

IPOTESI E METODI DI STUDIO

La funzione dell'intuizione nel contesto psicologico e psicoterapeutico

Olimpia Armenante¹, Maria Antonietta Quitadamo¹

¹ A.S.P.I.C.

ABSTRACT

The article deals with the construct of intuition, starting from an overview of studies and scientific research, in relation to the different importance with which various authors have been interested in the construct. Attention is focused on the difficulty, still present for scientific psychology and psychotherapy, to recognize a value to intuition, i.e. that of a different, more instinctual and emotional approach to knowledge. In the work presented, the emphasis is also placed on the need to approach intuition with a different gaze, going beyond the conception that there is an objective reality that can be independent of the observer, to give space to the subjective dimension, as can be seen by the contribution of various scholars and researchers. In this regard, the state of the art of studies on intuition will be highlighted, starting from what emerged from the phenomenological observation of the construct and from its application in psychological and psychotherapeutic clinical practice. During the mini review, the recognition, on the part of neurosciences, of intuition as a fundamental aspect in the healing process. Finally, we wanted to emphasize the importance, also in the training of psychotherapists, of acquiring an integrated pluralistic approach to develop an attitude that enhances the intuitive aspect in the therapeutic process.

KEYWORDS

Intuition, awareness, insight, creativity, focus, epochè, mindfulness.

ABSTRACT IN ITALIANO

Nell'articolo viene trattato il costrutto dell'intuizione, partendo da una panoramica di studi e di ricerche scientifiche, in relazione alla diversa importanza con cui si sono interessati al costrutto svariati autori. Viene focalizzata l'attenzione sulla difficoltà, ancora presente per la psicologia scientifica e la psicoterapia, a riconoscere all'intuizione un valore, ossia quello di un approccio diverso alla conoscenza, più istintuale ed emotivo. Nel lavoro presentato l'accento è posto, inoltre, sulla necessità di avvicinarsi all'intuizione con uno sguardo diverso, andando oltre la concezione che esista una realtà oggettiva che possa essere indipendente dall'osservatore, per dare spazio alla dimensione soggettiva, come si evince dall'apporto di diversi studiosi e ricercatori. A questo proposito sarà messo in evidenza lo stato dell'arte degli studi sull'intuizione, partendo da quanto emerso dall'osservazione fenomenologica del costrutto e dalla applicazione dello stesso nella pratica clinica psicologica e psicoterapeutica. Nel corso della mini review viene evidenziato anche il riconoscimento, da parte delle neuroscienze, dell'intuizione come un aspetto fondamentale nel processo di cura. Si è voluto, infine, enfatizzare l'importanza, anche nella formazione degli psicoterapeuti, dell'acquisizione di un approccio pluralistico integrato per sviluppare un atteggiamento che valorizzi l'aspetto intuitivo nel processo terapeutico.

PAROLE CHIAVE

Intuizione, consapevolezza, insight, creatività, focusing, epochè, mindfulness.



Citation

Armenante O., Quitadamo M. A. (2022).
La funzione dell'intuizione nel contesto
psicologico e psicoterapeutico
Phenomena Journal, 4, 207-219.
<https://doi.org/10.32069/pj.2021.2.172>

Direttore scientifico

Raffaele Sperandio

Supervisore scientifico

Valeria Cioffi

Journal manager

Enrico Moretto

Contatta l'autore

Olimpia Armenante
o.armenante@gmail.com

Ricevuto: 22 ottobre 2022

Accettato: 6 dicembre 2022

Pubblicato: 6 dicembre 2022



Attribution-NonCommercial 4.0
International (CC BY-NC 4.0)

1. Introduzione

In letteratura troviamo articoli e pubblicazioni [1; 2; 3; 4] che trattano l'intuito come argomento di studio scientifico a partire dagli inizi del XX secolo, quando gli scienziati hanno iniziato a confrontarsi sui diversi modelli di pensiero scientifico [5]. Nonostante Konrad Lorenz, premio Nobel per la medicina nel 1973, abbia considerato l'intuizione come una delle più importanti facoltà cognitive, la stessa ha ricevuto scarsa considerazione nelle ricerche condotte da psicologi e da psicoterapeuti. La psicologia scientifica [6; 7] è stata ed è tutt'ora in difficoltà nel riconoscere l'intuizione come una modalità diversa di conoscenza, concepandola principalmente come la risultante di processi inconsapevoli *bottom-up* che si fondano sulla capacità della mente di elaborare le informazioni in modo non cosciente. Questi processi partono da input percettivo-sensoriali che raggiunta la soglia della consapevolezza, diventano espliciti, ma in modo non discorsivo, come immagini, sensazioni, emozioni, in modo tale che anche il corpo diventa uno strumento per sperimentare l'intuito.

