



PSICOLOGIA GENERALE

**LEZIONE 1
09.03.2020**

**Docente Diletta VIEZZOLI
dviezzoli@units.it**

OBIETTIVI DEL CORSO

- Fornire un **quadro teorico dello stato attuale** delle conoscenze dei processi studiati dalla Psicologia Generale
- Conoscere l'inquadramento storico dello sviluppo della scienza psicologica
- Conoscere i concetti fondanti delle principali correnti psicologiche, con particolare riferimento agli orientamenti più attuali
- Inquadrare le principali funzioni psichiche, i processi percettivi, cognitivi, emozionali e motivazionali
- Conoscere i principali approcci psicoterapeutici con particolare riferimento alla terapia cognitiva e comportamentale e al concetto di salute mentale

INTRODUZIONE

Cosa studia la Psicologia Generale?

L'organizzazione del **comportamento** e delle principali **funzioni psicologiche** (percezione, emozioni, motivazione, memoria, apprendimento, pensiero, linguaggio) attraverso cui l'uomo interagisce con l'ambiente ed elabora rappresentazioni dell'ambiente e di se stesso.

Studia inoltre la coscienza, la personalità, l'intelligenza, la comunicazione.

Comprende, infine, la storia della psicologia, le competenze relative sia ai metodi che alle tecniche della ricerca psicologica, sia ai sistemi cognitivi naturali che artificiali e alle loro interazioni.

PROGRAMMA DEL CORSO: 3 PARTI

1 PARTE – 20 ore

Introduzione storica, breve rassegna dei principali modelli della psicologia (funzionalismo, psicoanalisi, comportamentismo, psicologia della Gestalt, cognitivismo e i suoi più recenti sviluppi).

Analisi degli aspetti metodologici quali il metodo sperimentale, la ricerca sul campo e la ricerca clinica.

2 PARTE – 15 ore

Studio dei principali processi cognitivi quali Apprendimento, Percezione, Attenzione, Memoria, Linguaggio, Pensiero e Ragionamento, Intelligenza, Emozioni e Motivazione con accenno agli aspetti psicofisiologici

3 PARTE – 10 ore

Introduzione agli elementi generali più significativi della psicopatologia, all'evoluzione del concetto di Salute Mentale con riferimento all'organizzazione attuale del Dipartimento di Salute Mentale di Trieste



Gli strumenti didattici varieranno in base ai contenuti proposti e prevederanno l'ausilio di **materiale video, dispense di approfondimento, esempi di test e questionari.**

1 PARTE

**Storia della
Psicologia**

**Teorie
Psicologiche**

**Metodi della
Psicologia**



1 PARTE

Storia della Psicologia

Affronteremo un **breve excursus** sulla storia della psicologia ripercorrendo le principali tappe che, dal pensiero filosofico greco sull'anima e sulla natura dell'essere umano, hanno portato alla nascita della psicologia come scienza.

Il **percorso** di evoluzione storica della psicologia è stato molto **complesso** e il primo problema risiede nel definire il suo momento di inizio.

Inizieremo dai **filosofi greci** poichè le loro spiegazioni sul comportamento e sul pensiero umano hanno influenzato significativamente i filosofi e gli psicologi fino ad oggi.

Ma perché l'introduzione storica è importante per capire lo sviluppo della Psicologia ?

Partiamo da una constatazione: il « lavoro dello psicologo » non è un settore del sapere o una serie di pratiche e interventi unitarie e omogenee, né come oggetto di studio né come metodo d'indagine.

Gli psicologi partono da paradigmi diversi per spiegare il comportamento umano e di conseguenza praticano tecniche diverse.

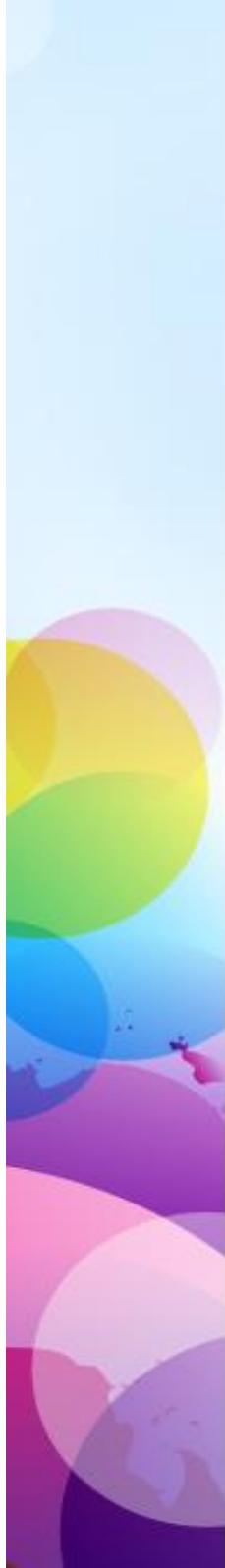
La storia della Psicologia è dunque la storia di un insieme di teorie, procedure e pratiche differenti.

