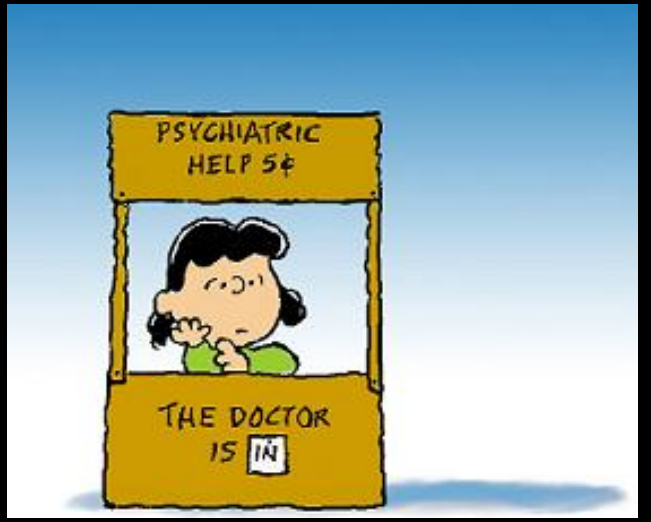
Centro Camilliano di Formazione
Febbraio 2014



Che cosa è la Psicologia ?

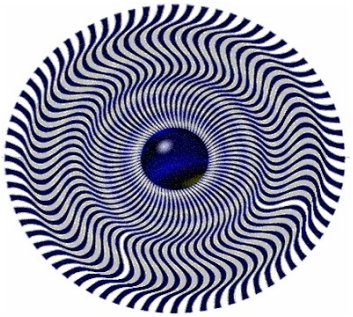
Una introduzione ad una disciplina millenaria attraverso alcuni protagonisti

Marco Vicentini, Psy.D.

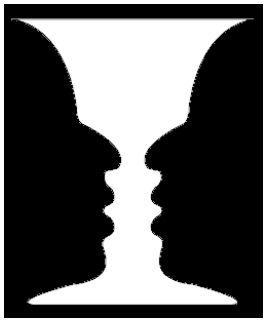
http://www.marcovicentini.it/didattica

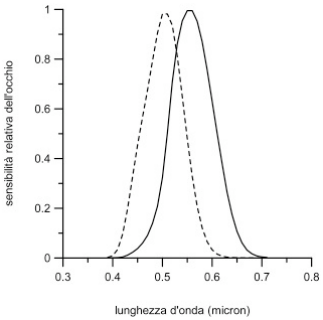
Sommario

- Psicologia: un minestrone di idee?
- Filosofia, Pedagogia, Psichiatria, Scienza
  => Psicologia
- Oggetto di studio
- Breve storia della Psicologia
- Psicologia Clinica: Counselling e Psicoterapia

