

Giuseppe Gandolfi

SVILUPPARE IL POTENZIALE

**nelle professioni, nel lavoro,
nello studio, nello sport...**

Approcci, metodi, applicazioni

*Contributi di: A. Baroli, F. Falzoni Gallerani, L. Muti,
M. Paret, A. Pasinato, M. Soldati, E. Zucchi*

Prefazione di Marilla Malugani



Giuseppe Gandolfi

SVILUPPARE IL POTENZIALE

**nelle professioni, nel lavoro,
nello studio, nello sport...**

Approcci, metodi, applicazioni

Contributi di: A. Baroli, F. Falzoni Gallerani, L. Muti,
M. Paret, A. Pasinato, M. Soldati, E. Zucchi

Prefazione di Marilla Malugani

FrancoAngeli

Giuseppe Gandolfi, psicologo, laureato presso l'Università degli studi di Padova con una tesi in Neurofisiologia, iscritto all'Ordine degli Psicologi, con expertise in psicologia del lavoro e delle organizzazioni, counseling psicologico, diagnostica psicologica e psicologia dell'orientamento. Master Trainer in PNL, presso NPL International ISI-CNV, Ecole de Psycoterapie di Nizza (F). Ha interessi nell'ambito della psicodiagnostica, delle tecniche proiettive, della diagnostica Lüscher, di psicosomatica e di "energetica". Lavora presso Deutsche Bank SpA, nell'ambito della Direzione Generale, occupandosi di Risorse Umane.
gandolfi.giuseppe@tiscali.it
giuseppe.gandolfi@db.com

In copertina: disegno ed elaborazione grafica a cura del pittore Edgardo Gandolfi

Grafica della copertina: Elena Pellegrini

Copyright © 2009 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni specificate nel sito www.francoangeli.it

Indice

Prefazione	pag.	11
Introduzione	»	15
1. Elementi di diagnosi	»	19
1. Concetto di “potenziale”	»	19
2. Indagine diagnostica	»	19
3. Diagnostica energetica	»	20
4. Psicologia della scrittura	»	22
5. Personalità	»	22
5.1. Test di personalità	»	24
6. Attitudini e efficienza cognitiva	»	25
6.1. Test di intelligenza e attitudinali	»	27
7. Elementi di psicodiagnostica	»	28
7.1. Teoria introversione-estroversione, neuroticismo-stabilità	»	29
7.2. Diagnostica cromatica	»	37
7.3. Esempi d’applicazioni della diagnostica Lüscher	»	54
7.4. Indicazioni allopatriche ed omeopatiche	»	56
2. Sistemi adattivo-difensivi	»	57
1. Sistema nervoso	»	57
1.1. Attività elettroencefalografica	»	66
1.2. Variazioni dell’attività cerebrale	»	69
2. Sistema nervoso vegetativo	»	73
2.1. Divisione simpatica	»	75
2.2. Divisione parasimpatica	»	76

2.3. Sistema nervoso vegetativo centrale	pag. 76
2.4. Ipotalamo	» 77
2.5. Sistema limbico	» 77
2.6. Corteccia	» 78
2.7. Integrazione centrale delle risposte vegetative	» 78
2.8. Apprendimento del sistema nervoso vegetativo	» 79
3. Sistema neuro-endocrino	» 80
4. Sistema immunitario	» 86
3. Aspetti fisiologici e psicologici	» 94
1. Creatività, produzione divergente, pensiero laterale	» 94
2. Efficienza intellettuale ed intelligenza emotiva	» 100
3. L'indice di reattività interpersonale (Interpersonal Reactivity Index)	» 107
4. Tensione emotiva, attivazione corticale, stress	» 109
5. Ansia, paure, fobie e panico	» 115
6. Gestione dello stress	» 117
7. Sonno	» 129
8. Difese	» 130
9. Apprendimento	» 131
9.1. Condizionamento	» 131
10. Comportamentismo/cognitivismo e tecniche d'intervento	» 134
11. Il self empowerment per lo sviluppo della persona e del suo potenziale	» 136
11.1 La persona e il suo sviluppo	» 136
11.2. L'approccio del self empowerment	» 142
11.3. Lo sviluppo del potenziale in chiave empowerment	» 149
11.4. La metodologia del laboratorio di osservazione e sviluppo del potenziale	» 153
11.5. La struttura del laboratorio di osservazione e sviluppo del potenziale	» 155
11.6. Conclusioni	» 161
4. Corpo e movimento	» 163
1. Metodo Feldenkrais	» 163
2. Massaggio	» 164
3. Movimento	» 167
4. Esercizio fisico	» 170
5. Kinesiologia	» 170
6. Isometria	» 172
7. Eutonica	pag. 174