La nascita della Psicologia moderna, intesa come disciplina scientifica, è situata intorno alla metà dell'800 quando, le premesse culturali e metodologiche di quel periodo storico, portarono alla creazione dei primi laboratori scientifici di Psicologia.

Dopo **quasi 150 anni** dalla nascita del primo laboratorio di ricerca all'Università di Lipsia (**W. Wundt, 1879**), si discute ancora su quali metodi privilegiare in funzione delle opzioni teoriche prese in considerazione da un ricercatore o da uno psicologo clinico.



La **grande eterogeneità della disciplina** pone alcuni problemi per ripercorrerne lo sviluppo storico in maniera schematica ma l'assenza di una collocazione storica sarebbe una grave limitazione per la comprensione di questa materia.



La storia « esterna » (cultura, pregiudizi, credenze) e « interna » (evoluzione di concetti, nozioni) della Psicologia non sono facili da distinguere ma sono utili per ricavare le nozioni di « dipendenza dall'esterno » di una scienza.

Nessuna disciplina scientifica contemporanea ha subito l'influsso della storia esterna come quello che ha condizionato il crescere e l'affermarsi della Psicologia.

Ripercorrere le tappe della storia di questa disciplina permette di capire il suo decollo **tardivo** in quanto scienza autonoma.



Tra il XVI e il XVII secolo, i vincoli alla costituzione di una scienza dell'uomo furono molto più tenaci rispetto a quelli incontrati dagli altri campi del sapere scientifico contemporaneo.

La scienza dell'uomo nascerà in **due tappe distinte**:

- prima si legittima la possibilità di studiare l'uomo in quanto « macchina » (enorme impulso alle ricerche anatomiche e fisiologiche)
- solo in seguito si potrà prendere in considerazione l'uomo nella sua globalità, includendo quindi la mente.



DEFINIZIONI

Il termine Psicologia deriva dagli etimi greci, *psyché* (ψυχή) che significa spirito/anima e *logos* (λόγος), che significa discorso/parola, le quali concorrono a formare il significato di Discorso sull'Anima (o Scienza dell'Anima)

A partire dalla metà 800 il termine Psicologia designa una disciplina che si propone di **fornire un'interpretazione empiricamente fondata sulle funzioni mentali.**



Oggi la Psicologia è definita in quanto **studio scientifico della mente e del comportamento.**

La **mente** si riferisce alla nostra *personale esperienza interiore, all'incessante flusso di coscienza fatto di percezioni, pensieri, ricordi e sentimenti.*

Il **comportamento** fa riferimento alle *azioni osservabili* degli esseri umani e degli animali, alle cose che facciamo nel mondo, da soli o con gli altri.

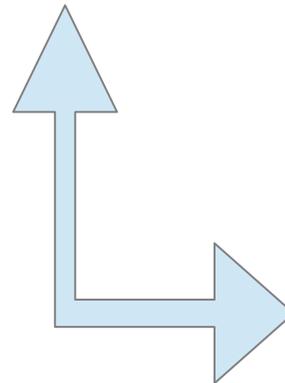
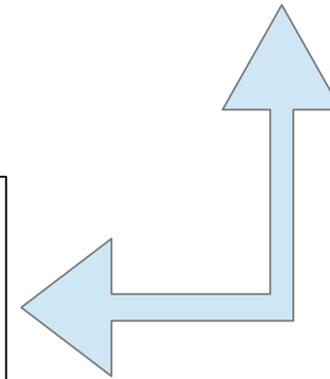
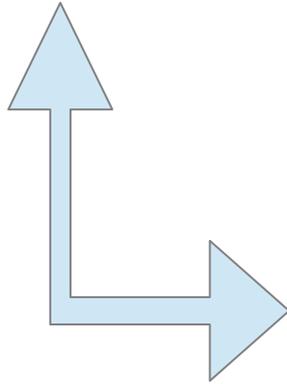
- 
- Il nome di questa disciplina porta con sé la **sfida concettuale** di studiare un campo apparentemente inaccessibile e da sempre riservato alle discipline filosofiche o religiose, con un metodo tipico delle scienze biologiche e mediche.
 - Prima di allora, per parlare dello studio delle funzioni mentali, si utilizzava la parola **FISIOLOGIA** (studio della natura umana). In seguito tale termine è passato a designare lo studio della « macchina corporea » dell'uomo.
 - Esiste dunque una doppia origine : **filosofica e medico-biologica.**
 - Nei primi laboratori di metà 800 si cerca quindi, per la prima volta, di **studiare sistematicamente e in modo esatto e ripetibile, secondo i modi dell'approccio scientifico ed empirico di definizione dei problemi, le funzioni mentali e il comportamento umano.**

