazioni** e tiene sotto controllo il **cronometro** per misurare i **tempi di reazione** dei vari studenti.

■ Si può poi provare a rendere il gioco più difficile: ad esempio stabilendo che il primo che dà avvio al gioco pronunci **prima il nome e poi il cognome** di un compagno (ad esempio "Marco Bianchi"), mentre colui che è stato nominato, oltre ad alzare il **braccio opposto**, dovrà invertire anche l'ordine dei dati, dicendo **prima il cognome e poi il nome** del compagno successivo (ad esempio "Rossi Chiara"), e così via (nome e cognome - braccio destro; cognome e nome - braccio sinistro ecc.).

Dal gioco alla teoria

RIFLETTI E RISPONDI

- Come si collega questo gioco alla teoria di Sternberg?
- Quale operazione ha maggiormente condizionato la velocità delle vostre risposte? Perché?
- Che cosa vi ha permesso di scoprire questo gioco sui processi cognitivi?

■ **PENSIERO CREATIVO** Provate a ideare un gioco simile a quello suggerito per misurare i tempi di reazione individuali.

3 La psicologia oggi

“In psicologia è necessario non ricercare la verità e la certezza definitiva, ma indagare continuamente, approfondendo la conoscenza e lasciando tutte le domande aperte.”

Aldo Carotenuto (1933-2004)

■ Gli ambiti di ricerca della psicologia

Oggi la psicologia si presenta come una disciplina articolata in **molte aree di studio e di ricerca**, che si sono delineate nel corso della sua storia. Le principali sono:

- la **psicologia cognitiva**, che studia i processi mentali;
- la **psicologia dello sviluppo** (chiamata anche **psicologia evolutiva**), che cerca di comprendere in che modo i tratti psichici delle persone cambino nel corso della vita;
- la **psicologia clinica**, che è finalizzata allo studio e al trattamento dei comportamenti ritenuti “patologici”;
- la **psicologia sociale**, che studia le interazioni tra gli individui all’interno della società (tra persone, gruppi, istituzioni sociali).

Vi sono poi settori di ricerca più specifici:

- la **psicologia dell’educazione**, interessata a mettere in luce i meccanismi psicologici implicati nell’esperienza educativa e nelle attività didattiche;
- la **psicologia della comunicazione**, che studia gli aspetti psicologici delle attività comunicative;
- la **psicologia giuridica**, che trasferisce i contributi del sapere psicologico ai vari ambiti della pratica forense (come i processi o la realtà carceraria);
- la **psicologia del lavoro**, interessata a studiare gli effetti psicologici delle attività lavorative e nel contempo a fornire alle aziende gli strumenti per la selezione e l’orientamento del personale.

■ Gli ambiti di applicazione della psicologia

Ma, nel concreto, che cosa fanno oggi gli psicologi?

Alcuni psicologi si dedicano alla ricerca, cioè proseguono in un certo senso gli studi già intrapresi dai fondatori della disciplina, specializzandosi in determinati ambiti di indagine e tentando di fornire **contributi sempre più aggiornati alla conoscenza della mente e dei processi psichici**.

La maggior parte, però, mette le proprie competenze al servizio di quei settori della realtà sociale che richiedono l’intervento di uno specialista del comportamento. Alcuni psicologi, ad esempio, operano all’interno delle **istituzioni socio-sanitarie** (ospedali, consultori, centri di igiene mentale ecc.); altri nella **scuola**, svolgendo una preziosa opera di supporto per l’integrazione dei soggetti diversamente abili o culturalmente svantaggiati, oppure offrendo consulenza e ascolto agli alunni in difficoltà. Le competenze dello psicologo sono importanti anche per le attività produttive: le aziende si servono di questi specialisti per la **selezione del personale** e per attuare efficaci **strategie di marketing** (sfruttando, ad esempio, le conoscenze degli psicologi sulle motivazioni che guidano le scelte degli individui).

Inoltre, la convinzione che il **benessere emotivo** della persona e la **capacità di ottimizzare al meglio le proprie risorse cognitive** siano requisiti importanti per lo svolgimento di qualsiasi compito ha reso lo psicologo una presenza abituale anche in altri ambiti: ad esempio nell'ambiente sportivo, a supporto delle squadre e degli atleti impegnati nelle varie discipline agonistiche.

Una parte consistente di psicologi, infine, si dedica alla **psicoterapia**, cioè all'attività di cura nei confronti di soggetti affetti da disturbi psicologici più o meno gravi, spesso affiancando l'opera dei medici specialisti (psichiatri). La psicoterapia non coincide con la psicologia, come spesso si è portati a credere, ma ne costituisce soltanto una **specializzazione**, che richiede un **percorso di formazione specifico**: lo psicologo che vuole diventare psicoterapeuta, infatti, dopo avere conseguito la laurea deve frequentare un'apposita scuola per acquisire le competenze professionali necessarie.

LESSICO

psicoterapia

Insieme di metodi e di tecniche psicologiche per la cura delle patologie mentali.

► Gli orientamenti teorici

Molti degli orientamenti di pensiero che la psicologia ha conosciuto nel corso della sua storia continuano oggi a esistere e a guidare la ricerca e l'azione degli specialisti. Ognuno di essi tende a focalizzare l'attenzione su **determinati aspetti del comportamento e dei processi mentali**, indirizzando così il lavoro dello psicologo.

