

PSICOLOGIA E MEDIA: VIAGGIO NELLA PSICOLOGIA DEL SENSO COMUNE

A cura della Dott.ssa LAURA MESSINA

COS'È LA PSICOLOGIA

Il termine psicologia deriva dal greco, ed è composta dai termini "Psiche" (che significa anima), e "Logos" (che significa discorso). La psicologia diventa, quindi, descrivibile come il discorso sull'anima o, meglio, attualmente, la scienza che si occupa della mente.

In senso più ampio si può sostenere che la psicologia si occupa di come gli uomini pensano, sentono e si comportano; si interessa, cioè, alla sfera cognitiva (relativa ai processi di pensiero e ragionamento), a quella affettiva (che implica la parte emotiva e relazionale) e a quella comportamentale. Sinteticamente possiamo sostenere che la psicologia studia i comportamenti e i processi mentali dell'individuo e le sue relazioni con l'ambiente.

La psicologia è una disciplina poliedrica e plurisfaccettata, non va intesa come un corpus unitario di nozioni, non è una disciplina monolitica, ma una sorta di "fiume in cui si muovono, nello stesso alveo e nella stessa direzione, molteplici correnti"¹. Ogni autore e ogni corrente di pensiero, nel tentativo di definire oggetti e metodi di questa complessa disciplina, parte da presupposti e approcci diversi accentuando elementi differenti dello stesso problema o oggetto di studio.

Per comprendere meglio l'oggetto di studio della disciplina utilizziamo le parole di Antonietti (2000): "L'oggetto della psicologia - la mente - studia pensieri, ricordi, percezioni, emozioni, realtà che constatiamo essere in noi presenti (e presumiamo esserlo negli altri uomini a cui non possiamo propriamente assegnare delle proprietà che attribuiamo invece agli organi del nostro corpo [...] per il cui studio [...] riteniamo siano più appropriate altre discipline (la biologia, la medicina, etc)".

Esiste una sorta di psicologia ingenua, o del senso comune, che rappresenta il sapere comune che tiene conto di ciò che crediamo caratterizzi la mente altrui e ci permette di relazionarci agli altri, prevedendone il comportamento e adeguandovi il nostro.

La psicologia ingenua è il modo con il quale una cultura spiega il comportamento degli esseri umani. Si tratta di un sapere pratico con l'obiettivo dell'adattamento.

Potrebbe risultare interessante, a questo proposito, affrontare le idee "ingenua" sulla psicologia: cioè quali sono le concezioni del senso comune che vengono incoraggiate dai mass media².

Potremmo ad esempio descrivere alcuni elementi che definiscono la rappresentazione sociale della psicologia (spesso proposta dai media):

- La psicologia è spesso intesa come disciplina unitaria e monolitica. Al contrario, esistono diverse scuole di pensiero e orientamenti teorici.

¹ Antonietti, 2001

² Tratto da Blandino, 2000

- Concezione confusa. I media propongono diverse sfaccettature della disciplina senza specificare che si tratta di orientamenti teorici differenti e, quindi, creano molta confusione nel pubblico.
- Concezione riduttiva spesso associata alla psicologia clinica e alla psicoterapia, come se non esistessero altri ambiti di interesse, altri metodi e altri orientamenti. I media spesso presentano lo psicologo come se fosse un clinico e specificatamente uno psicoterapeuta e in particolare uno psicoanalista. Si tratta di un atteggiamento riduttivo che contribuisce ad alimentare un'immagine della psicologia parziale e falsata.
- Idea della psicologia come "cura", atta esclusivamente alla "guarigione" dai problemi. In questo senso, la psicologia viene equiparata alla psicoterapia e all'illusoria fantasia che esista una scienza in grado di risolvere tutti i problemi umani e la sofferenza. Lo scopo della psicologia, al contrario, non è curare ma "prendersi cura", cioè affiancare, accompagnare, ascoltare la persona che cresce, soffre, pensa.
- Concezione statica secondo cui la psicologia tende a etichettare i problemi, a inserirli in categorie diagnostiche o interpretative o esplicative. Invece, la psicologia è attiva nel cercare il senso profondo delle situazioni problematiche.
- Concezione di causalità lineare semplice: data una certa situazione problematica ci sarà stato un evento antecedente che lo ha causato. La psicologia, invece, ha un'epistemologia circolare: si basa sull'idea di un costante e continuo influenzamento reciproco tra i fenomeni.
- Concezione della psicologia come scienza subalterna alla medicina. È necessario evitare le confusioni di ruolo e sottolineare la specificità di ogni disciplina.
- Rapporto autoritario e tradizionale con l'utenza fondato sulla dipendenza dall'esperto, similmente alla relazione medico-paziente. Lo psicologo, invece, tendenzialmente accoglie, accompagna ed empaticamente ascolta.
- Concezione consolatoria: nei media la psicologia rappresenta un modo per trasformare in scientifiche indicazioni di buon senso. In tal modo la disciplina perde il valore di scientificità per diventare intrattenimento.
- Concezione onnipotente e manipolatoria: lo psicologo onnisciente che interpreta qualsiasi cosa. Al contrario, lo psicologo prima di tutto ascolta il suo interlocutore in modo attento e autenticamente interessato.
- Concezione adattiva: la psicologia sembra essere interessata solo a eliminare i disagi e i conflitti (interni ed esterni) privilegiando il fare, il rispondere alle situazioni problematiche. Al contrario, la psicologia è trasformativa: è interessata al funzionamento mentale, alla cause profonde, cerca di esplorare senza fornire risposte, accompagna e condivide significati.
- Concezione conservativa: la psicologia utile a ottenere consenso piuttosto che per produrre trasformazione e pensiero critico, come strumento di cambiamento.