SCIENZE NATURALI
Fisica, chimica, biologia

SCIENZE SOCIALI
Antropologia, sociologia

PSICOLOGIA

SCIENZE UMANISTICHE
Filosofia, linguistica





Al contrario di altre discipline, non esiste però una sola impostazione di ricerca universalmente accettata anche a causa dell'enorme complessità del comportamento umano che determina il non potersi fermare ad un solo livello di osservazione (esempio, la condotta alimentare).

Le diverse scuole e correnti hanno sempre oscillato tra **due poli opposti** :

- coloro che considerano l'uomo come una macchina, il cui funzionamento é determinato dalle leggi della neurofisiologia e della biochimica;
- coloro che lo considerano come una persona capace di scopi, aspettative e intenzioni.



I « meccanicisti » tendono a privilegiare tecniche sperimentali classiche (laboratorio), mentre coloro che considerano il comportamento guidato da scopi (anche non consapevoli) privilegiano l'osservazione in contesti non artificiali e utilizzano tecniche molto lontane dai canoni delle scienze naturali.

Una descrizione dei principali settori della Psicologia rende necessario l'assunzione di un « punto di vista », una rassegna sistematica e neutrale è molto difficile.



In molti ambiti della Psicologia, come ad esempio quello delle correnti psicoterapeutiche, si tende oggi ad un **approccio integrativo** delle teorie e degli strumenti di indagine e cura.

Spesso non si tratta di metodi mutualmente esclusivi ma che includono settori di sovrapposizione.

Lo sviluppo della Psicologia in quanto scienza autonoma è tardivo ma non per ragioni tecnologiche (come per l'astronomia o la batteriologia moderna)

In quasi tutte le antiche civiltà non si chiarisce il rapporto tra sistema nervoso e attività psichica.

Quasi sempre l'attività psichica, se si cerca una sede « somatica », è collocata **nel cuore.**

Questo si realizza per la **scienza egiziana**, nel quale tra il 3000 e il 2500 a.C., si cercava il rapporto tra danni cerebrali o del midollo spinale e disturbi periferici (es. paralisi degli arti).

Si verifica anche nell'**antica scienza cinese** (2700-2600 a.C.), che pone nel cuore lo spirito vitale ma che attribuisce la localizzazione delle componenti psicologiche nei vari visceri (es. nel fegato lo spirito militare e la collera, nei polmoni il dolore, nei reni la paura).

Il pensiero classico

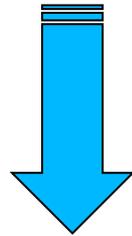
Anche per il pensiero greco è **soprattutto nel cuore** che si situa la fonte della vita psichica (**Omero**).

È però frequente che **anche al cervello** venga assegnato un certo ruolo :

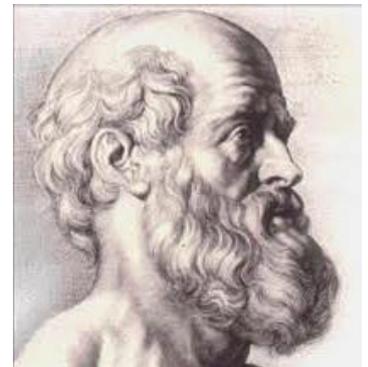
Pitagora (570-489 a.C.) distingueva tre facoltà psichiche, intelligenza, passione e ragione. Le prime due comuni all'uomo e agli animali, la terza specifica all'uomo e l'unica a essere immortale. Intelligenza e ragione sono localizzate nel cervello, passione nel cuore.