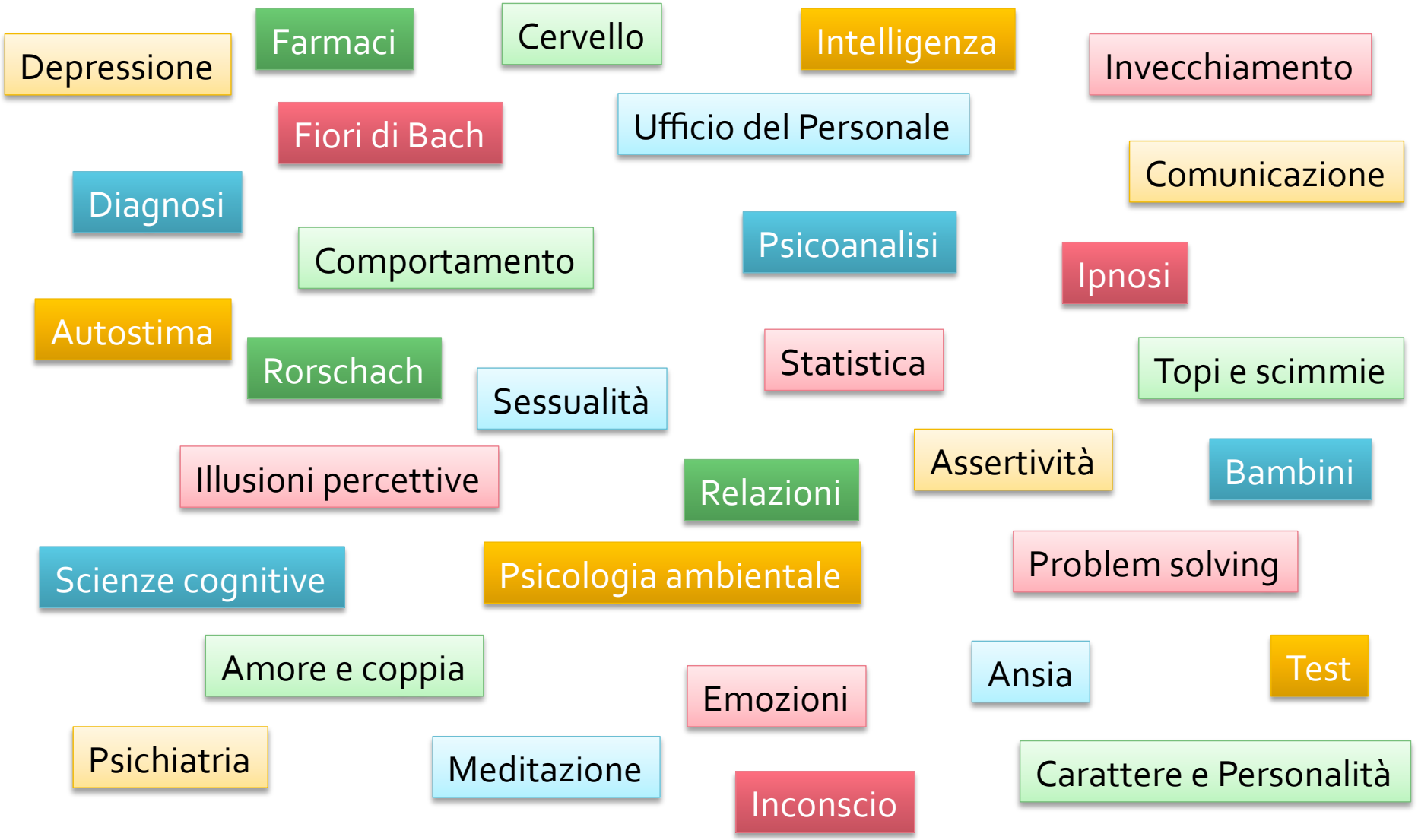


SECNODO UN PFROSSEORE DLEL'UNVIESRITA' DI CMABRDIGE, NON IMORPTA IN CHE ORIDNE APAPAINO LE LETETRE IN UNA PAOLRA, L'UINCA CSOA IMNORPTATE E' CHE LA PIMRA E L'ULIMTA LETETRA SINAO NEL PTOSO GITUSO. IL RIUSTLATO PUO' SERBMARE MLOTO CNOFSUO, MA NOONSTATNE TTUTO SI PUO' LEGERGE SEZNA MLOTI PRLEOBMI.