8. Rolfing	»	175
9. Coscienza corporea e sviluppo personale – una prospettiva integrale	»	176
9.1. Un’esperienza	»	179
9.2. Il problema del modello	»	180
9.3. Pratiche trasformative integrali	»	183
5. Rilassamento e terapie	»	191
1. Presupposti psicofisiologici delle tecniche di rilassamento	»	191
2. Distensione-rilassamento	»	192
3. Tecniche ed esercizi di rilassamento	»	194
4. Rilassamento frazionato secondo Oskar Vogt	»	197
5. Rilassamento progressivo secondo Jacobson	»	199
6. Training autogeno	»	202
6.1. Training autogeno (esercizi inferiori)	»	209
6.2. Training autogeno (esercizi superiori)	»	211
6.3. Ulteriori considerazioni	»	212
7. Psicoterapia bionomica	»	214
8. Sofrologia	»	216
9. Biofeedback	»	216
10. Medicina comportamentale	»	218
11. Stress inoculation training	»	218
6. Respirazione, yoga, meditazione e zen	»	220
1. Respirazione	»	220
1.1. Tecniche respiratorie	»	229
1.2. Rebirthing (introduzione)	»	230
1.3. Respirazione olotropica	»	245
1.4. Respirazione con il metodo Buteyko	»	245
1.5. Altre tecniche	»	248
2. Yoga	»	248
2.1. Pranayama	»	254
3. Meditazione	»	258
3.1. Meditazione in psicoterapia	»	266
3.2. Meditazione: strumento di crescita insostituibile	»	269
4. Zen	»	279
7. Energetica	»	285
1. Medicina cinese	»	287
2. Shiatsu	»	290
3. Agopuntura	»	292

4. EFT (Emotional Freedom Techniques)	pag. 295
5. Do-yin	» 313
6. Anmo tuina	» 315
7. Qigong	» 316
8. Taiji quan	» 321
9. Kung fu shaolin	» 322
10. Medicina energetica	» 322
11. Rigenerazione e sviluppo psico-bio-fisico (Introduzione)	» 329
11.1. Rigenerazione mentale-cerebrale e sviluppo psico-bio-fisico	» 330
11.2. Analisi energetica in psicodiagnostica	» 353
11.3. Esperienze di analisi e stimolazione energetica	» 366
12. Omeopatia	» 378
13. Bioenergetica	» 380
14. Biosintesi terapeutica	» 386
8. Tecniche mentali	» 388
1. Atteggiamento mentale	» 388
2. Eudaimonia	» 390
3. Fenomeni immaginativi	» 392
4. Visualizzazione	» 394
5. Rêve éveillé dirigé (sogno da svegli guidato)	» 397
6. Tecniche immaginativo-cognitive	» 402
7. Dinamica mentale	» 403
8. Psicismo, magnetismo e ipnosi	» 407
8.1. Paul Claude Jagot	» 408
8.2. William Walker Atkintons	» 426
8.3. Elementi di ipnosi	» 431
8.4. Suggestione	» 446
8.5. Inconscio e subconscio	» 459
8.6. Simbolismo e inconscio	» 462
8.7. Metafora e tecnica del mutual story telling	» 465
9. Psicocibernetica	» 467
10. Problem solving strategico	» 470
11. Pensiero positivo e subconscio	» 474
12. Autoefficacia	» 479
13. Metodo Pennebacker	» 485
14. Terapia razionale emotiva e modelli cognitivi	» 489
15. Tecniche di programmazione neurolinguistica	» 491
15.1. Alcuni concetti e tecniche di PNL e PNL3	» 501
15.2. I livelli logici in PNL secondo l'idea di Robert Dilts	» 507