LO PSICOLOGO NEI ROMANZI

Cercando di considerare quale sia la figura dello psicologo nell'immaginario popolare potremmo analizzarne la rappresentazione nei romanzi.

Nella letteratura popolare gli psicologi rappresentati sono spesso professionisti che curano, psicoterapeuti impegnati nell'accompagnare i pazienti alla risoluzione di problemi. Non compare mai la figura dello psicologo come ricercatore, come scienziato della mente. Si nota spesso una confusione terminologica tra psicologo, psicoterapeuta, psichiatra, criminologo, assistente sociale: sembrano professionalità intercambiabili.

Gilli (2002) individua un elenco di tipologie delle figure psicologiche presenti in letteratura:

- a) Gli eroi storici e mitici: grandi autori storici della psicologia vengono descritti cercando di unire la veridicità storica con la finzione narrativa. Ad esempio in "La soluzione sette per cento" Freud incontra Sherlock Holmes. L'autore del libro, Meyer, immagina un Holmes dipendente da cocaina e Freud impegnato a curarlo con l'ipnosi e, nello stesso tempo, ad aiutarlo in un'indagine poliziesca. Al termine dell'indagine Freud si rende conto che l'ipnosi non rappresenta un metodo terapeutico soddisfacente e, paragonando il metodo interpretativo freudiano a quello dell'indagine poliziesca, si accosta all'idea dell'analisi come ricostruzione di materiale dimenticato a partire da tracce rimaste. Un altro esempio può essere il testo di Findley "L'uomo che non poteva morire", sulla vita di Jung.
- b) Il fascino del male: si tratta di romanzi in cui uno dei protagonisti è spesso un criminologo. Sono romanzi polizieschi e, dal 1980, compaiono le figure dei serial killer. Gli autori descrivono psichiatri ambigui e contaminati dalle patologie su cui indagano: ad esempio ne "Il silenzio degli innocenti" di Harris l'ambizione del direttore del manicomio criminale determina la fuga del criminale Hannibal Lecter. In "Follia" di McGrath gli psichiatri sono manipolatori e sadici similmente ai pazienti.
- c) Psicologi al lavoro: in alcuni romanzi lo psicologo introduce o promuove lo scritto, come ne "La Coscienza di Zeno" di Svevo in cui il dottor S. pubblica le memorie autobiografiche del suo paziente per vendicare l'abbandono della terapia da parte dello stesso. In altri testi lo psicologo è maggiormente defilato dalla scena narrativa come in "Nati due volte" di Pontiggia, dove compare come una presenza intelligente e competente.
- d) Gli psicologi come anti-eroi: si tratta di testi in cui la psicologia viene presentata come inutile, inefficace e deridibile. In "Nudi e Crudi", ad esempio, Bennett descrive una psicologa inviata dal Ministero ai coniugi protagonisti perché hanno subito un furto. La psicologa viene descritta come trascurata e ingombrante, offre un aiuto non richiesto, non ascolta minimamente i suoi interlocutori e agisce come indicato dai manuali.

Il mondo letterario sembra sempre più interessato alla rappresentazione della psicologia e questo è maggiormente vero nella cultura occidentale e in questo momento storico in cui la psicologia è diffusa

in ambiti professionali diversi. Prestare attenzione a tali rappresentazioni, a come lo psicologo venga descritto in romanzi e novelle permette di riflettere sulle prospettive della psicologia e sui rischi circa l'immagine che essa assume nell'immaginario popolare.

