

PSICOLOGIA, PSICOBIOLOGIA, PSICOSPIRITUALITA'

(...una breve sintesi dei vari modelli)



a cura di Enrico Loria – MOVIMENTO PSICOSPIRITUALE

Ciascuna disciplina dello scibile umano possiede delle verità proprie. I principi che riassumono ciascuna disciplina, oltre a consentire lo sviluppo di un percorso di crescita della persona fino ad un determinato punto, ne possono anche limitare l'evoluzione. E' quello il momento in cui diventa utile e necessaria l'apertura ed il dialogo vero altri punti di osservazione, per evitare il *blocco della crescita* oppure il *rifiuto di quella esperienza*.

Secondo il modello Psicobiologico esistono programmi psicobiologici che sono frutto di una evoluzione filogenetica di milioni di anni. Questi programmi, in contatto con l'ambiente fisico e con l'esperienza psicologica, si attivano. La malattia e la guarigione non sarebbero quindi fenomeni meccanici ma dinamici.

Secondo il modello Epigenetico il funzionamento dei geni è continuamente in relazione con l'ambiente e le condizioni di vita, tanto da influire sul fenotipo, cioè la manifestazione fisica delle caratteristiche genetiche.

Secondo il modello della Terapia Consecutiva ci sono quattro "Sistemi" in continua interazione, che determinano il funzionamento psico-fisiologico dell'essere umano, visto come un continuum tra psiche e soma: Psicologico, Neuronale, Endocrino, Immunitario (PNEI).

Secondo il modello Cognitivo il funzionamento psichico e psicofisico dipende dai vissuti soggettivi, la visione di sé, degli altri, del mondo. La terapia consiste nell'acquisire consapevolezza delle interazioni tra pensieri, emozioni e comportamenti.

Secondo il modello Comportamentale si fa riferimento ai comportamenti manifesti, non solo azioni e condotte, ma tutte le attività osservabili dell'organismo in rapporto con l'ambiente, da parte del soggetto.

Secondo la teoria dell'Attaccamento il corretto sviluppo dell'individuo dipende dalla possibilità di crescere in relazione ad una figura di attaccamento stabile e adeguata nel rispondere ai bisogni e le difficoltà della vita. Questa figura accudente svolge la funzione di "base sicura".

Secondo il modello Sistemico Relazionale il disagio personale nasce nel sistema familiare non sufficientemente adeguato allo sviluppo delle potenzialità dei singoli individui e si cura mediante l'analisi dei "triangoli relazionali" presenti in quel sistema.

Secondo il modello Psicoanalitico (Psicodinamico) il funzionamento psicofisico dell'uomo ruota intorno all'inconscio: nell'indagine dell'attività umana si rivolge soprattutto a quei fenomeni psichici che risiedono al di fuori della sfera della coscienza. Il disagio nasce dal conflitto tra principio di piacere e principio di realtà, il conflitto tra pulsione sessuale e pulsione di autoconservazione (o dell'Io), il conflitto tra pulsione di vita e pulsione di morte.

Secondo il modello della Gruppoanalisi l'individuo è psicologicamente radicato nel gruppo cui appartiene. L'esperienza comprende i fenomeni della comunicazione e le relazioni tra comportamenti, emozioni e sentimenti umani. Viene osservata ogni forma di espressione e comunicazione, per delineare descrittivamente e narrativamente l'architettura dei processi psichici, sia nevrotici che psicotici.

Secondo il modello della Gruppoanalisi Multifamiliare, rivolto a pazienti psichiatrici delle istituzioni pubbliche e private, si prevede la co-presenza dei familiari, pazienti gravi non omogenei per diagnosi, operatori della equipe psichiatrica. Si basa sulla analisi delle libere espressioni del gruppo dei partecipanti che funzionerebbe come una "mente ampliata" ovvero "pensare insieme quello che non si può pensare da soli".

Secondo il modello dell'Enneagramma dei tipi psicologici (e dei rapporti tra loro) sono possibili nove diverse personalità (enneatipi) che consentono di individuare le tendenze principali di carattere, visioni del mondo e attitudini, le ipotesi evolutive, le proprie possibilità di auto-comprensione e di trasformazione interiore, con i propri punti di forza e le proprie aree di miglioramento.

Secondo il modello Bionomico l'obiettivo della psicoterapia è quello di rimuovere gli ostacoli che impediscono ad una persona lo sviluppo autentico del Sé.

