

CRP
SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE COGNITIVO
COMPORTAMENTALE E INTERVENTO PSICOSOCIALE

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Mario Becciu

Roma, 18 febbraio 2023

CRP. Becciu 18 febbraio 2023

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Autori principali

Principi strutturanti

Origini

Approcci

Procedure e Tecniche

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Autori principali

Rogers C., 1951 (*Client-centered Therapy*)

Rogers C e A Maslow, 1962 (*Human Potential Movement*)

Allport G., 1962 (*Teoria della personalità*)

Goldstein K., (1995) *The Organism* (concezione 'olistica'
psicologo gestaltista)

Murray H. A., 1948 (*Personality in Nature, Society, and Culture*). Studioso della motivazione umana

Perls F., 1951 (*Gestalt Therapy*)

Frankl V., 1990 (*Un significato per l'esistenza. Psicoterapia e
umanismo*)

Berne E., 1969 (*Ciao!... E poi? A che gioco giochiamo?*) Analisi
Transazionale

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Principi strutturanti

1. La definizione di "**psicologia umanistica**", fu coniata nel 1962 da un gruppo di psicologi, guidati da Abraham Maslow, durante l'atto di fondazione dell'Associazione di Psicologia Umanistica, il cui programma prevedeva di: *"studiare le dinamiche emozionali e le caratteristiche comportamentali di un'esistenza umana piena e vitale"*
2. L'H. è un essere attivo, libero nel costruire progetti, nel realizzare se stesso non determinato dagli impulsi (psicoanalisi) né dall'ambiente (behaviorismo)
3. La motivazione più alta è la spinta verso l'autorealizzazione

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Principi strutturanti

4. Compito della terapia è quello di sprigionare tale energia psichica liberandola dai blocchi (nevrosi) attraverso la simbolizzazione delle esperienze
5. La salute psichica è determinata dalla coincidenza tra il sé ideale e il sé reale
6. L'autostima personale è il presupposto fondamentale dell'equilibrio psichico

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Principi strutturanti

7. L'elemento primario della psicoterapia è la persona, studiata nella sua interezza, oltreché l'esperienza e la comprensione, come oggetto e strumento di indagine, che relega in un ruolo secondario sia le interpretazioni sia il comportamento manifesto; in contrapposizione ad una visione dell'essere umano meccanicista e determinista, è necessario valorizzare l'autorealizzazione, la creatività, le scelte.
8. Valorizzazione della dignità della persona e dello sviluppo del suo potenziale latente.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini Filosofiche

Nasce in opposizione al razionalismo e allo scientismo, come corrente antintelletualistica.

Possiamo trovare le sue radici filosofiche:

- nell'umanesimo
- nella fenomenologia
- nell'esistenzialismo in europa
- nel liberalismo politico anglo-americano
- nel personalismo buberiano

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini Filosofiche

Nella filosofia dell'umanesimo:

La prima affermazione umanistica nella filosofia occidentale può essere riferita a Protagora che affermò:

“ ... di tutte le cose misura è l'uomo, di quelle che sono, per ciò che sono, di quelle che non sono per ciò che non sono.”

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini Filosofiche

Nella fenomenologia (Husserl):

Noi conosciamo la realtà esterna solo attraverso la realtà interna dell'esperienza personale e soggettiva che dà a quella significato e consistenza.

Per raggiungere l'obiettività scientifica la scienza psicologica ha concentrato il suo focus sull'osservazione del '*overt*', tralasciando il '*covert*'

Anche la psicoanalisi dà rilevanza all'esperienza soggettiva, ma a quella inconscia, non a quella consapevole

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini Filosofiche: Esistenzialismo

L'esistenzialismo nasce in Europa (Kierkegaard, Jaspers, Heidegger, Sartre) come protesta all'egemonia del razionalismo e del positivismo, contro ciò che Maritain chiamava “*il totalitarismo hegeliano della ragione*”

L'essere umano deve essere compreso come 'esistenza' nel significato letterale di '*venire all'essere*'

L'esperienza umana dovrebbe porsi come il vero centro di interesse della filosofia

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini Filosofiche: Liberalismo

Rappresenta una americanizzazione dell'esistenzialismo europeo che oltreoceano perde le sue tinte più tetre (Sartre e Heidegger in filosofia; Binswanger, Frankl in psichiatria; Camus, Moravia in letteratura) per assumere i contorni di una filosofia ottimistica della crescita e dell'auto perfezionamento.