IPPOCRATE (460-370 a.C. circa), medico e filosofo, aveva studiato gli effetti dei danni traumatici e delle malattie del sistema nervoso sul comportamento.

Secondo Ippocrate la malattia deriva da un concorso di sintomi che vanno studiati mediante una lunga osservazione



A provocare la malattia sono le influenze ambientali maligne e gli umori alterati



IPPOCRATE riprende il pensiero di Empedocle, secondo il quale tutte le cose sono costituite da 4 elementi:
TERRA, ARIA, FUOCO E ACQUA.

Associa poi questi elementi a **4 UMORI DEL CORPO**
(fluidi corporei associati ad una precisa parte del corpo)

- **ACQUA CON FLEGMA (testa)**
- **TERRA CON BILE NERA (milza)**
- **ARIA CON BILE GIALLA (fegato)**
- **FUOCO CON SANGUE (cuore)**

GALENO successivamente (129-201 a.C. circa) associò i 4 umori a **4 TEMPERAMENTI**, individuando così delle precise relazioni tra attività psichica e funzioni corporee.

Se un umore predominava rispetto agli altri, quella persona avrebbe manifestato le caratteristiche associate a quello specifico umore.

Sulla base dei 4 umori si dava quindi una spiegazione, oltre che alla salute, anche al comportamento delle persone, portando alla definizione di una sorta di teoria della personalità:

Il **FLEMMATICO** - con eccesso di flegma (acqua), è grasso, lento, pigro e sciocco

Il **MELANCOLICO** - con eccesso di bile nera (terra), è magro, debole, pallido, avaro e triste

Il **COLLERICO** - con eccesso di bile gialla (aria), è magro, asciutto, di bel colore, irascibile, permaloso, furbo, generoso e superbo

Il **SANGUIGNO** - con eccesso di sangue (fuoco), è rubicondo, gioviale, allegro e goloso



A partire da Ippocrate si pone sempre più in evidenza una concezione che si sta affermando nel pensiero greco, e che troverà la sua espressione più elevata in ARISTOTELE :

la concezione che l'uomo sia parte della natura e che possa essere studiato con i metodi delle scienze della natura.

Aristotele (384-322 a.C.) : **l'uomo è un animale, e con gli altri animali lo compara continuamente.**

Il primo trattato di psicologia può essere considerato il
« *De Anima* » nel quale distingue 3 facoltà dell'anima:

- a. *Una vegetativa*
- b. *Una sensitiva*
- c. *Una **intellettiva***

Quest'ultima appartiene solo all'uomo ma in alcuni casi anche gli animali sono dotati di intelligenza e capaci di comprensione.

Proprio per le sue concezioni, secondo Darwin è il pensatore più vicino alle sue concezioni.

Nel « *Parva naturalia* » ritroviamo descrizione di processi cognitivi come **percezione e memoria** ancora oggi molto moderni.

Platone (428-347 a.C.) fu tra i primi a confrontarsi con gli interrogativi fondamentali su come la mente funzioni e se le capacità cognitive siano innate o acquisite mediante l'esperienza.



Proprio da questo tema che contrappone **innatismo** (Platone) ed **empirismo filofico** (Aristotele – sostenitore del concetto di mente come *tabula rasa*),

assistiamo alla nascita della **controversia**, tutt'oggi aperta, relativa a quanta parte abbiano la « natura » e la « cultura » nello spiegare i vari comportamenti.

Le loro idee provenivano dalle osservazioni personali, dall'intuizione e dalla riflessione.

Il pensiero classico ha dunque gettato le basi perchè la Psicologia potesse svilupparsi come le altre scienze naturali.

I problemi della mente erano stati affrontati **sul piano filosofico ma anche naturalistico** in merito alle funzioni cognitive come percezione, linguaggio, memoria, rapporti tra mente e corpo.

C'era stato **un primo tentativo di rappresentazione dei rapporti tra sistema nervoso e funzioni mentali** nelle interrelazioni tra patologie somatiche e processi della mente (anche se a seconda delle teorie di riferimento, il cuore poteva ancora essere ritenuto il motore della vita psichica).