Secondo il modello Rogersiano non direttivo e incentrato sul "cliente" mediante l'ascolto empatico, la terapia è l'esperienza nella quale posso lasciarmi andare soggettivamente.

Secondo il modello Psicospirituale il disagio dell'uomo dipende dalla distrazione dal proprio Vero Sé.

Secondo il modello della Psicosintesi la volontà è tutt'uno con l'identità individuale. Rendere consapevole la persona di questa verità significa creare i presupposti per dischiudere un cammino esistenziale auto-orientato, fino alla realizzazione della sua dimensione spirituale (o transpersonale).

Secondo il modello Transpersonale si opera per la "realizzazione del Sé", ossia per il risveglio della natura spirituale di ogni individuo e delle sue qualità più genuinamente umane.

Secondo il modello Adleriano l'uomo è teleologicamente orientato al perseguimento di una maggiore stabilità e sicurezza. Insuccessi personali o professionali, imprevisti, modificano l'immagine di sé ed il valore dei propri obiettivi e la persona diviene insicura e disorientata.

Secondo i vari modelli basati sull'Ipnosi i sintomi ed i problemi comportamentali sono frutto di un'inadeguata relazione tra mente conscia e mente inconscia.

Secondo il modello Eriksoniano l'individuo è unico e pertanto unico sarà l'approccio utilizzato per curare il paziente. Le persone sono considerate capaci di autoguardarsi o di imparare delle nuove abilità per orientare la propria attenzione verso nuovi modi di vedere le cose o di pensarvi.

Secondo il modello delle Discipline Analogiche (analogico=non logico, per analogia) si lavora sul conflitto tra la parte logica (Io adulto, razionalità) e la parte emotiva (Io bambino, Inconscio). Dalla distonia, ossia dal contrasto fra esigenza e appagamento, fra la situazione reale (come siamo o abbiamo) e quella ideale (come vorremmo essere o avere) si crea una forza propulsiva che stimola l'individuo ad operare e ad evolversi.

Secondo il modello Umanistico (Terza Forza) si condivide il bisogno di rivalutare l'uomo di fronte alla pressione di dogmi e concezioni totalizzanti. L'esperienza soggettiva, la capacità di scelta, di autovalutazione, la creatività, la spinta verso l'autorealizzazione, il senso di responsabilità, sono considerate qualità umane fondamentali da sviluppare. Basilare è il significato che l'individuo, quale entità psicobiologica ricca di potenziale, dà alla sua esperienza.

Secondo il modello della Psicoterapia con la procedura immaginativa si utilizzano le immagini mentali ed il rapporto umano che si crea tra l'analista ed il paziente per curare la sofferenza di natura psicologica, psicosomatica ed esistenziale.

Secondo il modello della Logoterapia, associata ed imprescindibile dall'analisi esistenziale, ci si pone, come obiettivo primario, la riscoperta del significato (logos) dell'esistenza dell'essere umano.

Secondo il modello della Analisi Transazionale sono possibili diversi stati dell'io, principalmente l'Adulto, il Bambino, il Genitore. L'Adulto è in contatto sia con i bisogni del bambino interiore che le norme del genitore interiore e ne è profondamente influenzato.

Secondo il modello della Gestalt, si considera l'intero come fenomeno sovraordinato alla somma dei suoi componenti, allo stesso modo in cui le caratteristiche di una società non corrispondono a quelle degli individui che la costituiscono. Per comprendere il mondo circostante si tende a identificarvi forme: buona forma, prossimità, somiglianza, buona continuità, destino comune, figura-sfondo, movimento indotto, gravidanza.

Secondo il modello dell'Analisi Strutturale del Comportamento Interpersonale (ASCI) gli stili interpersonali sono il modo in cui gli schemi interpersonali vengono istanziati nella realtà. Consistono nel modo in cui la persona, a partire dai propri schemi interpersonali, interpreta e agisce le relazioni. Nell'IPC (Circolo Interpersonale) le dimensioni sottostanti vanno da odio ad amore sull'asse orizzontale definito affiliazione, e da sottomissione a dominanza sull'asse verticale definito controllo.

Secondo il modello della Enseñanza il funzionamento biologico e psicologico sono collegati al funzionamento energetico dei centri vitali ed il campo magnetico della persona. Questa memoria invisibile è trattabile mediante specifiche stimolazioni manuali.