Gli europei, ancora scioccati dagli effetti devastanti del II° conflitto mondiale, parlano di ineluttabilità della morte. Gli americani parlano di espansione della esperienza, di gioia, di pienezza del processo vitale

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini Filosofiche: Intersoggettività di Buber

La terapia è un incontro.

Per **Binswanger** il terapeuta deve essere in grado di comunicare con il pz. come *'un'esistenza che comunica con un'altra esistenza'*

Tali idee esprimono la terminologia e le idee di Martin Buber (nel 1923 pubblica *'Io e tu'*) il quale afferma che la vita è fondamentalmente non *soggettività*, ma *intersoggettività*

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini in letteratura

Possiamo trovare come importanti antecedenti della psicologia umanista l'Umanesimo e il Romanticismo.

L'UMANESIMO

Vasto movimento culturale che, iniziato negli ultimi decenni del trecento e diffusosi nel quattrocento, ha come caratteristica principale la *riscoperta dell'uomo* attraverso la ricerca e la letteratura dei classici latini e greci

IL ROMANTICISMO

In opposizione all'Illuminismo si verifica un notevole progresso dalla ragione al sentimento e all'esplorazione dell'irrazionale: i sentimenti, la follia, il sogno, le visioni assumono un ruolo di primaria importanza

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Origini Psicologiche

Nasce come terza forza in opposizione alla psicoanalisi e al behaviorismo, per una psicologia più umana.

Tra gli psicologi troviamo:

- W. James
- Kurt Goldstein
- Carl Rogers
- Gordon Allport
- H. A. Murray

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
CONCETTO DI NATURA UMANA	Istinti biologici primari sex. e aggressivi, urgenza di soddisfazione immediata con conflittualità con la realtà sociale	In quanto animale, l'H. è nato con la capacità di apprendere e si sviluppa secondo i principi fondamentali di tutte le specie	L' H. è un soggetto libero, capace di scelte, è in grado di determinarsi e di autorealizzarsi

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
CRESCITA SANA	Si realizza attraverso la soluzione dei conflitti in vari stadi evolutivi. Con l'identificazione e l'introiezione emergono i controlli dell'ego più adulto e le strutture caratteriali	Le condotte adattive vengono apprese mediante rinforzo e imitazione	Il soggetto sviluppa un sistema individuale, irripetibile di modi caratteristici di percezione, sensibilità, ecc.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
NATURA DELLA PSICOPATOLOGIA	Soluzione inadeguata dei conflitti e di fissazioni e che risalgono ai primi 5 anni e lasciano come strascico forti impulsi e/o controlli deboli. I sintomi sono un adattamento parziale o reazioni di difesa contro l'angoscia	Comportamento sintomatico deriva da apprendimenti difettosi di condotte disadattive. Il sintomo è il problema e non è espressione di qualcosa di misteriosamente sconosciuto o nascosto	Incoerenza tra il sé attuale e deprezzato e il sé potenziale e desiderato. La persona dipende dagli altri quanto alla gratificazione e alla stima di sé. Senso di inutilità e di assenza di significato

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
METE TERAPEUTICHE	Raggiungimento della maturità sessuale, rafforzamento delle funzioni dell'ego, riduzione della pressione esercitata dagli impulsi inconsci e repressi	Miglioramento del comportamento sintomatico mediante la soppressione o la sostituzione delle condotte disadattive	Potenziamento dell'autodeterminazione, della autenticità mediante lo sblocco del potenziale umano e l'accrescimento della consapevolezza

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
RUOLO DEL TERAPEUTA	E' un investigatore Mette in luce i conflitti radicali e le resistenze; è distaccato, neutrale, non direttivo, così da favorire le reazioni transferali	E' un addestratore. Aiuta il pz. a disapprendere vecchi comportamenti e/o ad apprenderne di nuovi. Importante il controllo dei rinforzi, meno la relazione terapeutica	E' una persona autentica. Condivide in un vero incontro l'esperienza del pz. Cerca di favorire il potenziale di crescita del pz. Il transfert non ha importanza

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. Umanista
CAPACITÀ E TRAINING	Alta formazione professionale, preparazione teorica e pratica sotto supervisione. Estese conoscenze tecniche e professionali. Deve avere una sicura conoscenza di sé per evitare il contro-transfert	Conoscenza dei principi dell'apprendimento del funzionamento personale, della psicopatologia, Non importante la conoscenza di sé. Gli interventi possono essere affidati a personale non professionale.	Le doti di empatia e di integrità personale sono apprezzate più della formazione professionale e del sapere teorico