15.3. PNL matriciale	pag. 508
16. Focusing	» 516
17. EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)	» 521
18. Movimenti oculari e metodo Silva mind control	» 525
19. I fattori di successo (secondo A. Robbins)	» 528
20. RHMT (Right Hemisphere Mental Therapy)	» 531
21. Psicosintesi	» 536
21.1. Volontà	» 540
21.2. Leggi psichiche	» 540
22. Igienismo	» 541
23. Le dimensioni dell'eccellenza	» 541
24. Autorealizzazione	» 542
Bibliografia	» 543

Prefazione

Parlando di potenzialità dell'essere umano il pensiero corre ai grandi insegnamenti che ci provengono dalla psicologia umanistico-esistenziale. Essa ci propone una concezione dell'uomo inteso come unità e come totalità, caratterizzato dalla singolarità, irripetibilità, dalla relazionalità, dalla finitudine. Ma i contenuti più importanti che ci trasmette è che l'essenza dell'esistenza umana si trova nel proprio autotrascendimento, cioè nella tensione verso l'esterno intesa come un costante rivolgersi verso qualcosa o verso qualcuno. In questo **pro-tendersi l'essere umano va oltre se stesso per raggiungere il mondo, incontrare altri esseri umani, per darsi degli scopi, realizzare dei significati ed arrivare alla conoscenza del proprio Sé**. Victor Frankl, in particolare, quando parla della "libertà della volontà" sostiene che la libertà è una qualità esclusivamente umana che permette di superare ogni limite biologico, psicologico o ambientale. Per suo effetto l'uomo è in grado di distanziarsi da qualunque situazione e anche da aspetti di sé vincolanti o limitativi, perché è capace di scegliere il suo atteggiamento verso se stesso e di allontanarsi da ogni elemento condizionante. Frankl, infatti, ci propone un modello di uomo considerato non come oggetto condizionato da influssi biopsichici, ma come soggetto aperto al mondo, agli altri, all'assoluto. L'"intenzionalità" caratterizza la struttura fondamentale dell'uomo che è rivolto verso qualcosa che sta oltre se stesso ed è diverso da sé. *Questa intenzionalità è radicata nell'essere umano ed è realizzabile solo quando la persona si trascende per protendersi verso significati, scopi, valori da realizzare*. Ludwig Binswanger uno dei più autorevoli rappresentanti della Daseinanalyse, in contrapposizione ai presupposti deterministici della psicoanalisi, propone l'analisi delle strutture trascendentali quali: l'esserci, la presenza nel mondo, la progettualità, con l'intento di manifestare l'essere stesso al di là di ogni classificazione precostituita. Questo modello presuppone che oltre alla dimensione biologica e psicologica l'uomo

possessa una terza dimensione specifica: quella “noetica” ovvero una capacità intenzionale, una progettualità che lo caratterizza e lo contraddistingue dagli altri esseri viventi. Etimologicamente il termine “noetico” deriva dal greco “nòs” che oltre a significare letteralmente spirito, mente, pensiero, racchiude un significato più profondo quello di capacità intenzionale nel senso di “tendere verso” che sarà un tendere verso valori, desideri, scopi appaganti, la realizzazione di sé e dunque, la progettualità. Solo considerando questa terza dimensione sarà possibile comprendere l’essere umano nella sua totalità e aiutarlo a realizzare un percorso evolutivo atto ad affinare le proprie individuali predisposizioni, a sviluppare le capacità latenti, le abilità, le sue attitudini e i suoi talenti. Altri contributi che ci provengono dalla psicologia umanistica sono quelli di Abraham Maslow, uno dei suoi interpreti più illustri, che attribuisce un rilievo centrale al concetto e all’esperienza di “identità” che afferma la presenza in ciascun essere umano di potenzialità latenti che attendono di essere prima scoperte e poi sviluppate, che si prefigge la ricerca del significato della propria vita, riconosce l’importanza dei valori e pone come necessaria l’acquisizione di una chiara consapevolezza delle motivazioni che determinano scelte e decisioni. Questi concetti ritengo costituiscano le premesse fondamentali per quanti si trovano a programmare e realizzare interventi di tipo psicologico o organizzativo o di leadership empowering.