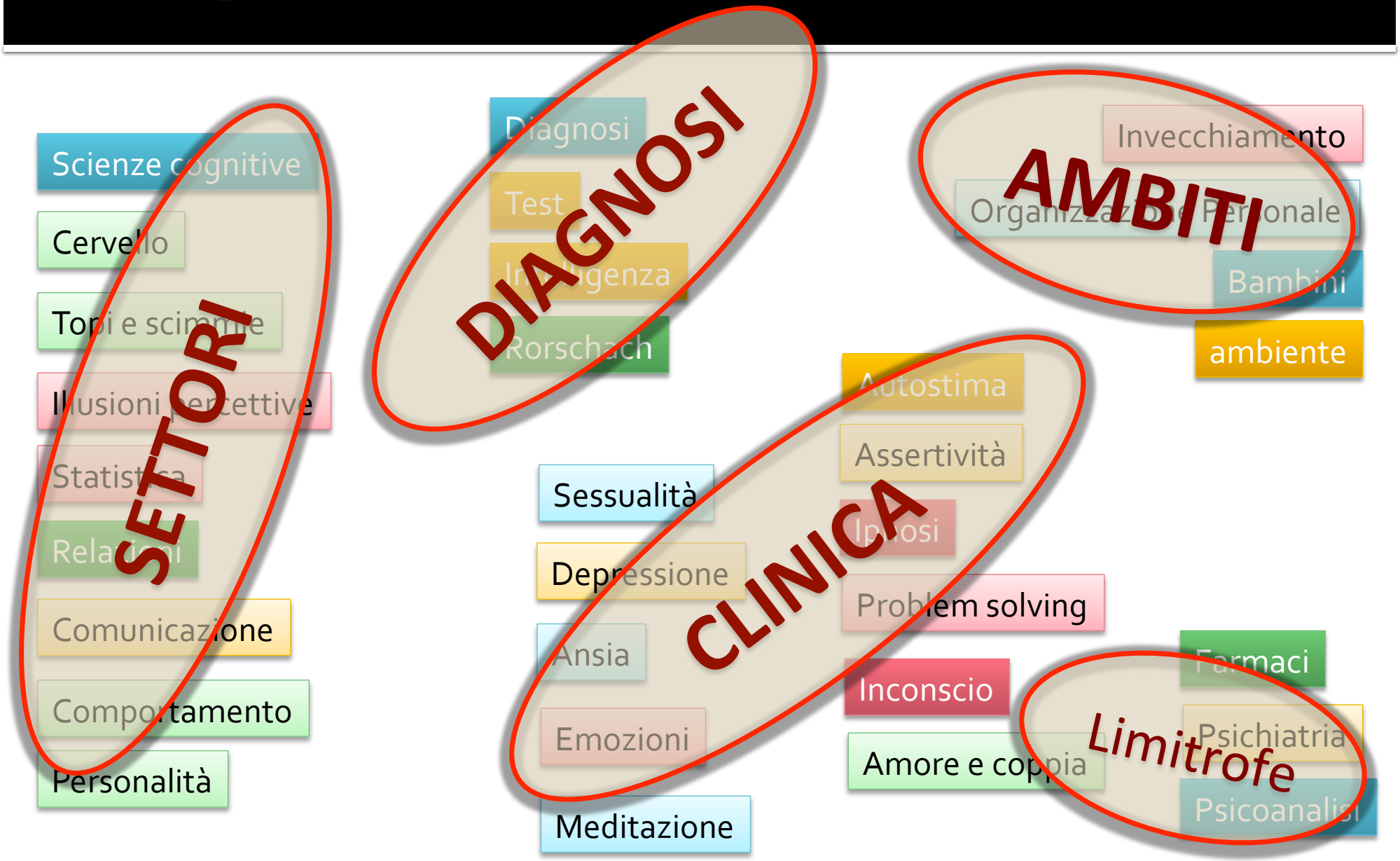




Di tutto di più:



Un po' d'ordine …



Un po' d'ordine …

Scienze cognitive

Cervello

Topi e scimmie

Illusioni percettive

Statistica

Relazioni

Comunicazione

Comportamento

Personalità

Diagnosi

Test

Intelligenza

Rorschach

Sessualità

Depressione

Ansia

Emozioni

Meditazione

Invecchiamento

Organizzazione Personale

Bambini

ambiente

Autostima

Assertività

Ipnosi

Problem solving

Inconscio

Amore e coppia

Farmaci

Psichiatria

Psicoanalisi

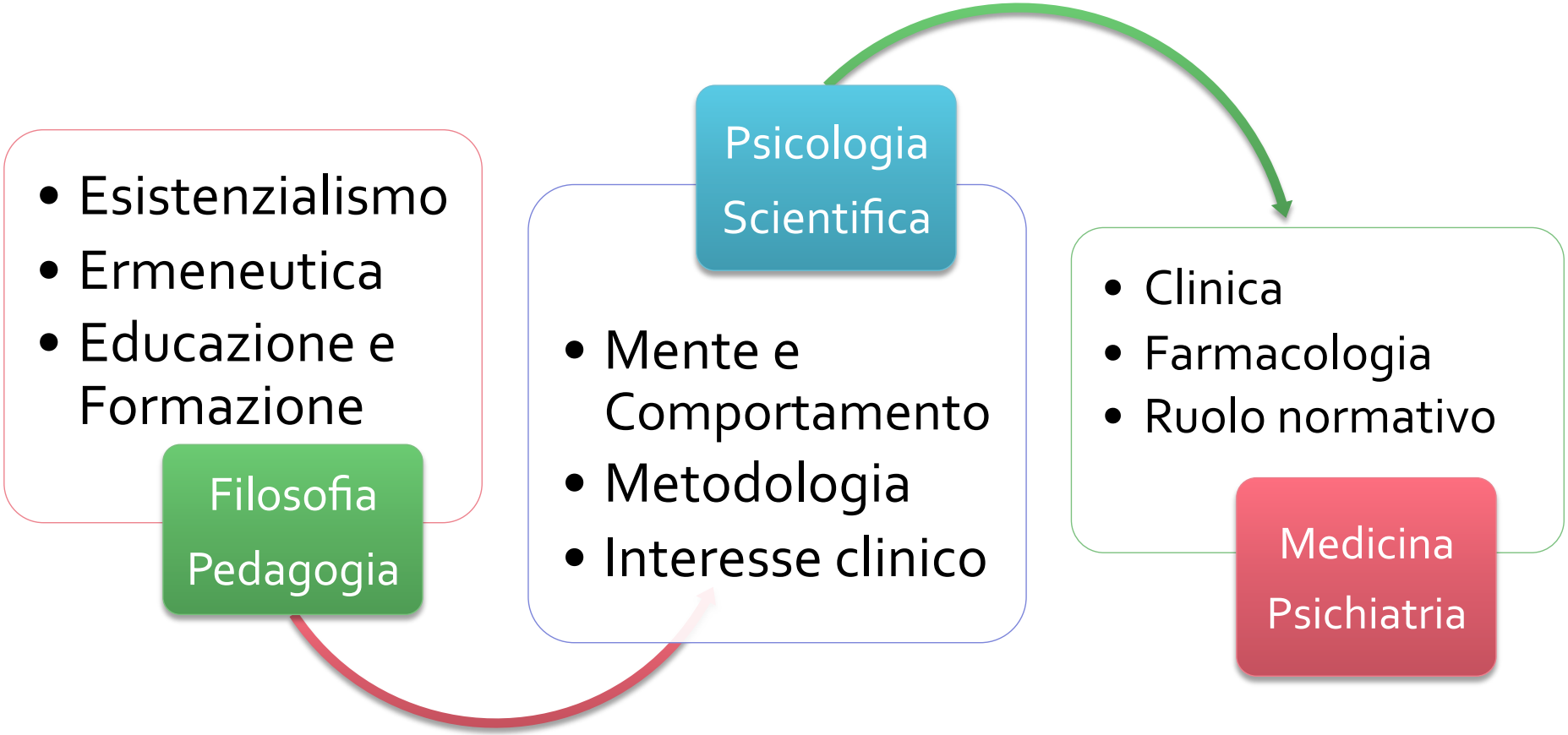
Figlio di 3 genitori

Medicina

Filosofia

Scienza

Le tre anime della psicologia



La psicologia

- La psicologia è la scienza che studia il **comportamento degli individui e i loro processi mentali** [APA].
- Tale studio riguarda le dinamiche interne dell'individuo, i rapporti che intercorrono tra l'individuo e l'ambiente, il comportamento umano in relazione, ed i processi mentali che intercorrono tra gli stimoli sensoriali e le relative risposte.

Lo psicologo in Italia

- La professione [sanitaria] di psicologo comprende l'uso degli strumenti conoscitivi e di intervento per la *prevenzione*, la *diagnosi*, le attività di abilitazione-*riabilitazione* e di *sostegno* in ambito psicologico rivolte alla persona, al gruppo, agli organismi sociali e alle comunità.
- Comprende altresì le attività di sperimentazione, ricerca e didattica in tale ambito.

Legge 56/1989

Una scienza fatta di uomini

- Wundt
- Fechner
- Pavlov
- Freud
- Watson
- Skinner
- Miller
- Zimbardo
- Eysenck
- Beck
- Ellis
- Hayes

Le origini della psicologia

Il termine PSICOLOGIA (scienza dell'anima) viene introdotto attorno al 1520, quando nasce la scienza moderna.

Il dualismo di Descartes (1596-1650) fra *res cogitans* e *res extensa* consente di studiare l'uomo come macchina

L'empirismo inglese (Locke, Hume, Stuart Mill) rivolge l'indagine sui processi

Gli "ideologi" francesi (Condillac, 1715-1780, Cabanis, 1757-1808) paragonano l'organismo umano a quello animale

In Germania J.F. Herbart (1776-1841) afferma la necessità della misurazione dei fatti psichici

Auguste Comte (1798-1857)

- Spirito positivo: reale, utile, certo, preciso, costruttivo.
- Positivismo: «**non si può aver scienza se non di fatti**»

- È impossibile la descrizione dei processi mentali come indipendenti dai fatti fisiologici e da quelli sociali
- Lo studio dell'uomo si può condurre solo tramite le biologia e la sociologia.

Gustav T. Fechner (1801-1887)

- *Psicofisica*: psicologia sperimentale su base matematica
- **Legge psicofisica fondamentale**: vi è un rapporto quantitativo tra l'intensità dello stimolo e la risposta, intesa come l'intensità percepita.

$$S = c \cdot \log R$$

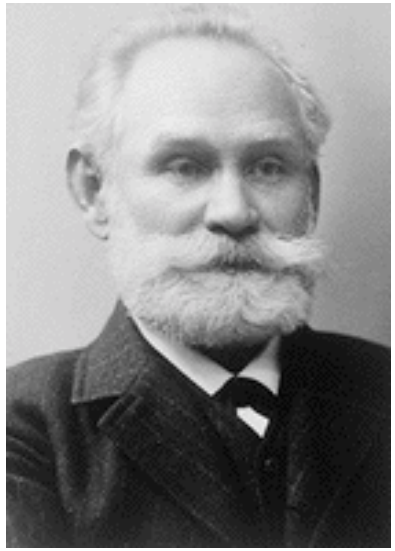
Legge di Weber-Fechner

Wilhelm M. Wundt (1832-1920)

- Primo **laboratorio di psicologia sperimentale** (Lipsia 1879)
- Studia le *funzioni elementari* della mente (sensazione e percezione)
- Tramite la presentazione di stimoli fisici e l'*introspezione* cerca la **struttura latente della mente**.