LO PSICOLOGO NELLE BARZELLETTE

Gli psicologi e la psicologia sono spesso oggetti di riso nelle barzellette e molto frequentemente si tratta di motti di spirito o freddure comprensibili solo per gli "esperti", gli "addetti ai lavori": gli psicologi.

Vediamo alcuni tipi di barzellette in cui gli psicologi sono protagonisti e consideriamo l'immagine che ne viene presentata³:

- a) Molti luoghi comuni riguardano l'origine ebraica della psicoanalisi nella figura di Freud. Un esempio: Tre ebrei di New York si vantano dei rispettivi figli: Dice Sarah: "Sapete che Davide, il mio maggiore, mi porta ogni sabato un regalo costosissimo? L'altro sabato è venuto a pranzo portandomi una borsa firmata così cara che non ne ha mai regalata una così a sua moglie! Rincarare la dose Hannah: "E il mio Samuel? Lascia a casa moglie e figli ogni sera e attraversa la città per venirmi a trovare!" Le zittisce Rachel: "Che volete che sia! Pensate che il mio Yossel va quattro volte dal più caro psicoanalista di New York e sapete di cosa gli parla? Solo di me!".
- b) Lo psicologo come "sordo", incapace di un ascolto profondo dell'altro e pressoché indifferente alle sofferenze altrui. La barzelletta seguente ne è un esempio: Due psicologi che hanno iniziato la pratica psicoterapeutica nello stesso anno si incontrano qualche tempo dopo e uno è molto emaciato e sembra sofferente, mentre l'altro appare in piena salute. Il primo chiede al secondo: "Com'è che tu stai così bene mentre io sono deperito? Come sopporti la fatica psicologica del nostro lavoro? Non ti angusti per le sofferenze dei pazienti?". L'altro: "Eh, scusa, cosa dicevi?".
- c) Lo psicologo come colui che interpreta qualsiasi atto umano, della vita quotidiana, come frutto dell'attività inconscia dell'individuo. Ad esempio: Due psicoanalisti si incontrano per strada. "Ciao", dice il primo; "Ciao", risponde il secondo. Ed entrambi si allontanano pensando "Chissà che cos'ha voluto dirmi?".
- d) Lo psicologo come benevolo e soprattutto neutro tanto da "chiamarsi fuori" in qualsiasi presa di posizione. Ad esempio: Tutte le sere quando esce dal suo studio uno psicoanalista incontra un tizio in ascensore che lo schiaffeggia. Ciò va avanti per alcuni mesi. Una sera, invece, non trova lo schiaffeggiatore e il custode del palazzo, che ha sempre assistito alla scena senza mai intervenire, chiede: "Professore, chi è il tipo che la schiaffeggia tutte le sere?"; lo psicoanalista risponde: "non so"; il custode: "come fa a sopportare un simile trattamento da uno sconosciuto?"; lo psicoanalista: "il problema non è mio ma di quel tipo!".
- e) Lo psicologo come "guaritore" magico che deve risolvere i problemi dei pazienti e non, piuttosto, come partecipante in un lavoro condiviso tra professionista e paziente. Come nella

³ Tratto da Marchetti, 2002

freddura seguente: “la psicologia fa passi da gigante; sono i pazienti che battono la fiacca!”.

Potremmo elencare molti altri esempi (rintracciabili e spiegati in modo esaustivo nell’articolo di Marchetti) ma credo che già da quelli citati sia possibile evidenziare che l’immagine dello psicologo nelle barzellette sia sostanzialmente quella dello psicoanalista. Si colgono estremizzazioni relative ai luoghi comuni della psicoanalisi. Il motto di spirito fa riferimento alla oscillazione tra gioco e realtà: in ogni affermazione ironica si nasconde una parte di verità. Il ridicolo è lo spingere all’estremo.

LO PSICOLOGO NEL CINEMA

Il cinema è lo spazio dei desideri rappresentati; è il luogo in cui i ricordi, le fantasie, i sogni trovano azione. Nel cinema lo psicologo è spesso definito come psicoterapeuta, come colui che cura. C’è molta confusione terminologica, di metodo e approccio terapeutico. Ad esempio in “Tutte le manie di Bob” di Oz, il terapeuta propone una terapia di tipo comportamentista toccando un busto di Freud che con il comportamentismo non aveva nulla in comune). Nei film vengono presentati molti stereotipi: il lettino come simbolo della psicoterapia; Freud per sancire la scientificità; il setting violato: si fa terapia al mare, a casa propria; guarigioni improvvise dopo aver individuato le cause dei traumi infantili. Nella realtà sappiamo ormai con certezza che le scoperte delle origini traumatiche spiegano la sintomatologia ma non risolvono.

