Susan Bridi (scienze sociali-costruttivista): Psicologia dei costrutti personali.

Psicoterapeuta che collabora con l’istituto costruttivista “insitute of constructivist psychology).

Valutazione della psicoterapia in ottica costruttivista: Psicologia dei costrutti personali.

Se il costruttivismo è un cappello che abbraccia un sacco di cose, (da filosofia, sociologia, psicologia), la psicologia dei costrutti pers. è la teoria un po’ più strutturata che si occupa di come applicare questi presupposti teorico-epistemologici in ambito clinico e paratico. L’autore principale è George Kelly e il libro principale è “La psicologia dei costrutti personali”, un tomo metà in inglese metà in italiano.

Cos’è l’epistemologia/ontologia: indaga cosa esiste e come conosco quello che esiste. Abbiamo l’estremo del realismo monista: paradigma metodo scientifico classico; esiste una realtà oggettiva che posso conoscere tramite il metodo scientifico. All’estremo opposto abbiamo il realismo ipotetico e quello concettuale. Realismo ipotetico: la realtà potrà anche esistere ma tanto non la possiamo conoscere tutti allo stesso modo quindi mi preoccupo solo della mia costruzione della realtà, quello che io vedo è l’unica cosa che posso conoscere; quindi che esista o non esista non è un problema relativo. Agli antipodi del real.mon. c’è il realismo concettuale che è la realtà non esiste, esiste solo il mio modo di costruirla.

La P.C.P. (psicologia dei costrutti personali) si colloca tra realismo ipotetico e concettuale.

La teoria di Kelly è organizzata secondo la sua mentalità matematica: scrive un postulato fondamentale che dice: “i processi della persona sono psicologicamente canalizzati dal modo in cui essa anticipa gli eventi”. La p.c.p. parla di anticipazioni, che sarebbe quello che noi ci portiamo in una situazione, la nostra anticipazione della situazione: es le anticipazioni che si è fatta lei prima di venire a insegnare nella nostra aula, (sarete stati una 30ina, in magistrale, già affrontato alcuni argomenti con il collega, interessati più o meno) queste hanno influenzato il modo in cui ha preparato la lezione.

Nel costruttivismo si fanno molte cose pratiche. Ci ha consegnato un foglio con due domande:

1. Una metafora per la tua carriera universitaria? Risposte: una luna nuova, trasformazione da bruco a farfalla, un’altalena, un uragano ecc.

Il modo in cui consideriamo la nostra carriera universitaria influenza il nostro modo di venire a lezione. Anche la giornata attuale non sarà costruita allo stesso modo per tutti; (es. la prof. Ha scelto la metafora dell’esperimento perché è un contesto diverso da dove le capita di fare lezione di solito ed è anche una collaborazione “vecchia ma nuova” con il prof.K., quindi è un modo per vedere come si possono affrontare argom. del genere in univ.; per il prof. Una porta aperta su altri modo di vedere la psicoterapia; chi è qui tanto per fare o chi è qui per avere buoni voti all’esame ecc.)

Tutte le anticipazioni con cui arriviamo sono organizzate in un sistema di costrutti che costituisce un po’ la nostra persona. Questo sit.di costrutti si può dire abbia una forma gerarchica, ci sono cose più sovraordinate e generiche da cui scendono a cascate altre che vanno più nel particolare o si calano nel pratico. Per esempio: una persona buona (categ. Sovraord. e generale) 🡪 che è altruista- gentile -disponibile 🡪disponibile: che dà una mano pratica. Solitamente si parte da cose più astratte per scendere più nel concreto della vita quotidiana.

Costrutti: concetto in cui stanno dentro sia le etichette verbali che la parte emotiva, racchiude un significato, è una dimensione di significato, che noi utilizziamo per dare senso al mondo. Sono bipolari; l’idea è che non posso sapere cos’è una cosa finché non so cos’è il suo contrario. Nel mio conoscere il mondo posso conoscere una cosa solo quando la differenzio da qualcos’altro. “L’unità base della conoscenza è la discriminazione”. Non esiste il costrutto bello da solo, ma bello vs brutto, simpatico vs antipatico: andando a vedere ogni persona ha un suo concetto di simpatico/antipatico diverso da quello degli altri, ognuno dà una sfumatura diversa alla parola. Per es. intraprendente versus….(secondo noi): limitante; bloccato; passivo; intimorito; calcolatore; cauto; pigro; inibito; adattato; dipendente. Intraprendente sembra una parola chiara ma ognuno di questi contrari è diverso, quindi ognuna di queste persone intende l’essere intraprendenti in un modo un po’ diverso. È molto diverso pensare che se non sei intraprendente sei cauto/ sei pigro/ sei adattato. Nei costrutti cognizione e emozione stanno insieme; io all’idea di intrapr. associo comunque una sensazione che può essere positiva, negativa, attivante ecc. I costrutti possono essere più o meno consapevoli, ci sono cose di cui so dire subito l’opposto e per altre ci dovrei pensare un po’, altri proprio non vengono fuori. Quindi questi costrutti prevedono un’etichetta verbale come “intraprendente versus …” ma l’idea è che i costrutti partono da un livello preverbale, corporeo fino a uno più “sofisticato” dove c’è l’etichetta con la sensazione attaccata. Si va dal costrutto dipendente/indipendente a cosa soffice/ cosa dura alla sensazione corporea di sentirsi con un vestito comodo addosso vs con uno che stinge e pizzica, fino all’idea di giustizia/ ingiustizia sociale.