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
DIMENSIONE TEMPORALE	Il passato Per scoprire e interpretare i conflitti e i sentimenti repressi per esaminarli alla luce della situazione attuale	Il presente Poco interesse per l'eziologia e per il passato. Il comportamento attuale è l'oggetto dell'interesse del clinico	Il presente e il futuro Mette a fuoco il qui ed ora, l'esperienza fenomenica attuale e la tendenza verso l'autorealizzazione, verso il raggiungimento di scopi e fini

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
RUOLO DELL'INCONSCIO	Centrale soprattutto per i classici; meno importante per i neo-freudiani o per gli ego-psicologi. Per tutti è di primaria importanza concettuale	Non solo l'inconscio, ma nemmeno il conscio è così importante. L'esperienza soggettiva è esclusa in quanto considerata non scientifica	L'accento è posto sulla esperienza conscia del soggetto

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
SFERA PSICOLOGICA PRIVILEGIATA	Motivazioni, sentimenti, fantasie, concetti. Rilevanza per ciò che avviene in terapia	Comportamenti, emozioni, azioni osservabili. Valorizzazione delle azioni extra terapeutiche	Percezioni, intenzioni, valori, progetti.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

COMPARAZIONE TRA PSICOANALISI, BEHAVIORISMO E PS. UMANISTA

	Psicoanalisi	Behaviorismo	Ps. umanista
FUNZIONE INTROSPEZIONE	Centrale, sebbene non solo come processo mentale ma come esperienza affettiva	Irrilevante; non necessaria. Fondamentale l'osservazione	Accentuato il ruolo della consapevolezza circa il <i>come</i> e il <i>che cosa</i> rispetto al <i>perché</i> .

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

E IL COGNITIVISMO?

CONCETTO DI
NATURA UMANA

CRESCITA SANA

NATURA DELLA
PSICOPATOLOGIA

METE
TERAPEUTICHE

RUOLO DEL
TERAPEUTA

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE E IL COGNITIVISMO?

CAPACITÀ E
TRAINING

DIMENSIONE
TEMPORALE

RUOLO
DELL'INCONSCIO

SFERA
PSICOLOGICA
PRIVILEGIATA

FUNZIONE
INTROSPEZIONE

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Approcci

Grazie all'iniziativa di Maslow e Rogers nacquero o aderirono nuove correnti psicoterapiche (rogersiana, gestaltica, bioenergetica, AT), che seppur diverse tra loro, serbavano un comune denominatore: l'attenzione sull'emozione e sull'esperienza.

Un'altra innovazione apportata dalla scuola umanistica consiste in un ampio uso della terapia di gruppo, del gruppo esperienziale e del gruppo d'incontro.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

CARL ROGERS

Client-centered Therapy

Rogers ritiene che le persone, partendo da innate potenzialità biologiche, si sviluppino, attraverso un processo di maturazione, verso la differenziazione, l'autonomia e l'**autorealizzazione**. In questo percorso sarebbe fondamentale l'accettazione incondizionata e positiva delle caratteristiche del bambino da parte dei genitori.

Una volta formato, il concetto di sé determinerebbe una percezione degli eventi in modo da mantenere il più possibile coerente il proprio mondo fenomenologico (concetto di coerenza della personalità).

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

CARL ROGERS

Client-centered Therapy

In altre parole, per mantenere la coerenza, i dati esperenziali (emozioni, desideri ecc...) verrebbero vagliati e se compatibili con il concetto di sé arrivano a livello di percezione. Quando non sono compatibili, il concetto di sé può modificarsi se c'è plasticità, oppure, nel caso di un concetto di sé rigido ed eteronomo, i dati o non arrivano alla percezione o arrivano in modo distorto. In quest'ultimo caso il concetto di sé rimane integro, ma alienato.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

CARL ROGERS

Client-centered Therapy

Il terapeuta dovrebbe avere tre fondamentali qualità:

- **l'autenticità** o congruenza, che comprende la spontaneità, l'apertura e la genuinità
- una **considerazione positiva incondizionata** (accettazione e apprezzamento di quello che il cliente è e comunica, anche quando non lo approva)
- una profonda **comprensione empatica** (capacità di vedere il mondo con gli occhi del cliente).

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

CARL ROGERS

Client-centered Therapy

TECNICHE TERAPEUTICHE

- Riformulazione parafrasi
- Verbalizzazione stati emozionali
- Focusing (Gendlin)

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Condivide con Rogers una visione ottimistica della natura umana, l'assunto di una tendenza naturale al sano sviluppo e l'approccio fenomenologico, secondo il quale la percezione delle situazioni è influenzata dai nostri bisogni, paure e desideri.