Empowerment è un termine che trae origine dal verbo empower che significa “conferire potere, autorità, mettere in grado, rendere capace”. Il concetto nasce e si sviluppa all’interno della Psicologia di Comunità che ha come obiettivo fondamentale quello di intervenire su problemi umani e sociali, collegando la sfera personale a quella collettiva, la dimensione psicologica a quella sociale, tendendo al miglioramento della qualità dei rapporti tra l’uomo e l’ambiente, ponendosi come strumento che accresce, sviluppa, attiva sia le risorse interne all’individuo sia quelle reperibili nell’ambiente. Viene utilizzato in contesti diversi: in politica, in psicologia, in ambito manageriale e organizzativo. Il suo costrutto racchiude un duplice significato, indicando oltre che uno stato-risultato anche il processo attraverso cui si raggiunge quel risultato che non è conseguito una volta per tutte ma che prevede livelli diversi di acquisizione e di sviluppo. Infatti, come la personalità, è un costrutto evolutivo che varia nel tempo, che non sempre si sviluppa in modo lineare essendo soggetto a crescita, a possibili regressioni e stasi nell’arco della vita del soggetto che lo esperisce. Si connota in rapporto al tipo di popolazione a cui si riferisce, assumendo forme diverse in relazione a soggetti diversi per età, per aspettative, per i contesti socio-culturali di appartenenza. Risulta essere un concetto multilivello ed in esso sono tre i livelli di analisi che si possono distinguere: individuale o psicolo-

gico, organizzativo, sociale e di comunità. Questo volume si **occupa principalmente del livello di analisi psicologica individuale, fa riferimento al rapporto che la persona ha con se stessa, alla consapevolezza o meno delle proprie risorse, della propria efficacia nei comportamenti che realizza, a come si percepisce e si considera percepito nel contesto sociale in cui vive, alla capacità di attribuire a sé i risultati e gli effetti delle proprie azioni.** L'intervento è rivolto alla persona nella sua totalità e specificità. Ciò comporta una preliminare attenta valutazione e osservazione delle sue capacità cognitive, relazionali, realizzative; l'individuazione delle sue risorse sia di quelle già utilizzate, che di quelle poco conosciute per conseguirne il potenziamento. Dovrà essere attuato un progetto di intervento che tenga in considerazione le peculiarità del soggetto su cui si intende lavorare, non un protocollo generico o standardizzato. Si dovrà partire da un inquadramento diagnostico della personalità finalizzato in particolare a focalizzare il grado di consapevolezza che l'individuo ha di sé, il grado di considerazione dell'adeguatezza o meno delle sue azioni in rapporto all'obiettivo, agli eventi, alle situazioni. Altrettanto importante è la valutazione della motivazione a partecipare all'azione desiderando di padroneggiarla; della convinzione che gli eventi siano gestibili e che essi possano essere influenzati e orientati. Questo inquadramento è la base da cui partire per costruire un progetto di intervento che si realizzerà attraverso l'uso e l'applicazione di modalità volte a risvegliare le energie latenti; a sviluppare le funzioni costituzionalmente deboli o rimaste ad uno stadio arretrato; a trasformare le energie biopsichiche esuberanti che non riescono a scaricarsi o a esprimersi in modo diretto; ad armonizzare le varie funzioni ed energie nel loro dinamismo interno in modo da realizzare una personalità integrata.

In questa ottica, risulta estremamente importante la scelta dedicata alla *Diagnostica Lüscher*, strumento che permette non soltanto di mostrare i sintomi, ma piuttosto di evidenziare le cause inconscie di stati di alterazione di natura psicosomatica, affettiva, emotiva, comportamentale e psicosociale. In questa sede, essendo io Presidente dell'Istituto Italiano "Max Lüscher" di Padova, non posso esimermi dal fare alcuni brevi richiami proprio a questa metodica, ed in particolare agli insegnamenti dello stesso prof. dr. Max Lüscher di Lucerna (CH) e del suo più stretto collaboratore, dott. Nevio Del Longo, Direttore dello stesso Istituto.