Ancora oggi la letteratura, gli studi sperimentali e la conseguente ricerca sull'intuizione nel campo della psicologia e della psicoterapia, come ravvisabile anche in alcune review pubblicate [8; 9], rimangono periferici e trascurati, per la difficoltà a riconoscere all'intuizione lo status di costrutto concettuale utilizzabile in modo oggettivamente/scientificamente replicabile. Tale costrutto, infatti, è stato considerato non in grado di consentire osservazioni ed esami obiettivi della realtà, perché è stato spesso associato, nel pensiero comune, con il paranormale e reputato troppo pervaso di emotività. Avvicinandosi all'intuizione con uno sguardo diverso, non si può prescindere dall'osservare e accettare come in essa siano presenti aspetti emozionali con tutte le loro sfumature e gradazioni di variazione e intensità [10].

A nostra conoscenza la letteratura sembra aver mostrato scarso interesse nei confronti dell'intuizione per la difficoltà a riconoscerle la possibilità di costituire una modalità conoscitiva pregnante nell'ambito della psicologia. Per permettere all'intuizione di acquisire tale valore occorrerebbe andare oltre il pensiero che esista una realtà oggettiva, indipendente da chi osserva e dare spazio alla dimensione soggettiva. Vi sono, inoltre, prospettive diverse tra ricercatori e studiosi [5]: coloro che si pongono in una prospettiva oggettivista, scientifica, prevalente nella nostra cultura, tendono a una verità assoluta attraverso l'empirismo o il razionalismo, mentre sono inclini a rifiutare la componente soggettiva (percezioni, emozioni), considerandola un fenomeno magico, causa di errore [11]. Coloro che, invece, si pongono in una prospettiva soggettivista danno valore alle sensazioni soggettive, alle sfumature emotive, le considerano una ulteriore fonte di informazione e in tal senso l'intuizione può orientare l'essere umano nel suo percorso di vita.

L'intuizione, quale fenomeno costitutivo dell'essere umano, rappresenta nel contesto psicologico, clinico e terapeutico una modalità conoscitiva che risuona con la persona e la vita stessa. Può essere intesa come strumento clinico rivolto alla comprensione autentica dell'altro [11]. Hadamard [13] fa riferimento a molti casi in cui l'intuizione ha costituito e costituisce un elemento fondamentale del progresso scientifico. Di

contro troviamo il sostegno [2] all'esistenza di una conoscenza intuitiva immediata non discorsiva all'interno della matematica, della tradizione filosofica classica greca e della tradizione delle pratiche di meditazione. Nella matematica e in particolare nella logica matematica l'intuizione è il fondamento di entrambe ed è alla base del pensiero razionale rigoroso, è una sorta di percezione diretta delle verità universalmente riconosciute ed applicate nell'ambito della matematica. "L'intuizione o *insight* è la capacità di cogliere in un modo diretto e immediato la verità e la realtà di un oggetto matematico, e poi di introdurre/creare concetti, formule, congetture adatti a esprimerli e trovare dimostrazioni. La razionalità o pensiero razionale, discorsivo, è la capacità di verificare poi se questi concetti, dimostrazioni ecc. sono corretti. Nel corso degli studi universitari di matematica un allievo apprende come padroneggiare la propria razionalità. Ma è richiesto molto più talento e sforzo per crescere nella propria capacità di intuizione, che è necessaria per sviluppare la nostra disciplina" [2] (p. 47). È evidenziabile, quindi, un'importante tradizione che riconosce l'esistenza di una forma superiore di intuizione, ponendola proprio come fondamento del pensiero razionale. Nella tradizione filosofica classica greca, l'intuizione è vista come la forma più alta di conoscenza umana in generale, che rende l'uomo capace di comprendere l'essenza dei fenomeni delle "cose". Secondo Cartesio (1596-1650), infatti, l'intuizione è una funzione fondamentale dell'atto conoscitivo, l'espressione di uno spirito sano e attento e un processo più semplice della deduzione (che ha la funzione di rendere esplicita l'intuizione), e ci rende certi nello stesso tempo di pensare e di esistere. Per Kant (1724-1804) l'intuizione è un elemento proprio della conoscenza. L'intuizione concerne il modo in cui l'essere umano viene modificato dagli oggetti attraverso gli organi di senso, mentre il pensare l'oggetto dell'intuizione riguarda il mondo dell'intelletto. Nell'intuizione il soggetto conoscente è attivo nei riguardi dell'oggetto della conoscenza, già Aristotele [14] (p. 402), infatti, negli Analitici Secondi (IV secolo a.C.) affermava "I possessi sempre veraci sono la scienza e l'intuizione, e non sussiste altro genere di conoscenza superiore alla scienza, all'infuori dell'intuizione". Nella tradizione delle pratiche di meditazione di consapevolezza (*mindfulness*) la conoscenza intuitiva viene espressa attraverso l'"*insight meditation*", termine con cui vogliono significare un vedere in profondità "*in modo penetrante e non concettuale dentro la natura della mente e della realtà*" [15]. Secondo il pensiero buddista lo sviluppo della mente è collegato all'*insight*. Lo sviluppo dell'*insight* facilita la saggezza, che, come forma di conoscenza più alta, porta all'intuizione. [16]. Da quanto si evince in letteratura, lo studio dell'intuizione sta passando attraverso l'accettazione e l'esame degli aspetti emotivi ad essa associati e di tutte le loro sfumature, portando l'attenzione al "mondo interno" della conoscenza, che ha determinato anche la ricerca di termini alternativi come quello di *insight*, termine più vicino al concetto di intuito. L'esperienza dell'*insight*, legata alla creatività, si manifesta come vissuto di scoperta o illuminazione improvvisa, come fase culminante del processo di *problem solving* [17].