Questo fenomeno appare evidente, in particolare, nel campo della psicoterapia: esistono, infatti, **percorsi di cura dei disturbi psichici di vario orientamento**, ad esempio di ispirazione comportamentista, cognitivista, gestaltista ecc.

L'esistenza di diversi percorsi non toglie valore al sapere psicologico, anzi, ne incrementa le **possibilità di azione**. L'esperienza psicologica degli individui è caratterizzata infatti da molte dimensioni: **cognitiva** (pensieri, giudizi, ragionamenti), **affettiva** (emozioni, sentimenti), **comportamentale** (azioni), **interpersonale** (interazioni e rapporti con le altre persone).

Le molteplici prospettive, quindi, non si escludono vicendevolmente, ma contribuiscono ad **arricchire la nostra conoscenza della realtà psichica** e a cogliere appieno la **complessità dell'esperienza umana** ► LABORATORIO DI CITTADINANZA ATTIVA).

PER FISSARE I CONCETTI

1. Completa opportunamente le frasi seguenti.

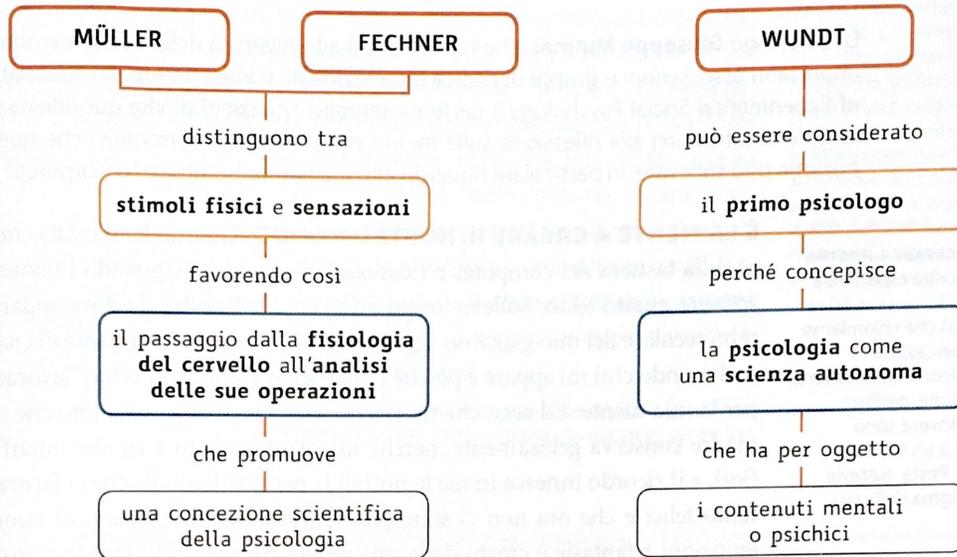
- a. La psicologia _____ studia le interazioni tra gli individui.
- b. La psicologia _____ studia i comportamenti patologici.
- c. La psicologia _____ studia l'evoluzione dei tratti psichici delle persone.
- d. La psicologia _____ studia i meccanismi psicologici implicati nelle attività didattiche.
- e. La psicologia _____ applica il sapere psicologico alla realtà carceraria.
- f. La psicologia _____ studia i processi mentali.

2. In che cosa consiste la differenza tra psicologia e psicoterapia?

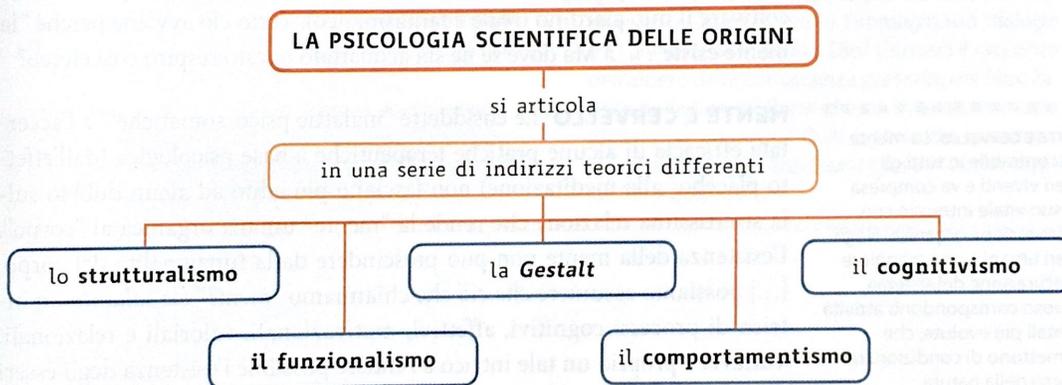
3. **PENSIERO CREATIVO** Immagina una situazione che possa diventare oggetto di studio per la psicologia del lavoro.

LA MAPPA DELL' *unità* 1

1. LA MENTE COME OGGETTO DI RICERCA



2. LE PRIME CORRENTI DELLA PSICOLOGIA: INTERROGATIVI E PERCORSI



3. LA PSICOLOGIA OGGI