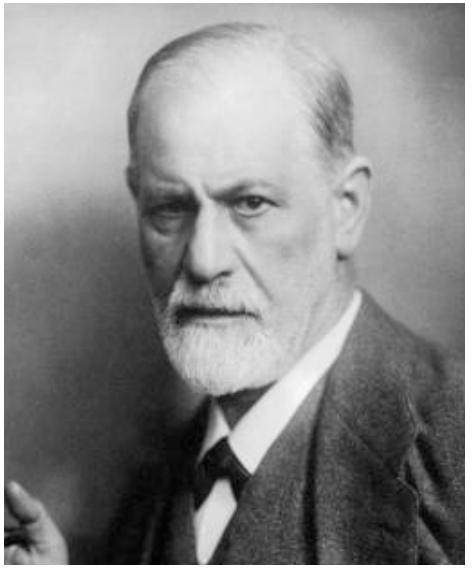
Ivan P. Pavlov (1849-1936)

- Medico e fisiologo: studia la "secrezione psichica" nei cani
- **Riflesso condizionato**: uno stimolo neutro diventa un segnale per un evento che sta per verificarsi.



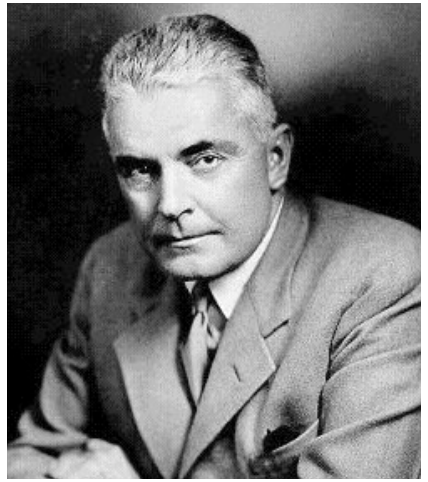
Sigismund S. Freud (1856-1939)

- Neurologo e medico
- **Psicoanalisi**: procedimento per l'indagine dei fatti mentali, insieme di teorie della mente, metodo terapeutico catartico per le nevrosi.
- Ipotesi utili fino a quando la scienza non avrà spiegato il funzionamento del cervello.



John B. Watson (1878-1958)

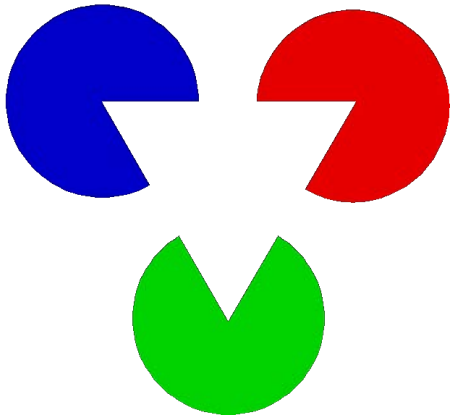
- Il comportamento degli individui osservabile e misurabile è l'unico oggetto dell'indagine psicologica
- Metodi obiettivi, interpretabili secondo lo **schema stimolo - risposta**.
- **Apprendimento** nei ratti e nei bambini



Rosalie Rayner

Kurt Z. Lewin (1890-1947)

- 2+2=5
  - (la somma è maggiore delle parti)
- La psicologia della Gestalt cerca di comprendere il funzionamento della mente studiando come le parti si unificano nel tutto per formare l'esperienza cosciente.

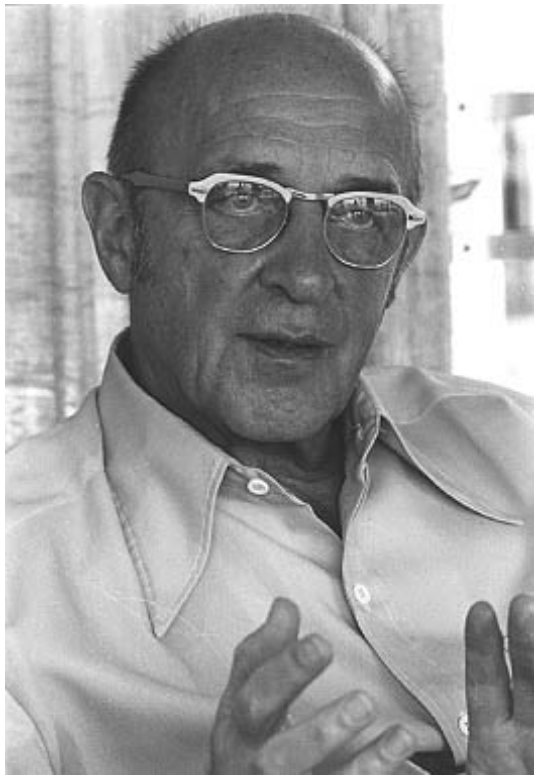


Jean Piaget (1896-1980)

- **Sviluppo dell'intelligenza** nei bambini secondo un modello stadiale, che studia lo sviluppo (genesi) delle strutture cognitive.
- La conoscenza è un processo e non uno stato, una relazione fra colui che conosce e ciò che è conosciuto.
- L'individuo costruisce la sua conoscenza, nel senso che partecipa attivamente al processo del conoscere.