Alcuni autori e ricercatori cognitivisti, Arnd-Caddigan & Stickle [18], Shirley & Langan-Fox [19], definiscono l'intuizione come decisione o come conoscenza inequi-

vocabile in base ad informazioni insufficienti, in assenza della consapevolezza cosciente del pensiero razionale. L'*insight*, invece, viene da loro descritto come acquisizione di conoscenza e realizzazione improvvisa, che richiede un periodo di incubazione del problema prima che vi sia il riconoscimento di una soluzione [18; 19]. Un'importante differenza è stata riconosciuta nella natura dell'intuizione e dell'*insight* e fa riferimento al fatto che mentre l'intuizione è pervasa di emozione, accade in modo istantaneo e non è comunicabile a livello verbale, l'*insight* può essere comunicabile ed esplicitato verbalmente [20]. Secondo Zhang et al. [21] intuizione e *insight* condividono la stessa base a livello neurale che riguarda l'attivazione della corteccia temporale superiore destra, relativa all'elaborazione inconscia dell'informazione. Zhang et al. [21] evidenziano anche che nell'intuizione l'attivazione inconscia dell'informazione porta a un comportamento di *decision making*, (processo che porta a prendere una decisione rispetto a una particolare azione), favorendo l'attivazione della corteccia parietale inferiore bilaterale. Nell'*insight*, invece, l'attivazione inconscia dell'informazione orienta al recupero cosciente della soluzione, stimolando l'attività delle onde gamma. A livello cognitivo, la velocità e l'efficienza dell'elaborazione dell'informazione creano il vissuto di "sensazione di stomaco" (*gut feeling*) dell'intuizione [21] e, per quanto riguarda il recupero della soluzione, danno origine alla comprensione improvvisa e immediata della strategia utile ad arrivare alla soluzione di un problema, colloquialmente conosciuta come "lampo di genio". Quanto sopra detto verrà ulteriormente approfondito nel paragrafo Neuroscienze, Psicoterapia, Psicoterapeuta e Intuizione.

Per Bastick [10] ciò che differenzia questi due termini è il fatto che il termine intuito è più utilizzato e conosciuto rispetto all'*insight* e che quest'ultimo presenta maggiori requisiti di scientificità [22]. Charles [22] focalizza l'attenzione su come questi due concetti vengono utilizzati in psicoterapia, dove l'intuizione riguarda solitamente il processo che si stabilisce con il terapeuta, mentre l'*insight* fa riferimento a una maggiore consapevolezza che si realizza nel cliente e che gli permette di comprendere meglio il proprio disagio.

Diversi autori, Gendlin [23], Welling [12], Dodge Rea [24], pur aderendo a modelli teorici differenti, hanno evidenziato che i fenomeni intuitivi, presentandosi con diverse modalità e in diversi modi, possono essere classificati in base alla quantità di informazioni che essi contengono e, quindi, è più utile concentrarsi sul processo intuitivo, piuttosto che sul fenomeno singolo dell'intuizione. Per Gendlin [23], infatti, il processo intuitivo è il vero nucleo della psicoterapia e del percorso terapeutico. Welling [12] ha centrato l'attenzione sul processo intuitivo, descrivendolo come caratterizzato da una sequenza di 5 fasi all'interno delle quali aumenta la specificità e la forza discriminatoria dell'intuizione stessa. Le cinque fasi del modello di Welling [12] sono: 1. la fase della scoperta (di rilevamento) caratterizzata dalla sensazione che qualcosa sta accadendo o è presente; 2. la fase della consapevolezza dicotomica quando qualcuna delle qualità dell'intuizione emerge alla consapevolezza; 3. fase del collegamento con l'oggetto, per cui si è in grado di identificare gli elementi (os-