Le figure di terapeute femminili mantengono gli stereotipi sociali: si innamorano del paziente e si realizzano nella relazione amorosa e nella maternità (ciò succede, ad esempio ne “Il principe delle maree”).

Woody Allen nei suoi film è dissacratorio verso la psicoanalisi e lo psicoanalista. Ma il fine non sembra distruttivo, cerca piuttosto di caratterizzare il personaggio e forse di ironizzare sui problemi.

Ciò che spesso si nota, ad ogni modo è come le rappresentazioni dello psicologo nel cinema contribuiscono a influenzarne l’immagine pubblica e le aspettative dei pazienti in stanza d’analisi.

CHI È LO PSICOLOGO

A questo punto sarebbe lecito chiedersi chi sono in realtà gli psicologi. Tentando di dare una risposta più esaustiva possibile a questa domanda, possiamo con una certa sicurezza affermare che gli psicologi sono un gruppo estremamente eterogeneo che, pur condividendo la stessa etichetta verbale per descriverne la professione, svolge mansioni molto differenti.

Nel 2004 il Bureau of Labor Statistics ha stimato che gli psicologi avevano prodotto circa 106.000 lavori. Gli psicologi si occupano di ricerca, insegnamento, consulenze brevi in ambito clinico terapeutico, consulenze in aziende nell’ambito delle risorse umane, per la progettazione di prodotti, per la pubblicità e il marketing, realizzano e somministrano test di personalità, di abilità e di profitto⁴.

Gli psicologi si interessano a fenomeni diversi: i processi mentali nelle capacità di pensiero e ragionamento, la sfera affettiva, quella relazionale, le caratteristiche di personalità, il contributo della

⁴ In Carlson, 2005

genetica, della fisiologia e dell'ambiente nella strutturazione degli aspetti psicologici dell'individuo.

Per chiarezza potrà essere utile distinguere le tre figure professionali che si occupano della sofferenza psichica (mi riferisco ovviamente allo psicologo, allo psicoterapeuta e allo psichiatra), vagliandone attinenze e compiti.

PSICOLOGO: Laureato in psicologia, ha superato l'esame di stato per l'abilitazione alla professione ed è iscritto all'albo professionale della sua regione. L'albo professionale garantisce il rispetto del codice deontologico da parte del professionista e si occupa di tutelare i suoi diritti; fissa inoltre il tariffario per le varie prestazioni⁵. Il ruolo dello psicologo può essere molteplice e differenziato, può accompagnare e cercare di comprendere la persona che gli si rivolge per una consulenza; può essere uno scienziato; un esperto di risorse umane o di progettazione o di marketing. Gli obiettivi di uno psicologo riguardano principalmente la ricerca di senso, che si concretizza in ambiti diversi quali il counseling, la mediazione nelle situazioni conflittuali, la ricerca per accrescere la conoscenza, la formazione, la progettazione di interventi, la consulenza in azienda.

PSICHIATRA: Laureato in medicina con una specializzazione in psichiatria. Può prescrivere medicine ai pazienti.

PSICOTERAPEUTA: Psicologo o psichiatra che ha frequentato una scuola di specializzazione. Gli orientamenti terapeutici possono essere diversi: comportamentista, sistemico-relazionale, psicoanalitico, cognitivo-comportamentale, gestaltista, ... Solo uno psicoterapeuta può iniziare una psicoterapia con un paziente.

Com'è evidente, la differenza tra le tre figure professionali riguarda innanzitutto il percorso di studi. La differenza più evidente, tuttavia, sta nell'approccio e nella modalità di trattamento delle patologie: alcune patologie gravi come le psicosi sono considerate preferibilmente di competenza psichiatrica, perché prevedono una terapia farmacologica, e lo psicologo, non essendo medico, non può prescrivere alcun tipo di farmaco. Al di là di questo "muro farmacologico" che separa la psichiatria dalla psicologia, accade di fatto che i disturbi gravi siano spesso affrontati con metodologia strettamente medica, associata a interventi psicologici.

Un'ulteriore differenza tra queste due figure professionali risiede nell'uso di diverse modalità di colloquio con i pazienti: il colloquio psichiatrico, infatti, verte principalmente sull'insorgenza dei sintomi, e sul loro decorso temporale; il paziente è in una condizione passiva, risponde alle domande del medico psichiatra in attesa di una diagnosi e di una terapia.

Nel colloquio psicologico, invece, entrambe le figure coinvolte sono attive, cioè il colloquio stesso è la terapia.

Si tratta quindi di due discipline separate solo in parte, ed è forse più utile (soprattutto per i pazienti) considerarle in un'ottica di collaborazione e integrazione.

⁵ L'ordine degli psicologi è suddiviso per regioni ed è consultabile su siti internet