Come si evidenziava precedentemente, la Diagnostica Cromatica si distingue per la velocità di somministrazione, per la mancanza pressoché assoluta di resistenze e per la ricchezza delle informazioni. Le sue applicazioni spaziano dalla medicina psicosomatica alla psicoterapia, dalla psichiatria e medicina allopatrica, all'omeopatia, dall'orientamento scolastico alla criminologia, dall'odontologia all'Organizzazione aziendale, al marketing,

alla selezione del personale, all'analisi del potenziale e quindi al suo sviluppo. Si possono cogliere i punti di forza della personalità, i tipi di pensiero utilizzati, l'affidabilità dell'Io e del sistema difensivo, la qualità dell'impegno lavorativo, del livello energetico, così come i punti di miglioramento che possono essere riconosciuti dallo stesso soggetto e superati, ampliando consapevolezza e risorse. Così come in Medicina ed in Psicoterapia possiamo passare dalla diagnosi alla terapia (farmacologica o verbale) nell'analisi del potenziale, possiamo affidarci ad un vero e proprio strumento di crescita e di qualità per poter raggiungere l'autorealizzazione come essere umano.

Questo volume offre un ventaglio estremamente ampio di possibili metodi, sia diagnostici che di sviluppo della personalità da utilizzare. L'abilità di chi si trova ad operare sul potenziale, sta nella sensibilità e capacità di saper scegliere quali di queste metodologie saranno le più idonee ed efficaci per quel particolare soggetto che, come si è detto, essendo unico e irripetibile nel tempo e nello spazio, avrà la sua unica e precisa "cura" poiché ciascun soggetto risponde ad essa singolarmente sulla base della sua costituzione, del suo habitus neuroendocrino, del suo particolare stato psicoemozionale, del suo ambiente e così via.

Il percorso che viene proposto da questo volume permette, partendo da un'analisi quantitativa e qualitativa dell'essenza del soggetto (psico-socio-biologica ed energetica), di poter sviluppare ed armonizzare le diverse aree, di poter riconoscere ed esprimere pienamente le potenzialità e realizzarsi finalmente come *individuum*, entità indivisibile e complessa.

Marilla Malugani¹

¹ Prof.ssa Marilla Malugani, Direttore della Scuola di Specializzazione Post- Universitaria in Psicoterapia CISSPAT di Padova, Direttore della Sezione Italiana dell'ECAAT - European Committee For The Analytically Oriented Advanced Autogenic Training (PD) già Docente di Psicoterapia Breve, presso il Corso Universitario di Specializzazione in Psichiatria dell'Università di Trieste.

Introduzione

Lavorare ad un testo sullo sviluppo del potenziale, può generare parecchie riflessioni e perplessità, considerata la vastità del tema, dei contenuti e delle ricerche effettuate anche da angolature e prospettive sostanzialmente differenti. L'uomo nel suo percorso evolutivo, visto in termini filogenetici, oltre che adattarsi all'ambiente è sempre stato mosso a sviluppare ed affinare le proprie capacità e potenzialità, il proprio ingegno, l'intelligenza, la creatività e l'inventiva, così come la resistenza ad eventi e minacce esterne. Il percorso ontogenetico dello sviluppo del soggetto, ripercorre per certi versi le tappe filogenetiche; l'individuo va incontro ad un processo di maturazione biologica e psicologica, si sviluppa in un ambiente più o meno "facilitante" e incontra sollecitazioni e stimoli differenti. Lo sviluppo dell'individuo può essere inquadrato come sviluppo di potenzialità biologiche, adattive, cognitive, comportamentali, motivazionali e sociali. Il concetto di *potenziale* ha un suo significato, sia in termini di approccio di analisi del soggetto nel suo percorso individuale evolutivo generale, sia nella messa a fuoco di esigenze più particolari di crescita, formazione, affermazione, realizzazione personale e professionale, specializzazione e focalizzazione/sviluppo di abilità o talenti particolari, siano essi richiesti in ambiti operativi specifici o desiderati con riferimento ad aspettative particolari. Nel lavoro svolto, abbiamo considerato l'uomo come fenomeno psico-socio-biologico ed energetico, come unità funzionale capace di muoversi in ambiti differenti, nei quali si propone con alcune "costanti" che lo contraddistinguono come "*portatore*" di determinate caratterizzazioni, talenti e peculiarità. Un'analisi che cerchi di perseguire, o meglio si ispiri all'obiettivo certamente ideale, di essere la più possibile esaustiva, deve necessariamente rimandare ad un *approccio interdisciplinare* in cui convergano contributi diversificati da parte di discipline diverse. Da un punto di vista epistemologico però, considerato lo stato di pre-paradigmaticità in cui versa la psicologia oggi,