servazioni, idee, oggetti, eventi) che vengono sentiti o percepiti come rilevanti e attinenti con l'intuizione; 4. fase della soluzione metaforica durante la quale l'intuizione prende forma attraverso immagini, sentimenti o parole. La Gestalt¹, pur essendo percepibile, necessita che sia chiarito il significato esplicito in relazione alla situazione stimolo; 5. fase della comprensione verbale esplicita durante la quale l'intuizione diviene finalmente del tutto comprensibile, grazie all'identificazione degli elementi che la compongono (metafora, concetto proposto, ecc.).

Dodge Rea [24] ha descritto quattro fasi che descrivono il processo intuitivo e che sono: 1. fase del lasciarsi andare, durante la quale viene interrotto il dialogo interno di sentimenti e pensieri e si riesce a sperimentare un senso di unità e di apertura; 2. fase della connessione, in cui si sperimenta un senso di attrazione, di unione, quasi di fusione come se si entrasse nella parte più interna delle persone e delle situazioni; 3. fase dell'ascolto che diventa ascolto intuitivo e ricettivo, e consente di accogliere le informazioni piuttosto che ricercarle; 4. fase del momento intuitivo, in cui l'intuizione si manifesta attraverso immagini, sensazioni, sapori, suoni, parole, odori, che possono prendere forma singolarmente o in combinazione tra loro o in modalità sequenziale. Inoltre Dodge Rea [24] conclude, dopo aver analizzato quanto è stato scritto in relazione all'intuizione, che nonostante essa abbia una natura complessa, può essere oggetto di studio e proprio perché sofisticata e comunque rapida può essere superiore alla ragione in alcuni compiti cognitivi, può essere osservata con consapevolezza e attivata senza subire interferenze.

Di seguito il costrutto dell'intuizione verrà approfondito in relazione agli aspetti fenomenologici e alla pratica clinica, che sono gli ambiti che hanno suscitato il nostro interesse sia a livello di conoscenza teorica e sia di operatività professionale.

2. Dalla fenomenologia alla pratica clinica

All'interno del colloquio clinico, lo psicoterapeuta può trovarsi di fronte a un dilemma, come affermano Rossi Monti e Stanghellini [11], rispetto a quale atteggiamento assumere: un atteggiamento che dia spazio all'oggettività orientata alla ricerca della verità assoluta o un atteggiamento rivolto alla soggettività che prenda in considerazione il concetto di relativismo assoluto. L'oggettivismo prevede una conoscenza dell'altro in terza persona, e quindi una conoscenza rivolta alla spiegazione sulla base di concetti e teorie. Il soggettivismo, valorizzando le sensazioni dell'individuo, è diretto, attraverso un ascolto empatico, a una conoscenza delle esperienze in prima persona dei pazienti, di ciò che sono in grado di raccontare dei vissuti che affiorano alla loro coscienza. In tale ambito l'intuizione, utilizzando il linguaggio dell'immaginazione, può favorire la descrizione dell'esperienza personale. Di conseguenza nello spazio del colloquio clinico oggettività e soggettività sono entrambe presenti e possono interagire tra di loro. Lo psicoterapeuta nel suo lavoro dovrebbe muoversi tra l'atteggiamento oggettivante dell'*avere-qualcosa-di-fronte* e l'atteggiamento empatico dell'*essere-con-qualcuno* [11]. Durante un colloquio, in alcuni momenti, lo psicoterapeuta crea una relazione con il paziente come persona, in modo

1. Gestalt, parola di origine tedesca che sta ad indicare la totalità della forma di una struttura unitaria significativa, ossia di una configurazione globale da intendersi come percezione di una esperienza

indipendente dalle caratteristiche del suo disturbo, mentre in altri momenti si focalizza sugli aspetti patologici che il paziente presenta, e tenta di ricondurre tali aspetti ad un disturbo descritto dalla nosografia. Quello che è importante, è che il clinico non separi questi due aspetti e li consideri, invece, come due momenti complementari dello stesso processo. Ciò richiede che lo psicoterapeuta abbia una visione ampia della persona e veda non solo il disturbo ma l'essere umano che ha di fronte.

Per Charles [22] il rifiuto dell'intuizione può essere dovuto anche al fatto che, negli scritti della filosofia classica, il concetto di intuizione sembrava derivare da un processo conoscitivo che assumeva connotazioni mistiche e religiose e non procedeva su basi razionali. Ciò ha fatto sì che l'intuizione fosse considerata come un fenomeno soprannaturale e con tale accezione sembra si sia tramandata nel tempo come già accennato.