Secondo il modello Bioenergetico (Analisi Bioenergetica) con il termine energia s'intende la vitalità di un organismo, prodotto dell'insieme di processi biochimici e metabolici che gli permettono di vivere e che si manifesta nel movimento e nei processi di espansione e contrazione tipici di ogni essere vivente.

Secondo numerosi studi scientifici, la meditazione è in grado di modificare il funzionamento biologico e cerebrale dell'individuo che la pratica, con benefici emotivi e fisici.

Secondo il modello della Meditazione Trascendentale, tecnica "mentale" per lo sviluppo di presunte potenzialità umane di tradizione vedica, con la ripetizione di uno specifico suono (mantra) si raggiunge uno stato naturale di "consapevolezza senza oggetto" o "senza pensieri" chiamato "trascendenza", il quale rilasserebbe profondamente il corpo e la mente, apportando vari benefici al praticante.

Secondo il modello Cristiano "il sabato è per l'uomo e non l'uomo per il sabato" ovvero le leggi ed i dogmi sono sempre sotto ordinati all'amore. Si basa quindi sul primato dell'amore. Questo difficile obiettivo sarebbe irraggiungibile se non avessimo la garanzia che questo primato dell'amore è sigillato dal Padre Celeste.

Secondo il modello della Comunità Mondiale per la Meditazione Cristiana (WCCM) mediante la recita silenziosa di un mantra (Maranathà) si favorisce il contatto con il proprio Vero Sé.

Secondo il modello Buddista possiamo ricondurre tutto alle Quattro Nobili Verità: La Verità del dolore, La Verità dell'origine del dolore, La Verità della cessazione del dolore, La Verità della via che porta alla cessazione del dolore.

Secondo il modello della Mindfulness si pratica una tecnica psicologica di meditazione sviluppata a partire dai precetti del buddhismo, senza la componente religiosa, volta a portare l'attenzione del soggetto in maniera non giudicante verso il momento presente, con beneficio fisico e mentale.

Secondo il modello della Massoneria (definita anche Arte Reale) si propone un patto etico-morale tra uomini liberi. L'uomo viene accompagnato a riconoscere la Gloria Del Grande Architetto Dell'Universo (A.G.D.G.A.D.U) un essere superiore al quale non diamo un nome specifico, nel tentativo di accogliere tutte le diversità ideologiche in una visione comunque spirituale.

Secondo il modello dell'Auto Mutuo Aiuto (es. Gruppi AMA, Alcolisti Anonimi, Alanon, Retrouvaille) si utilizzano, nei diversi campi, le risorse umane delle persone che, pur non essendo dei professionisti, sono state capaci di leggere consapevolmente la loro esperienza di vita e sono quindi aperte e disponibili a dare la loro preziosa testimonianza, al servizio delle persone in difficoltà in quel particolare settore della loro esistenza.

COLORO CHE SONO APPASIONATI DEI 3265 MODELLI ESISTENTI E CHE NON HO CITATO, SE LO DESIDERANO POSSONO FARE RICHIESTA DI INTEGRAZIONE DI QUESTO ARTICOLO CON UN BREVE SCRITTO DI MASSIMO 3-4 RIGHE.

Tutti i modelli tendono al mantenimento e allo sviluppo del benessere fisico, mentale e sociale. Sono realmente capaci di mantenere la promessa? In realtà, nessun modello, di per sé, può determinare questo. E' l'uomo infatti che può scegliere di convergere dalla mente al cuore, per scelta. La diversità delle persone, infatti, non è eliminabile, così come non sono eliminabili le ideologie. Tutte le ideologie e tutti i modelli possono potenzialmente servire come strumento esperienziale adatto allo scopo della crescita personale. Tutte possono fuorviare il nostro cammino terreno.

Secondo il MOVIMENTO PSICOSPIRITUALE quindi non è l'eliminazione dei dogmi quello che può aiutarci, ma la libera scelta della adesione a quelli che si addicono alla nostra natura.

PERCHE' L'AMORE, PIU' CHE UN SENTIMENTO, E' SOPRATTUTTO UNA SCELTA.

CORAGGIOSA, LIBERA E CONSAPEVOLE.



Segreteria Centro Poiesis: 070.504.604 - centro.poiesis@tiscali.it -

www.centropoiesis.info

www.movimentopsicospirituale.org

www.istitutosales.it

www.poiesisolidale.eu

www.enricoloria.it