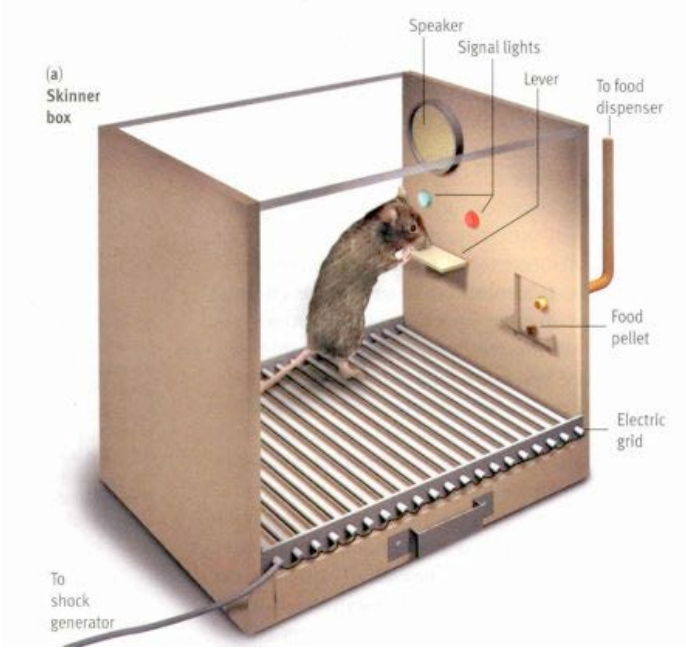
Carl R. Rogers (1902-1987)

- Fondatore dell'approccio umanistico
  - approccio centrato sul cliente
  - psicoterapia non direttiva
- Basata sulla teoria della personalità secondo la quale l'individuo tende all'autorealizzazione,
  - struttura il proprio Sé ricercando un accordo tra la valutazione-accettazione dei valori suggerita dall'esterno, e quelli conformi alla richiesta di autorealizzazione.



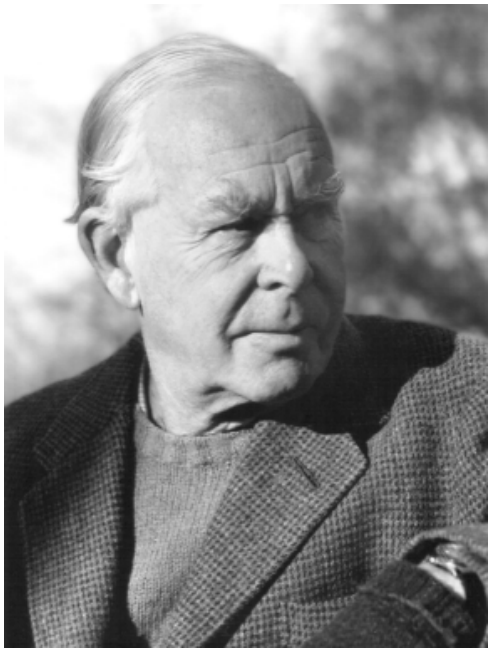
Burrhus F. Skinner (1904-1990)

- "il più influente psicologo del XX secolo"
- **Condizionamento operante**: l'apprendimento è una contingenza a tre termini (stimolo discriminante, risposta comportamentale, e stimolo rinforzatore)



John Bowlby (1907-1990)

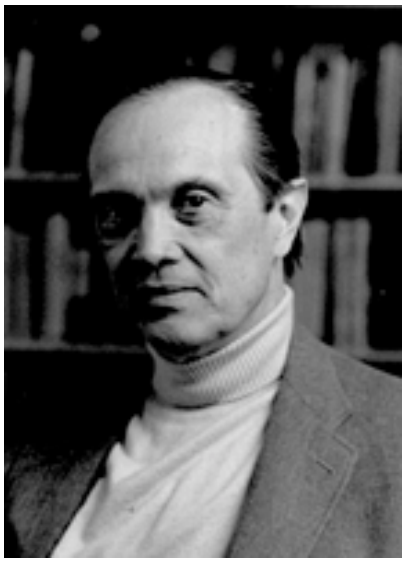
- Ha elaborato la teoria dell'attaccamento,
  - Focalizzato sul legame madre-bambino e sulla realizzazione dei legami affettivi intra-familiari
- Il termine "attaccamento" indica
  a. comportamento di attaccamento;
  b. sistema comportamentale di attaccamento;
  c. legame d'affetto.