Charles [22] ritiene, inoltre, che la mancanza di letteratura nei riguardi dell'intuizione sia dovuta al prevalere nel pensiero psicologico, dagli anni '20, del behaviorismo, in base al quale la conoscenza procede per prove ed errori, a differenza di quanto sostenuto dall'approccio gestaltico che sosteneva come fondamento della percezione il concetto di forma nella sua interezza. Un ulteriore motivo di disinteresse nei confronti dell'intuizione può derivare dal prevalere del pensiero positivista, per il quale l'approccio scientifico rappresenta la massima possibilità di conoscenza.

Per Jung [22], attraverso l'intuizione, noi possiamo rivolgere la nostra attenzione a tutto ciò che è sconosciuto e nascosto ma se ciò emergesse alla coscienza verrebbe respinto e mantenuto segreto perché è fonte di paura, potrebbe spaventarci. L'essere umano, quindi, ha preferito proteggersi attraverso la scienza e la ragione [22], non ricordando che alcune scoperte scientifiche hanno avuto origine da processi intuitivi. Si preferisce, pertanto, conoscere attraverso un approccio esterno, utilizzando l'osservazione e la modalità empirica, invece, che attraverso un approccio che attinga al mondo interno delle idee, principi, riflessioni, vissuti, percezioni.

L'intuizione viene ancora rifiutata perché associata all'irrazionalità, all'illogicità e alla confusione e, tuttavia, non è possibile evitare di utilizzarla nei diversi settori della psicologia e della scienza come la psicodiagnosi, la psicoterapia, in ambito didattico, e formativo, nel risolvere problemi (*problem solving*) e nella creatività scientifica, che richiede una verifica logica dell'idea intuitiva stessa [25].

Per la prospettiva fenomenologica² [26], l'intuizione rappresenta l'origine della conoscenza. La fenomenologia si propone come scienza della soggettività attraverso il recupero dell'esperienza vissuta e l'importanza data all'intenzionalità. Viene così messo in evidenza come all'interno dell'esperienza siano inevitabilmente connessi soggettività e oggettività, per cui procedere ad una loro separazione è frutto di un'azione fatta a posteriore e illegittima.

La fenomenologia di Husserl ha indagato i fenomeni per il modo in cui ci appaiono, per il modo in cui "manifestatamente" sono [26], rinnegando qualsiasi teoria preconstituita, qualsiasi convinzione o visione scontata del mondo, attraverso l'uso dell'*epochè*, l'atto con cui si sospende il giudizio d'esistenza delle cose e di qualsiasi realtà che trascenda la vita della coscienza. Levinas [27], studioso di Husserl [26],

2. Metodo di indagine filosofica sviluppato da Edmund Husserl (1859-1938), in opposizione alla scienza tradizionale naturalistica, nei primi anni del XX secolo, che si basa sull'analisi dei fenomeni per come si presentano alla coscienza, intesa non come soggettività empirica, bensì come fondamento trascendentale di ogni esperienza possibile. Tale metodo è stato successivamente ampliato da successivi pensatori quali Heidegger, Scheler, Binswanger.

ritiene che attraverso l'intuizione, nei contenuti sensoriali della percezione, nello spazio dell'immaginazione (fantasie) e nel luogo della memoria (i ricordi), gli oggetti giungono a presenza in modo diretto, immediato e pieno. Husserl [26] parla di intuizione eidetica che significa intuizione di essenze, visione diretta dell'essere delle cose, dell'oggetto in sé e questo avviene tramite l'epochè, con la sospensione del giudizio nei confronti di una persona, di un oggetto o situazione [4]. Questa operazione permette al fenomeno di essere così come è, in tutta la sua evidenza e chiarezza. Per Husserl [26] l'intuizione è l'accesso alla verità, attraverso essa si può comprendere la trascendenza e l'essere. Il filosofo sostiene che il mondo della vita, delle conoscenze intuitive sono il punto di partenza e di arrivo per la conoscenza.