Ma, indipendentemente dalla profonda crisi che attraversò il sapere occidentale dopo la caduta dell'Impero Romano d'Occidente (formalmente nel 476 d.C.), il Cristianesimo avrebbe prodotto una decisiva battuta d'arresto alle speculazioni propriamente psicologiche.

Per il pensiero cristiano, in epoca medievale e fino ai primi del '600, vi era una **forte interdizione allo studio dell'uomo**, sia dal punto di vista mentale che dal punto di vista corporeo.

Si affermava che, **dal punto di vista mentale**, i problemi incontrati riguardassero necessariamente la natura dell'anima e andassero quindi lasciati ai teologi.

Dal punto di vista corporeo, l'uomo era visto come facente parte della natura ma in posizione privilegiata, al culmine di una struttura gerarchica rigida che lo poneva immediatamente dopo Dio.

- Ciò rese sacrilegi gli studi anatomici e fisiologici.
- La dissezione dei cadaveri verrà proibita fino al XVI secolo e i contravventori rischieranno le condanne dei tribunali dell'Inquisizione.



Con l'**Umanesimo** (metà XIV e XV sec.) nel quale appare centrale una rinnovata fiducia nelle capacità e nelle possibilità dell'uomo e il **Rinascimento** (seconda metà del XV e XVI sec.) inizia una radicale rivoluzione del concetto di « Uomo »



Dalla mente al cervello
- prima parte -

Umanesimo e Rinascimento danno dunque una **nuova collocazione dell'uomo nella natura** (meglio testimoniata dall'epistola sulla dignità dell'uomo di Pico della Mirandola, 1494) : **l'uomo viene posto al centro della riflessioni, non più visto in ottica trascendente (cioè superiore, al di sopra di altre specie), ma semmai partecipe egli stesso degli attributi della divinità.**

Ma ciò non permette ancora una sua analisi scientifica. Il passo successivo, compiuto da **René Descartes** (**Cartesio**, 1596-1650, ritenuto fondatore della filosofia e della matematica moderna), consisterà nello **scindere il corporeo dal mentale**, aprendo così anche un dibattito filosofico-scientifico che prosegue tutt'oggi.

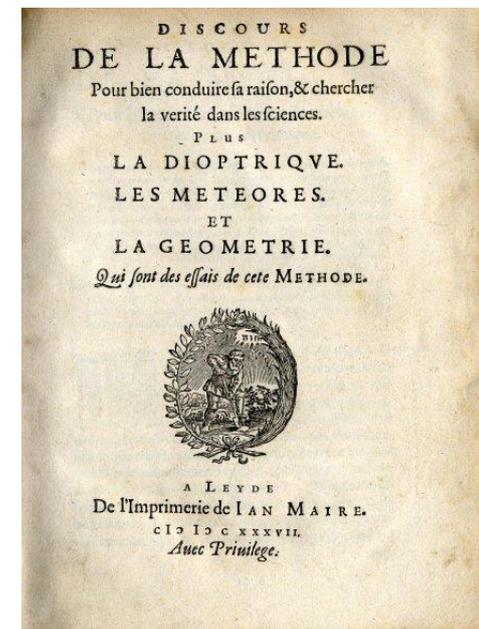


Cartesio parte da un **quesito** :

Che cosa possiamo sperare di conoscere con certezza?

Constatazione: sembra impossibile individuare qualcosa che possa essere conosciuto con evidente certezza, ma se dubito di essere ingannato significa che sto pensando, e se penso allora esisto ».

Questo è il principio meglio conosciuto nella formula del **cogito ergo sum**, « penso, quindi sono » su cui ricostruisce l'edificio scientifico della conoscenza.
(Discorso sul metodo, 1637)



Questo principio si traduce nella distinzione radicale tra :

- ***Res cogitans***, la realtà pensante e quindi la mente, l'anima (fatta di una sostanza incorporea o spirituale, non comprensibile con i metodi della scienza)
- ***Res extensa***, la realtà che occupa uno spazio fisico, il corpo (fatto di una sostanza materiale).

Si tratta di due entità fondamentalmente diverse : la prima è propria dell'uomo, la seconda è comune all'uomo e agli animali.



IL PUNTO INNOVATIVO DELLA TEORIA CARTESIANA

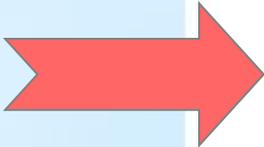
Per spiegare una grandissima parte delle condotte umane Cartesio fece ricorso a delle teorie che escludevano l'intervento dell'anima e il libero arbitrio.