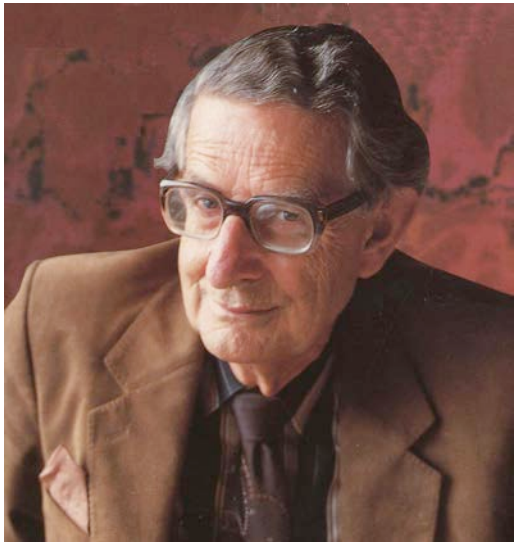
- **Un attaccamento di tipo sicuro** si ha se il bambino sente di avere dalla figura di riferimento protezione, senso di sicurezza, affetto;
- Nell'**attaccamento di tipo insicuro** il bambino riversa sulla figura di riferimento comportamenti e sentimenti come instabilità, prudenza, eccessiva dipendenza, paura dell'abbandono.

George A. Miller (1920-2012)

- *The Magical Number Seven, Plus or Minus Two* (1956)
- Mente come sistema di **elaborazione dell'informazione.**
- Nascita dei modelli cognitivi e computazionali per spiegare il funzionamento della mente.



Hans J. Eysenck (1916-1997)



- Psicometrista e metodologo
- Studio della **struttura della personalità** con un modello bifattoriale.
  - "What is wrong with psychoanalysis" (1953) .
  - *Race, Intelligence and Education* (1971)
  - *Sex, Violence and the Media* (1978).
  - *Astrology - Science or Superstition?* (1982)
  - *Smoking, Personality and Stress* (1991)

Aaron Beck (1921-)
Albert Ellis (1914-2007)

- *There's more to the surface than meets the eye*

- **Psicoterapia cognitiva**: utilizzo nell'analisi clinica anche degli aspetti consci e razionali dell'individuo

- Tecniche specifiche:
  modello ABC
  modello REBT

Albert Bandura (1925-)

- **Apprendimento sociale**: studia il ruolo del modellamento nell'apprendimento dei comportamenti e delle emozioni
- **Autoefficacia percepita**: facoltà di generare azioni mirate a determinati scopi

Gene Glass (1940-)

- L'inventore del concetto statistico di "meta-analisi"
- Dal 1980 in avanti ha pubblicato una rassegna sulla letteratura scientifica relativa ai benefici della psicoterapia

Chi è il più influente ?

THE APA'S TOP 20

1. Burrhus Skinner
2. Jean Piaget
3. Sigmund Freud
4. Albert Bandura
5. Leon Festinger
6. Carl Rogers
7. Stanley Schachter
8. Neal Miller
9. Edward Thorndike
10. Abraham Maslow
11. Gordon Allport
12. Erik Erikson
13. Hans Eysenck
14. William James
15. David McClelland
16. Raymond Cattell
17. John Watson
18. Kurt Lewin
19. Donald Hebb
20. George Miller

WEBLINKS

The list: *http://edtech.tph.wku.edu/~shaggblo/tcl.htm*

The paper in full: *www.apa.org/journals/gpr/press_releases/june_2002/gpr62139.pdf*

- Haggbloom et al. (2002). The 100 Most Eminent Psychologists of the 20th Century. Review of General Psychology, 6, 139-152.

Figure Professionali

Figure professionali

- Prevenzione e promozione della salute
  - Realizzazione di progetti formativi diretti a promuovere **lo sviluppo delle potenzialità di crescita individuale e di integrazione sociale, a facilitare i processi di comunicazione, a migliorare la gestione dello stress e la qualità della vita**;
  - …
  - utilizzo di … strumenti per **l'analisi del comportamento, dei processi cognitivi, delle opinioni e degli atteggiamenti, dei bisogni e delle motivazioni, dell'interazione sociale, dell'idoneità psicologica a specifici compiti e condizioni**;
  - partecipazione all'equipe multidisciplinare nella **stesura del bilancio delle disabilità, delle risorse, dei bisogni e delle aspettative del soggetto, nonché delle richieste e delle risorse dell'ambiente**;
  - Collaborazione negli **interventi psicoeducativi e nelle attività di promozione della salute**, di modifica dei comportamenti a rischio, di inserimento e partecipazione sociale;

(DPR 328/2001)

Figure professionali

- Diagnosi: **Psicologo**
  - "La professione sanitaria dello psicologo comprende *l'uso degli strumenti conoscitivi* per la prevenzione, *la diagnosi*, le attività di riabilitazione e di sostegno *in ambito psicologico* rivolte alla persona, al gruppo, agli organismi sociali e alle comunità" (art.1 della Legge 56/89)
  - Lo psicologo si caratterizza per *l'uso di alcuni strumenti specifici* grazie ai quali delinea il proprio spazio autonomo e non condiviso con altre figure professionali limitrofe (come ad esempio psichiatri o assistenti sociali).
  - Sono specifici dello psicologo *gli strumenti e le tecniche conoscitive e di intervento relative a processi psichici* (relazionali, emotivi, cognitivi, comportamentali) *basati sull'applicazione di principi, conoscenze, modelli o costrutti psicologici* (art. 21 del C.D.)
  - Lo psicologo si differenzia da altre figure professionali nel fatto di essere l'unico a poter fare **diagnosi psicologica**.