Eric Berne, padre dell'Analisi Transazionale, ha dedicato particolare attenzione al ruolo dell'intuizione nel processo conoscitivo. Tramite i suoi studi e le sue ricerche si può arrivare ad una definizione pragmatica di intuizione fondata sull'esperienza clinica: "l'intuizione è la conoscenza basata sull'esperienza acquisita attraverso il contatto sensoriale con il soggetto senza che chi intuisce riesca a spiegare esattamente a se stesso e agli altri come è pervenuto alle sue conclusioni. Oppure, in termini psicologici, può essere definita come la conoscenza basata sull'esperienza e acquisita mediante funzioni inconse o preconse preverbalizzate attraverso il contatto sensoriale con il soggetto" [28] (pagg. 18-19). Tale definizione è molto simile a quella junghiana, secondo cui l'intuizione è quella funzione psicologica che trasmette percezioni in modo inconscio. Ciò comporta che l'individuo possa conoscere qualcosa senza sapere come lo conosce, ma ancora può essere possibile che non sappia cosa conosce ma si comporta e reagisce in un modo specifico, come se le sue azioni o reazioni si fondassero su qualcosa che conosce [28]. Berne [28] distingue tra intuizione attraverso un'esperienza soggettiva e un'intuizione basata su un'esperienza oggettiva. La prima riguarda un'esperienza propriocettiva, nel senso che se si è in grado di imitare la tensione muscolare del proprio interlocutore, si è in grado di comprenderne lo stato d'animo e in questo caso potremmo parlare di un inizio di empatia. Il secondo tipo di intuizione riguarda chi ha un'ampia esperienza clinica su un determinato argomento. L'autore [28] ritiene che vi sia una disposizione intuitiva che favorisce il processo dell'intuizione e, le informazioni che vengono raccolte attraverso tale disposizione, sono funzionali al processo terapeutico, dalla diagnosi al trattamento. Tale disposizione è caratterizzata da uno stato di vigilanza e recettività che richiede una intensa concentrazione. Possono essere intuiti almeno due tipi di fattori: gli atteggiamenti nei confronti della realtà (atteggiamenti dell'Io) e le manifestazioni istintuali (atteggiamenti dell'Es). Si possono ricavare gli indizi dell'espressione dell'Io dall'osservazione degli occhi, quelli dell'espressione dell'Es dai muscoli della parte inferiore del viso, della bocca e del collo. Ciò mostra come sia stata data attenzione alle manifestazioni corporee che sono entrate, pertanto, a far parte del processo intuitivo. Il lavoro di approfondimento del concetto di intuizione ha permesso a Berne [28] di affermare che esso è connesso a come gli individui si formano i loro giudizi di realtà. Per giudizio intende un'immagine della realtà che influisce sul comportamento e sui sentimenti nei confronti della realtà stessa. Questa immagine viene creata

attraverso l'integrazione di sensazioni e percezioni con le tensioni interne che si basano sui bisogni presenti e le esperienze passate. I processi che portano alla formazione dei giudizi, secondo Berne [28], avvengono attraverso: 1. una percezione verbalizzata, logica e attivamente diretta; processo conscio; 2. processi e osservazioni non verbalizzate basate su conoscenze già acquisite e strutturate che si sono integrate con la personalità; processo preconscious. In ambito diagnostico, ad esempio, l'esperto può fare una diagnosi immediata e forse solo dopo può verbalizzare i processi mentali in base ai quali l'ha formulata. Lo studente fa la diagnosi attraverso un processo conscio di sintesi, mentre lo specialista la formula attraverso un processo intuitivo che in seguito può analizzare; 3. un processo che si attua tramite l'aiuto di indizi la cui formulazione non è ancora diventata e forse non diventerà mai conscia. Tali indizi derivano dai sensi, compreso l'olfatto. Questo tipo di processo intuitivo è il più interessante dal punto di vista dell'autore, in quanto il giudizio è costituito dalla sintesi di elementi sensoriali distinti (percezioni "subliminali") di cui sia la percezione sia la sintesi sono al di sotto del livello di coscienza. È perciò un processo preconscious; 4. secondo modalità che non possono essere spiegate; processo inconscio. Gli esseri umani, pertanto, si formano dei giudizi tramite processi preverbal (cognizione senza *insight*) che operano, inconsapevolmente, quasi automaticamente al di sotto del livello di coscienza. Nel processo diagnostico messo in atto in ambito clinico, la diagnosi preliminare e formulata da un clinico esperto, è il prodotto di processi preverbal. Più tardi avviene il processo di verbalizzazione e razionalizzazione: "le cose vengono disposte automaticamente appena al di sotto del livello di coscienza, i fattori percepiti in modo subconscio vengono separati, prendono posto automaticamente e sono integrati nell'impressione finale, che infine viene verbalizzata con qualche incertezza" [28] (pagg. 36-37). Per cui i processi verbali sono aggiuntivi, mentre i processi intuitivi sono integrativi.