Prof.Kleinbub: è tutto coerente a quello che abbiamo trattato nelle nostre lezioni solo che si usano termini diversi; le parole chiave erano differenziare trai i diversi livelli del polo; costrutti che possono essere sia preverbali, pre-simbolici che verbali e simbolici, e anzi sono collegati come se stessimo facendo i carotaggi nella pila dei pancake. Visione coerente anche se diversa.

Kelly:” l’essere umano è una forma di movimento”; metafora dell’uomo ricercatore (come quella dell’uomo computer per il cognitivismo). Il sistema di costrutti è una cosa in movimento; che cambia attraverso l’esperienza che noi facciamo (ciclo dell’esperienza). “L’uomo ricercatore”: è sempre impegnato a fare degli esperimenti, che sono quelli in cui vengono messi alla prova i nostri costrutti e le nostre anticipazioni e a seconda di quello che succede in questi esperimenti possiamo o mantenere la nostra idea iniziale e dare la stessa risposta alla domanda 1 (cos’è l’univ.) o rivederla. Può essere che sia dovuto alle diverse esperienze che farai domani che ti portano a anticipazioni diverse e a una risp. diversa. Fare revisione vuol dire cambiare qualcosa del proprio sistema che non è statico. Come in una valutazione della psicoterapia dove si vuole vedere se si riesce a cambiare il sistema di costrutti e si va a vedere determinate cose all’inizio e alla fine e si vede se c’è stato qualche tipo di movimento e in che direzione.

Dimensione gerarchica dei costrutti: costrutto più ampio è a un livello più alto, più si scende più l’ambito di pertinenza diventa ristretto a pochi elementi. Es. star bene 🡪comodità 🡪 vestiti comodi 🡪pantalone comodo. Ci sono modalità di interviste che aiutano ad andare in su o in giù. Solitamente si cerca di arrivare a elementi sovraordinati, le cose importanti per te, i costrutti nucleari legati a qualcosa di importante per la tua identità che difficilmente vuoi mettere in discussione. Più si scende più si va nello specifico, si restringe l’ambito di pertinenza.

Strumento della P.c.p : le griglie di repertorio, esercitazione pratica.

Griglie di repertorio (concetto simile a quello del differenziale semantico); una sorta di fotografia istantanea di un sistema di costrutti, non è esaustiva, non è detto che colga quelli più significativi. Si possono prendere più angolazioni, scegliere più prospettive: una panoramica generale della persona/ l’ambito universitario/ familiare. Lo scopo è quello di fare una foto di alcuni costrutti che sono significativi per costruire una determinata situazione; per far emergere le dimensioni di significato che sono significative per quella singola persona per costruire determinati elementi. Gli elementi sono scelti dal clinico/ricercatore che somministra la griglia che possono essere appunto legati a un ambito specifico tipo: se in una comunità si vuole capire come stanno i ragazzi, ai ragazzi si chiede il rapporto con compagni e educatori, agli educatori solo il rapporto con i ragazzi, non degli altri educatori. Scegli elementi coerenti con ciò che ti interessa indagare (lavoro, scuola, progetti per la vita, famiglia).

Gli elementi vanno nella parte sopra delle griglie, sono le cose che noi costruiamo, sono a loro volta dei costrutti; per es. il Sé, il Sé ideale, la persona che non ti piace (specificavamo noi chi è), persone significative nella nostra vita (scelte da noi, gli spazi erano vuoti) 🡪 ha scelto di farlo con le persone perché è più semplice da spiegare.

A lato delle griglie vanno i costrutti, le dimensioni di significato importanti per noi per costruire quegli elementi; ci sono due spazi ai lati opposti della griglia dove chi la compila dovrà inserire i due poli opposti es. intraprendente e il suo opposto, che può essere una parola o una frase che specifica il concetto difficile da esprimere come “uno che si tira indietro”; bello vs brutto; buono vs cattivo ecc.

A coppie ci siamo intervistati compilando la griglia.

Si selezionano tre elementi e si cerca una caratteristica in comune tra due di questi per cui si differenziano dal terzo; es. te stesso, tua mamma, tuo papà🡪domanda: “pensa a una caratteristica che due di queste persone hanno in comune e per cui si differenziano dalla terza?” 🡪risposta: due sono italiani e uno è tedesco. Meglio “trova una caratteristica simile per due dei tre elementi, che il terzo non ha. Qual è secondo te l’opposto di questa caratteristica?”; l’dea è che la terza persona abbia quella caratteristica contraria, per te dev’essere una polarità. Si fa un cerchietto sotto i due che hanno la cosa in comune e un trattino sotto quello diverso. Italiano e tedesco si scrivono agli estremi, come due poli opposti dei costrutti. L’idea è che i costrutti emergano in seguito alla domanda, se tendono a emergere sempre le stesse cose si cerca di indagare su cos’altro potrebbe esserci. Partendo dal primo elemento e ci si sposta in maniera graduale scalando di un elemento alla volta (1°,2°,3° e poi 2°,3°,4° e via così). Questa è la pratica in ambito di ricerca, in ambito clinico si possono valutare quali sono le triplette più utili. Nella seconda parte posso indagare i vari costrutti usciti con ognuna delle triplette. Gli spazi non sarebbero per i cerchietti ma per i numeri; si chiede di dare un valore numerico ai vari elementi: da 1 (moltissimo italiano/ polo a) a 7 (moltissimo tedesco/ polo opposto). Ogni elemento verrà valutato per tutti i costrutti, anche se sono emersi parlando di un’altra tripletta. Non è detto che un costrutto sia applicabile a tutti, (ci metti una x).