Figure professionali

- È rilevante ritenere, ai fini della configurabilità del reato di cui all'art. 348 c.p.,
  - non solo gli atti riservati, in via esclusiva, a soggetti dotati di speciale abilitazione (c.d. atti tipici della professione),
  - ma. anche quelli c.d. caratteristici, strumentalmente connessi ai primi, a condizione che vengano compiuti in modo **continuativo** e **professionale**,
    - in quanto, anche in questa seconda ipotesi, si ha esercizio della professione per la quale è richiesta l'iscrizione nel relativo albo

CNOP, Parere sulla Prevenzione e Promozione, 2013

Figure professionali

- Trattamento farmacologico: **Psichiatra**
  - Nell'ordinamento italiano lo psichiatra è un laureato in medicina e chirurgia con specializzazione post-laurea in psichiatria; è prima di tutto un medico, abilitato all'esercizio della psicoterapia.
  - Può **prescrivere farmaci** generici e/o **psicofarmaci** con regolare ricetta medica e richiedere e valutare esami clinici

Figure professionali

- **Psicoterapia**
  - è una branca specialistica della psicologia (e della psichiatria) che si occupa della cura di disturbi psicopatologici di diversa gravità
  - Professionalmente la psicoterapia è una **specializzazione sanitaria riservata a Medici e Psicologi**
  - Riconduce alle terapie della mente realizzate con strumenti psicologici quali la **parola**, l'**ascolto**, il **pensiero**, la **relazione**, nella finalità del **cambiamento consapevole dei processi psicologici** dai quali dipende il malessere o lo stile di vita inadeguato, connotati spesso da sintomi di disagio.
  - Si avvale di **tecniche applicative** della psicologia dalle quali prende specificazione: *cognitivo-comportamentale*, *relazionale-sistemica*, *dinamica*, … *umanistisca*, *gestaltica* …

Psicologia: Counseling e Psicoterapia

Le riviste internazionali

- **Counseling and clinical psychology journal**
- Counseling and values
- Counseling outcome research and evaluation
- **The Counseling psychologist**
- **Counselling psychology quarterly**
- Death studies
- Elementary school guidance and counseling
- The family journal
- International journal of family counseling
- **International journal of psychology and counseling**
- Journal for Social Action in Counseling and Psychology
- Journal of Addictions & Offender Counseling
- Journal of College Counseling
- Journal of counseling and development
- **Journal of counseling psychology**
- Journal of employment counseling
- Journal of Financial Counseling and Planning
- Journal of Genetic Counseling
- The Journal of humanistic counseling
- Journal of humanistic counseling, education and development
- The journal of humanistic counseling, education and development
- Journal of marriage and family counseling
- Journal of Mental Health Counseling
- Journal of Multicultural Counseling and Development
- Journal of offender counseling
- The Journal of pastoral counseling
- Journal of professional counseling, practice, theory, & research
- Journal Of School Counseling
- Journal of Technology in Counseling (JTC)
- Kentucky Counseling Association journal
- Measurement and evaluation in counseling and development
- Patient education and counseling
- Professional school counseling
- Rehabilitation counseling bulletin

Ambiti di intervento specifici: Professione, Educazione, Famiglia, Pastorale …

Psicologia e Counseling

- "il counselling è una attività professionale basata su interventi di comunicazione interpersonale volta a facilitare il miglioramento della qualità di vita dell'utente in specifici ambiti".
  - Necessarie abilità di ascolto, empatia e calore (bagaglio umano aspecifico).
  - È un intervento pragmatico, empirico e positivo.
  - Non interviene in modo interpretativo né strutturale né sistemico

Metodologia

- Problem Solving
  - Stabilire gli obiettivi e individuare gli ostacoli
  - Individuare ed utilizzare le risorse
  - Verificare

Bibliografia essenziale

- Aprile (2009), ***Psicologia. Temi introduttivi***, Apogeo.
- Atkinson & Hilgard (2003), *Introduzione alla psicologia*, Piccin.
- Baroni (2008), ***Psicologia***, Avallardi.
- Gray (2004), *Psicologia*, Zanichelli.

- Spagnulo, *Guida al Counseling*, Ecomind.