Il clinico che usa deliberatamente, quando opportuno, le sue facoltà intuitive nel lavoro diagnostico e terapeutico, viene definito da Berne [28] "*individuo intuitivo*". Il clinico deve essere curioso e mentalmente vigile a manifestazioni latenti e manifeste dei suoi clienti. L'intuizione entra sempre più nel processo diagnostico a mano a mano che lo psicoterapeuta acquista competenza ed esperienza. In base alla teoria berniana le dinamiche interpersonali vanno analizzate facendo riferimento a due dimensioni interattive, una manifesta e una latente. Il livello manifesto, o sociale, riguarda l'argomento della comunicazione mentre il livello latente, o psicologico, riguarda lo stato, il vissuto di colui che ha inviato il messaggio. La comunicazione latente, non verbale, non intenzionale, è più importante della comunicazione manifesta. Se si chiede a qualcuno "come stai?", questi rivela la sua situazione non con il contenuto manifesto della sua risposta ma con i gesti, la scelta delle parole, il tono della voce. Diventa rilevante non ciò che viene detto, ma come viene detto. Il mezzo attraverso il quale il terapeuta può sviluppare un'intuizione è prestare attenzione ai livelli di comunicazione tra le persone. Focalizzando l'attenzione sulla parte pratica, nella relazione terapeutica il paziente può ricercare nello psicoterapeuta le sue comunicazioni latenti. Egli cerca ciò di cui sente il bisogno e ciò di cui ha timore. Le

comunicazioni vengono analizzate dallo psicoterapeuta per trovare l'argomento latente più importante per il paziente. Il colloquio iniziale viene finalizzato all'ascolto per verificare i timori o le aspettative del paziente nei suoi confronti e non per scoprire se riesce a ottenere dal paziente ciò che desidera. Lo psicoterapeuta dà forma a un'impressione diagnostica, basata non sulle proprie esigenze del momento, ma su ciò che predomina nelle comunicazioni latenti del paziente. Spesso il clinico nel fare diagnosi può non accorgersi dello schema di controtransfert, della possibile sfiducia o ansia presente nella relazione tra sé ed il paziente, di quanto sta avvenendo a livello di comunicazione latente.

Nell'ambito del colloquio clinico vi è una comunicazione latente delle reazioni subconscie del paziente, alla sua situazione, alla percezione subconscia di queste reazioni da parte dello psicoterapeuta. La capacità dello psicoterapeuta è quella di riconoscere le proprie risposte latenti al cliente e purificarle dei pensieri generati da controtransfert e ansia. Berne dice [28] (p. 68) "la risposta latente ad una comunicazione è la conoscenza intuitiva del ricevente".

La supervisione può svolgere rispetto a ciò un ruolo fondamentale nel permettere al supervisionato di sviluppare l'*insight*, di aumentarne la consapevolezza cognitiva ed emotiva di ciò che prima era inconscio [29]. In questo può essere utile tenere conto sia delle intuizioni del supervisionato che di quelle del supervisore. L'intuizione interagisce con il controtransfert e dunque l'analisi e l'uso del controtransfert possono migliorare l'intuizione e promuovere la riflessione sulle dinamiche del cliente e della relazione con lui.

3. Neuroscienze, psicoterapia, psicoterapeuta e intuizione

L'intuizione viene riconosciuta come un aspetto fondamentale nel processo di cura sia nell'ambito della psicoterapia che in quello delle neuroscienze [12]. Nella psicoterapia l'intuizione riguarda sia le modalità relazionali e di essere del terapeuta che quelle del cliente, e nelle neuroscienze si mettono in luce aspetti utili a descriverla nel suo processo di funzionamento.

Attraverso il processo intuitivo lo psicoterapeuta è impegnato in un flusso relazionale e dinamico fatto di cambiamenti e aggiustamenti in *progress*, piccole fluttuazioni nell'attenzione e nelle risposte, sulla base della propria consapevolezza che proviene dall'interno di sé, nel proprio corpo, e dall'esterno di sé (ambiente). In questo caso le ricerche neuroscientifiche [30] evidenziano che l'emisfero che consente la visione di insieme, necessaria per il tipo di attenzione relazionale-duale che usa il terapeuta, è l'emisfero destro, che consente una prospettiva olistica per guardare le cose in modo aperto, attivando percorsi induttivi su larga scala, attraverso i quali l'intuito unisce informazioni multisensoriali, dotandole di significato utile al percorso terapeutico. Nel processo psicoterapeutico, quindi, il terapeuta si muove tra il *mood* intuitivo dell'emisfero destro e quello risolutivo-decisionale del sinistro. I due emisferi, inoltre, secondo Guy Claxton [30] sono in relazione a tre diverse velocità nelle modalità di processamento delle informazioni del sistema mente-cervello-corpo. L'intelligenza del corpo, la più veloce, e il processo più lento che riguarda l'*insight*, sono un pro-