Nel libro « Traité sur l'homme » (1637) spiega che **la maggior parte dei comportamenti umani è spiegabile in termini meccanicistici, ossia comportamenti riflessi automatici.**

Asserisce che tutti gli aspetti del comportamento possano essere completamente spiegati senza far ricorso all'anima.

Cartesio ritiene quindi che il corpo possa essere visto come una «macchina» le cui funzioni sono riducibili ai principi fisici della meccanica classica, esclude dunque che il pensiero sia fluido in tutto il corpo (immagine platonica).

Tutta una serie di condotte, osservabili anche negli animali, sono il risultato della macchina corporea mentre **le sole condotte che ci distinguono dagli animali, cioè il pensare e il poter progettare le nostre azioni con la guida del pensiero, sono il risultato dell'intervento dell'anima.**



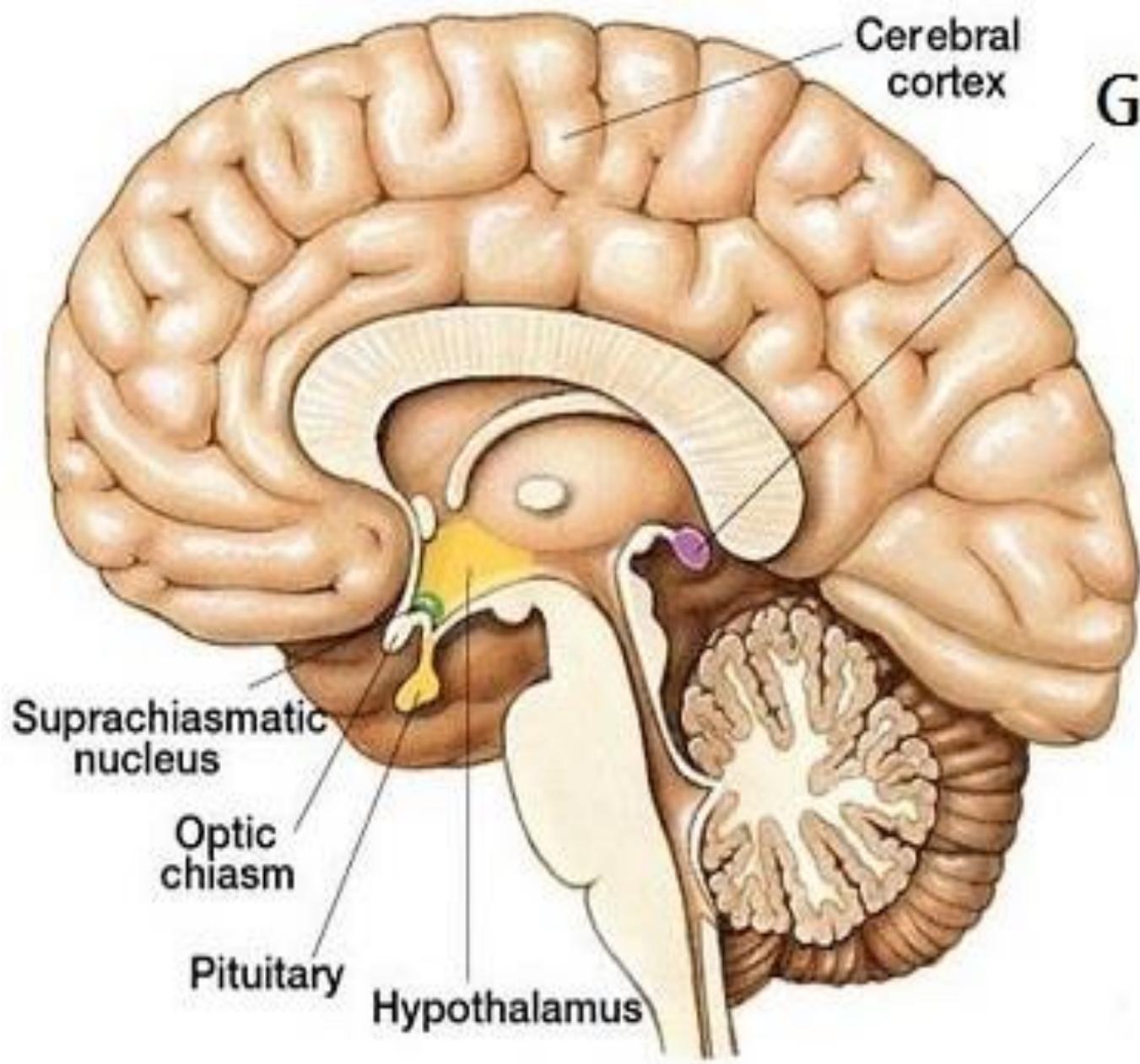
Se il corpo è qualcosa di meccanico allora nessuno ne può vietare un'indagine naturalistica.