costituita da una confluenza di modelli, scuole e orientamenti che nel loro sviluppo andranno a delineare la scienza psicologica futura, è anzitutto al suo stesso interno che si avverte l'esigenza di un'interdisciplinarietà. Si è avvertito qui, il bisogno e l'utilità di attingere da contributi ed indirizzi di ricerca anche antitetici e talvolta in polemica, privilegiando *l'aspetto applicativo* e l'opportunità sentita, di coprire l'analisi di componenti della ricerca psicologica (**ma non solo**) da prospettive e angolature diversificate. In tale direzione si è cercato di attingere sia da scuole di pensiero occidentale, che da tradizioni culturali orientali, rilevando spesso la presenza di elementi di convergenza e sovrapposizione o talvolta di "ispirazione" o di "rielaborazioni" in nuove forme di sapere, di concetti già sviluppati da precedenti percorsi di conoscenza e indirizzi speculativi.

Sembra essenziale in tal senso, poter uscire da rigidi schemi interpretativi, all'interno di un processo rielaborativo svincolato da sudditanze verso indirizzi di pensiero e correnti teoriche, mirando ad integrare ed al contempo superare interpretazioni e concezioni riferibili a singoli indirizzi di ricerca. Le diverse metodiche di sviluppo del potenziale, pur diversificate ed eterogenee tra loro, sembrano poggiare su due filoni fondamentali di ricerca. Un primo filone teso seppure con tecniche differenti ad un **sostanziale miglioramento di processi psicofisiologici**, di gestione dello stress, di self-control, di adeguata attivazione corticale (arousal) equilibrio, autofiducia e smorzamento delle risonanze emotive con i rispettivi correlati psicosomatici (*psico-neuro-fisio-immuno-endocrinologici e comportamentali*). Un secondo filone poi, **focalizzato su abilità specificamente richieste** in ambiti predefiniti quali arti marziali, contesti sportivi, formativi, sociali, aziendali, artistici e musicali, percorsi di crescita e sviluppo personale. La varietà delle tecniche di intervento consente di lavorare su aspetti fisiologici, psicologici ed energetici che possono arrivare a sconfinare anche in quelli parapsichici, basti pensare ad alcune filosofie orientali (indiane, cinesi, giapponesi, tibetane) ma anche a yoga, zen e meditazione trascendentale, come pure alle arti marziali, agli stati di trance e alle disparate tecniche per indurla o alla stessa ipnosi che pur applicata anche in ambiti medico-psicologici, in soggetti "*predisposti*" evidenzia fenomeni ipermnestici, psicosomatici e psichici, aprendo una finestra anche su aspetti parapsichici. Lo stesso concetto di sviluppo del potenziale assume connotazioni differenti in culture diverse. Lavorare sulle proprie o altrui potenzialità comporta l'impegno in un corretto utilizzo di metodologie che consentano di apprendere ed affinare predisposizioni e sviluppare capacità latenti.

Vengono proposte qui in tale direzione, diverse metodiche di intervento basate come accennato su differenti concettualizzazioni, tali da consentire di affrontare i problemi da prospettive diverse cogliendo un filo di connes-

sione, spesso implicito, tra tecniche di intervento psicologico e psicofisiologico occidentale ed orientale.