Fortemente influenzato dalla psicologia della forma: *il tutto è più della somma delle sue parti.*

Perls abbraccia, nella sua visione, la totalità dell'esperienza e delle funzioni umane (comportamenti, motori, affettivi, sociali) assumendo la visione olistica di Goldstein

E' fortemente influenzato dalla psicoanalisi (interpretazione della motivazione e le resistenze) e dall'approccio esistenziale (il qui ed ora esperito) CRP. Becciu 18 febbraio 2023

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls *Gestalt-Therapy*

Soltanto la piena consapevolezza permette di raggiungere l'autoregolazione organica, meccanismo principale dell'organismo.

Scopo della terapia della Gestalt, infatti, è quello di incrementare nei pazienti la consapevolezza, l'accettazione e l'espressione delle proprie spinte motivazionali e la consapevolezza degli atteggiamenti di evitamento, visti come ostacoli che le persone pongono alla realizzazione dei propri obiettivi e desideri.

Il gestalt-terapista cerca di aiutare il pz a diventare quello che è in realtà, a trovarsi dietro ai suoi giochi e alle sue resistenze

“ abbandona la tua mente e volgiti ai sensi!”

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls *Gestalt-Therapy*

Perché la crescita si verifichi, è necessario che il pz sia sempre più consapevole dell'*hic et nunc* mentre avviene e che si sia sempre più disposti ad assumersi la responsabilità dei propri atti

Tutti i contenuti si condensano in tre concetti.

La gestalt therapy dà importanza:

- *all'attuale* (presente temporale), *allo spaziale* (a ciò che è presente contro ciò che è assente), *al sostanziale* (fatto e atto contro simbolo e fantasia)
- alla consapevolezza e all'accettazione dell'esperienza
- alla responsabilità

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Al paziente viene chiesto di specificare i cambiamenti che desidera apportare a se stesso e lo si aiuta poi, con vari accorgimenti tecnici, ad accrescere la sensibilità verso i propri bisogni e desideri e la consapevolezza delle frustrazioni che opera su stesso, a riappropriarsi delle parti negate della sua personalità e a sperimentare il cambiamento.

In seduta l'attenzione viene posta sul qui ed ora, con lo scopo di rendere le persone consapevoli di ciò che sta succedendo in loro, di cosa pensano, fantasticano e vogliono in quel momento, delle loro emozioni, della loro postura, espressione facciale, tensione muscolare, gesti e tono della voce.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

La ricerca di cause nel passato viene scoraggiata perché porterebbe all'evitamento della responsabilità di operare scelte nel presente e se il passato produce turbamento esso viene portato nel presente.

A differenza delle altre terapie di orientamento umanista i terapeuti gestaltisti fanno largo uso di tecniche terapeutiche e di sedute di gruppo.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Metodo terapeutico

Consapevolezza

La tecnica della consapevolezza consiste nel concentrarsi sul “**qui e ora**”, focalizzando l’attenzione sull’**esperienza presente**, fatta di: **sensazioni, emozioni, sentimenti, azioni** che si compiono. Quello che l’individuo sperimenta nel qui-e-ora può riportare a una **situazione del passato** che non è stata chiusa come avrebbe voluto e rappresenta l’**opportunità di elaborarla** e, finalmente, **chiuderla**. Lo psicoterapeuta può quindi facilitare il paziente in questa **auto-scoperta** svolgendo una funzione di **specchio amplificatore**, attraverso alcune domande (quali: “*cosa fa?*”; “*cosa sente?*”; “*cosa vuole?*”; “*cosa evita?*”; “*cosa si aspetta?*”).

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Metodo terapeutico

Amplificazione

La tecnica dell'amplificazione consiste nella **ripetizione** e nell'**ampliamento** di una **postura**, di un **gesto**, di un **tic**, di un **atteggiamento** al fine di rendere esplicito ciò che è fatto in modo inconsapevole dalla persona.

Inoltre, consente all'individuo di entrare in contatto con una modalità di comunicazione che il corpo mette in atto attraverso **messaggi non verbali**.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Metodo terapeutico

Rappresentazione

Tutti gli elementi della scena vengono messi in atto dalla persona stessa che racconta. In questo modo il paziente potrà “**dare voce**” non solo alle **persone** presenti nella sua narrazione (o nel suo sogno), ma anche agli **oggetti**, agli **animali** e a tutto ciò che viene descritto come appartenente a quel vissuto, compresi i **sentimenti**. Così nell’**interpretare** le varie “parti” la persona dà vita alla **propria rappresentazione interna**; in essa possono comparire diversi conflitti, diverse figure (ad esempio: “il tiranno e il suddito”, “l’aggressore e la vittima”, ecc.). Ogni forma di rappresentazione attraverso il **metodo dell’auto-espressione** favorisce il **processo di re-identificazione** con le parti interpretate.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Metodo terapeutico