Veniva così ad essere superata la prima interdizione che la Chiesa aveva posto allo studio del corpo umano.

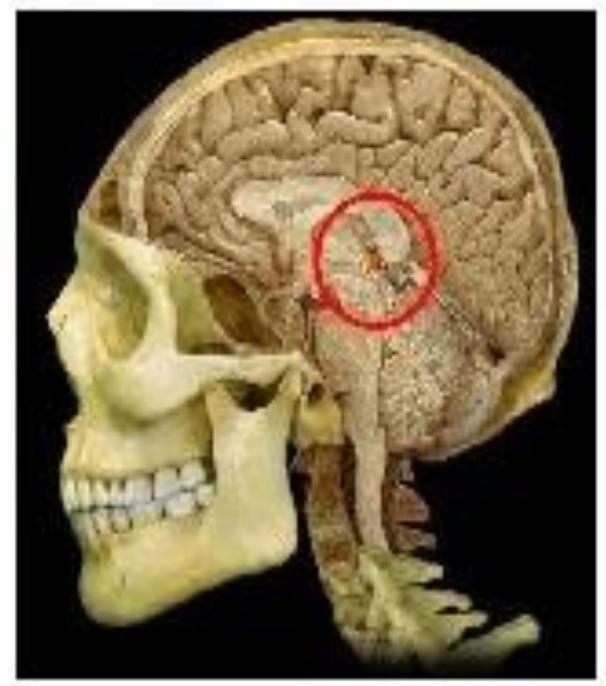
Se mente e corpo sono sostanze diverse, in che modo interagiscono?

L'interazione è data dall'**anatomia** :

secondo C. la mente influenza il corpo attraverso una minuscola struttura posta alla base del cervello e conosciuta come **ghiandola pineale** (epidifsi), per lui principale sede dell'anima poiché in essa le immagini doppie fornite dagli organi di senso si riunirebbero a formare una sola immagine prima di giungere all'anima stessa (in modo che non le siano rappresentati due oggetti invece di uno).



GHIANDOLA PINEALE





L'entità spirituale interagisce dunque con quella materiale e **si apre la possibilità di studiare, secondo il metodo scientifico tipico delle scienze naturali, la maggior parte delle condotte umane.**

In realtà oggi sappiamo che la ghiandola pineale è una ghiandola endocrina che produce melatonina e regola in ciclo sonno-veglia.



La corrente filosofica a cui Cartesio dava inizio verrà detta poi *razionalismo* e l'affermazione della liceità di studiare l'uomo come meccanismo verrà ufficialmente accettata molto tempo dopo costituendo una rottura epistemologica di enorme portata.

DEFINIZIONI



MENTE

(Da Psiche – Dizionario storico di psicologia, psichiatria, psicoanalisi, neuroscienze – Einaudi 2007)

« L'analisi scientifica della mente è al centro delle scienze cognitive.