Non si ignori che il talento del singolo rimane di fatto *una connotazione soggettiva*, una predisposizione che un ambiente facilitante consente di far emergere. In tal senso, negli ambiti formativi ed educativi non vi sono scuole per creare “talenti” ma più semplicemente scuole e contesti educativi in cui talenti e singole individualità possono esprimersi ed estrinsecarsi al meglio. I vari atenei, conservatori musicali, le maggiori accademie artistiche, che in Italia richiamano anche molti studenti stranieri, ben evidenziano ma questo è vero anche in altri ambiti, come forti differenze attitudinali, capacità, predisposizioni, per esempio nelle abilità figurative, artistiche o pittoriche o musicali di allievi diversi, non siano mai appiattite da aspetti acquisiti e come l'intervento formativo, sia da vedere come un inserimento in un ambiente facilitante che consente l'esplicitarsi di *talenti fortemente e diversamente strutturati ma non omogeneizzabili*. Definito ciò, si apre uno spazio di intervento psicologico, ma più in generale globale ed olistico teso a sviluppare le potenzialità dei singoli ed a lavorare su di esse aprendo possibilità nuove ed esperienze di sperimentazione, di apprendimento e soprattutto di *cambiamento*. La disponibilità ad aprirsi, a “lasciarsi andare”, ad apprendere, a sperimentare e a sperimentarsi, in processi di crescita e cambiamento, sembra essere una delle variabili chiave nello sviluppo del potenziale. Sviluppo che con connotazioni e implicazioni diverse si basa su una *capacità plastica delle strutture nervose* dell'uomo, intesa come capacità di metabolizzare, fissare e mantenere nuove informazioni, nuovi condizionamenti, apprendimenti e cambiamenti, una capacità alla base degli stessi percorsi evolutivi individuali e della specie. Il processo di apprendimento e di cambiamento, sul piano neurofisiologico, va letto in tale direzione. La convinzione è che quando vi sia un processo di apprendimento, a qualche livello nervoso vi sia un cambiamento magari visibile solo al microscopio ottico o limitato all'ultra-struttura o solo ad un livello molecolare. La neurofisiologia dei fenomeni acquisiti si colloca su una linea di confine tra fisiologia e psicologia; l'esperienza individuale crea nuovi meccanismi neurofisiologici e nuovi comportamenti, attraverso l'interazione ambientale perché modifica in modo relativamente stabile i centri nervosi. Le strategie di intervento risultano efficaci quando *a qualche livello, producono “cambiamento”*.

Si raccomanda di sperimentare le tecniche riportate, sempre sotto la guida di personale qualificato, con formazione medico-psicologica o con una competenza professionale documentata nel settore specifico di intervento.

Elementi di diagnosi

1. Concetto di “potenziale”

Confluiscono nella *definizione di potenziale* una serie ampia ed articolata di elementi inerenti l'ambito **attitudinale**, delle **disposizioni** e dei **talenti**, quindi le acquisizioni e le **componenti apprese** (a loro volta in stretta relazione con le prime). Tali elementi, comprendono le **capacità**, l'**intelligenza** nella sua globalità e complessità e nelle sue differenti connotazioni, il **carattere** o **temperamento**, la **personalità** e gli **interessi**, ma anche gli **orientamenti**, le **motivazioni** e i **desideri**, quindi l'**energia** nelle sue differenti manifestazioni, nonché elementi riferibili alla **struttura fisica, costituzionale e fisiologica** (con riferimento quindi a componenti **anatomo-fisiologiche** in rapporto con aspetti *psico-neuro-fisio-immuno-endocrinologici e comportamentali*).

2. Indagine diagnostica

L'indagine psicodiagnostica non è una raccolta passiva di informazioni, ma un processo attivo, simile ad un problem solving o decision making. Le informazioni possono essere raccolte attraverso il canale verbale, l'osservazione diretta della persona, la registrazione strumentale di attività psicofisiologiche (risposta elettrodermica, elettromiografica, della temperatura cutanea, della frequenza cardiaca, respiratoria, ecc.), tecniche psicodiagnostiche e proiettive, indagini cognitive, logiche e attitudinali, assessment psicofisiologici (Sanavio, Cornoldi, 2001).

Per un'analisi delle molte metodiche in uso (qui riportate solo in parte) che si richiamano sostanzialmente ad elementi di psicodiagnostica, si rimanda a contributi specifici riferiti anche ad *elementi cognitivi, problem*