Dare voce alle polarità opposte

Questa tecnica consiste nel “**dare voce**”, alternativamente, ai **poli opposti** di una situazione particolare: **volere-non volere, fare-non fare** al fine di trovare un equilibrio tra due posizioni vissute come estreme, non negandole, ma ascoltandole fino in fondo. Quando la persona porta due imperativi reciprocamente contraddittori, tali affermazioni rivelano la scissione presente nella sua personalità. Nell'interpretare le due parti o i due ruoli opposti l'individuo riesce così a sperimentare le **emozioni** fino in fondo. Ciò facilita lo **scioglimento** delle **posizioni conflittuali**, fino ad arrivare all'**integrazione**.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Tecniche terapeutiche

Parlare in prima persona: ai pazienti è richiesto di esprimere sempre i propri pensieri e i propri sentimenti in prima persona (ad es. se la persona afferma che una situazione ha prodotto in lui una determinata reazione emotiva, gli si chiede di riformulare la frase dicendo “*io ho provato questa emozione in quella situazione*”). Questa richiesta viene fatta per incoraggiare l’assunzione della responsabilità dei propri sentimenti e del proprio comportamento e ridurre il senso di passività di fronte agli eventi esterni.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Tecniche terapeutiche

- ***La sedia vuota***: è una tecnica che si propone di incrementare la consapevolezza dei propri sentimenti e il senso delle proprie emozioni. Consiste nella richiesta di parlare ad un sentimento o un'emozione che compare in seduta, o a una persona, o ad un oggetto che viene nominato o ricordato, dopo averlo immaginato seduto su una sedia vuota posta di fronte al paziente (ad es. parlare alla propria tristezza, ad una vecchia foto di sé bambino, ad un regalo ricevuto, ad un amico che ci ha aiutato o da cui non siamo stati compresi, ecc.).

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Tecniche terapeutiche

- ***La proiezione dei sentimenti***: questa tecnica, usata nelle sedute di gruppo, è finalizzata a rendere consapevoli i pazienti dell'influenza del proprio mondo fenomenologico sulla percezione della realtà e le interazioni sociali. Consiste nel porre le persone in coppia una di fronte all'altra ad occhi chiusi, con la richiesta di immaginare il volto di una persona con cui sono affettivamente legati e i sentimenti che provano, e quindi riaprire gli occhi e guardare il volto della persona che hanno di fronte ponendo attenzione su ciò che sentivano verso l'altro. Di seguito la situazione veniva riproposta con la richiesta di immaginare qualcosa di neutro

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Fritz Perls

Gestalt-Therapy

Tecniche terapeutiche

- ***Il rovesciamento***: consiste nella richiesta al paziente di assumere durante la seduta caratteristiche comportamentali opposte a quelle sue tipiche (ad es. ad un timido si chiede di essere sfrontato). Lo scopo è quello di produrre nel paziente la consapevolezza di aspetti potenziali ed inibiti della propria personalità. Nelle sedute di gruppo questa tecnica può essere utilizzata assegnando determinati ruoli recitativi in un breve copione teatrale proposto dal terapeuta.

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Conclusioni

Merito di questa importante corrente psicologica è stata quella di aver riposto il complesso mondo della persona e del singolo soggetto al centro dell'interesse della psicologia

Un ulteriore merito è stato quello del ruolo della relazione per l'efficacia delle terapie

Il metodo idiografico prevale sul nomotetico

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Conclusioni

I presupposti teorici su cui si fondano le psicoterapie sembrano degli assunti filosofici indimostrabili, più che costrutti empiricamente validati

C'è una sfiducia di fondo nei confronti dell'approccio scientifico per studiare la psicologia umana (tranne lodevoli eccezioni nell'approccio rogersiano)

La consapevolezza sensoriale è dominante

LE PSICOTERAPIE UMANISTICHE

Conclusioni

Il ruolo delle emozioni, delle esperienze, della soggettività tralascia la dimensione razionale e cognitiva (come mai il recupero di ciò che è fondamentale umano trascura la ragione che da sempre è stata individuata come massima variabile responsabile della differenza dalle altre specie viventi?)

E' vero che *'l'uomo non vive solo con la testa'*, ma non è che si viva troppo bene senza!

Le tecniche e le procedure appaiono suggestive, utili a livello consulenziale, soprattutto quelle rogersiane, ma a livello clinico appaiono limitate