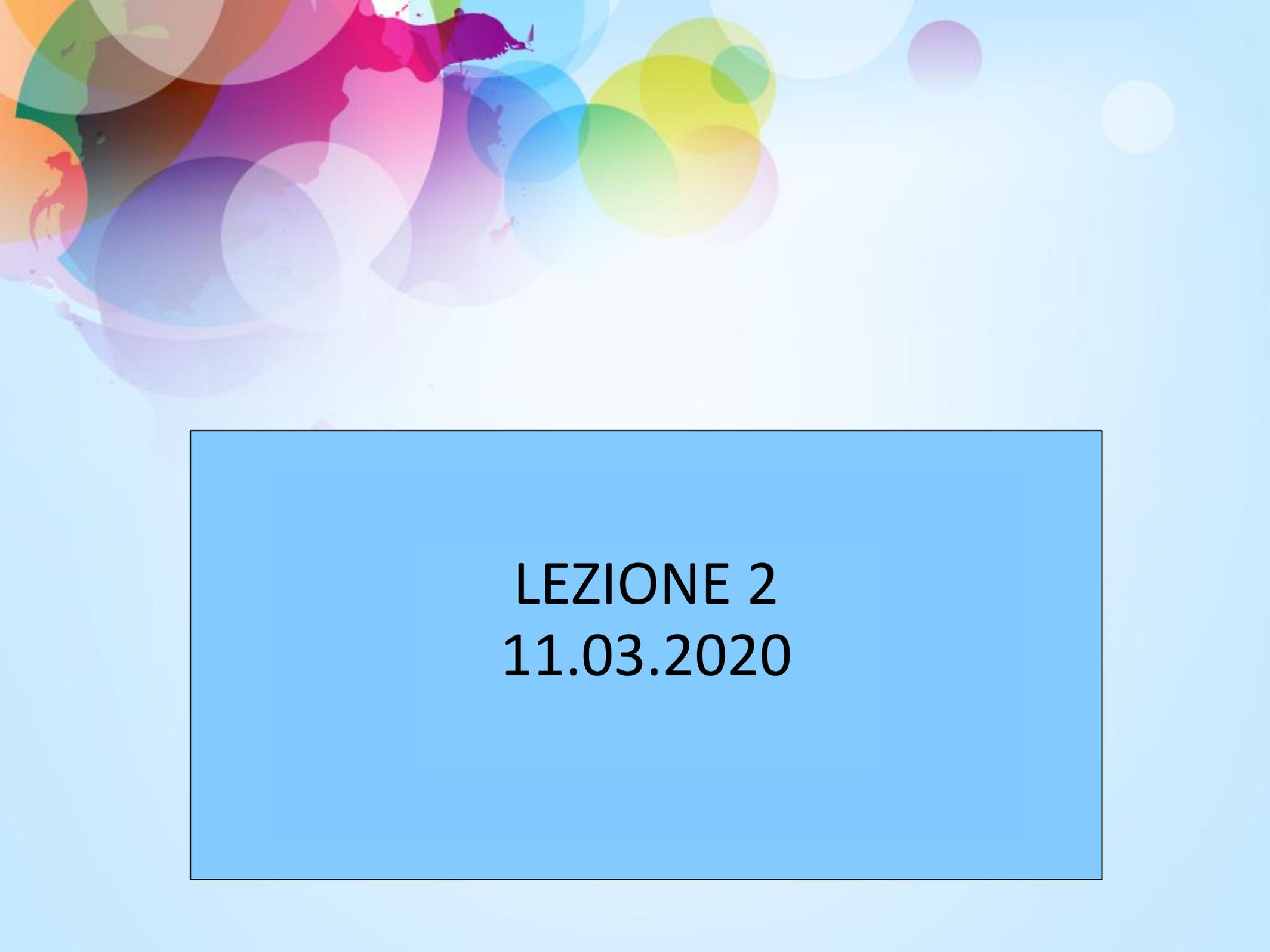
Le scienze cognitive costituiscono un campo interdisciplinare che gravita attorno allo studio delle **capacità** di alcuni organismi, in particolare quelli umani, **di entrare in relazione con il loro ambiente e con gli altri attraverso la raccolta, la trasformazione e l'uso di conoscenza.**

Queste funzioni corrispondono a quello che nella vita quotidiana si chiama « mente », « intelletto » e talvolta « animo/a », soprattutto in riferimento alle emozioni.

La capacità di raccogliere informazioni dall'ambiente, di elaborarle e di essere motivati a compiere queste operazioni è essenziale per la sopravvivenza di qualsiasi organismo: è cruciale per l'adattamento all'ambiente dei piani d'azione di un organismo [...] »

TESTI DI ESAME

- **PSICOLOGIA GENERALE**, D.L. Schacter, D.T. Gilbert, D.M. Wegner, edizioni Zanichelli (2010, o ultima edizione)
- **PSICOLOGIA GENERALE, DAL CERVELLO ALLA MENTE**, P. Legrenzi, C. Papagno, C. Umiltà, Il Mulino (2012) :
 - capitolo **1** - Mente e Cervello
 - capitolo **3** - Attenzione
 - capitolo **4** - Emozioni
 - capitolo **5** - Memoria



LEZIONE 2
11.03.2020