dotto dell'emisfero destro. Un processamento intermedio come velocità, riferito al pensiero conscio, ai progetti, alle decisioni e alle strategie riguarda l'emisfero sinistro. Durante il processo terapeutico, grazie all'intuizione, il corpo del terapeuta coglie e afferra informazioni come, ad esempio, movimenti molto sfuggenti che utilizza come strumenti intuitivi, che stimolano il suo cervello e ne guidano la mente nel processo stesso [30]. Quando il terapeuta riuscirà a percepire nel corpo sensazioni che, grazie all'empatia, lo porteranno a sperimentare il “come se³”, questo gli consentirà di immedesimarsi nel vissuto del suo cliente, e ciò determinerà la possibilità che l'intuizione assuma un carattere di verità (oggettiva). Come evidenzia Fornaro [31], ciò consentirà al terapeuta di cogliere in una visione di insieme, in maniera globale e olistica, una molteplicità di informazioni che caratterizzano la relazione. Individuando ciò che collega il tutto, il terapeuta riuscirà a vedere nessi e connessioni, che consentano di accompagnare il paziente ad individuare una soluzione più funzionale alla situazione problematica che lo ha portato in terapia. Il terapeuta intuitivo, secondo Fornaro [31], è il professionista che si fa prendere dalle sensazioni, emozioni ed esperienze del cliente per farsi trasportare nel vissuto dello stesso, momento per momento, grazie ai neuroni specchio⁴ [32]. Sarebbe proprio questa comunione di sensazioni la base, attraverso la quale, arrivare alla cura, fino a far emergere, quindi, un nuovo significato che il terapeuta contribuisce a definire attraverso le parole o la drammatizzazione operativa in seno alla seduta. Il funzionamento intuitivo è più forte quando il terapeuta, invece di passare attraverso un'analisi di ogni singola parte del comportamento del cliente, fa esperienza in modo fenomenologico ed olistico del cliente. Da quanto riportato, anche grazie alle ricerche neurofisiologiche (vedi i neuroni specchio sopra citati), le caratteristiche del terapeuta che facilitano il processo intuitivo sono: una mente libera in cui sia messa a tacere la propria attività mentale, i propri stati affettivi e la propria consapevolezza, mentre è importante far emergere la creatività e il rimanere aperti all'immaginazione; l'osservazione meticolosa, ossia un'osservazione intesa come una piena comprensione esperienziale del cliente e, infine, un'accurata conoscenza di se stessi e della propria professione. Per realizzare un cambio di prospettiva necessario a dare rilevanza e riconoscimento clinico e scientifico all'intuizione, è importante considerare, come evidenziato da Dodge Rea, [24] che il cliente è più di un semplice insieme di sintomi, il terapeuta è più di un semplice tecnico e che la terapia è più di un semplice trattamento. Gli autori che sostengono l'importanza dell'intuizione del terapeuta come aspetto facilitante il processo terapeutico sono Reik [33], Lomas [34] e Rogers [35]. Secondo Reik [33] l'intuizione è essenziale per essere un efficace analista e per scoprire o capire dei pazienti ciò che altrimenti non sarebbe possibile. Anche Lomas [34] vede l'intuizione come un aspetto che accresce in maniera rilevante le capacità del terapeuta. Rogers [35] afferma che qualsiasi sua azione terapeutica, messa in atto quando è più vicino alla sua parte intuitiva, alla parte più sconosciuta di Sé o, come egli dice, quando nella relazione è forse in uno stato di coscienza leggermente alterato, produce migliori risultati positivi per il cliente, portandolo alla “guarigione”. Il terapeuta e il processo terapeutico ottengono risultati più efficienti ed efficaci quando si fa uso sia del processo analitico

3. “Come se” tecnica terapeutica che attraverso l'empatia, consente al terapeuta di entrare in sintonia con il paziente, in modo da riuscire a comprenderne meglio sentimenti e pensieri, per poterlo accompagnare verso una maggiore consapevolezza dei propri vissuti.

4. I neuroni specchio sono stati scoperti nel 1992 grazie al contributo di Giacomo Rizzolatti [32]. Costituiscono la base neurofisiologica dell'empatia. I neuroni specchio si attivano quando viene effettuata un'azione, ed hanno anche un ruolo nelle interazioni sociali, in quanto consentono di capire gli scopi e le emozioni della persona che si ha di fronte durante un'interazione. I neuroni specchio consentono alla persona di sapere repentinamente come vive l'esperienza l'altro con il quale entra in relazione.

consiglio che di quello intuitivo.

4. Conclusioni

L'obiettivo di questa mini review è quello di evidenziare lo stato dell'arte delle ricerche sull'intuizione nel processo terapeutico. Dalle pubblicazioni prese in esame, si evince che l'intuizione è sempre più esplorata e accettata nell'ambito della medicina, nell'ambito infermieristico e nel mondo del business e degli affari. Gli articoli scelti per la presente mini review sono stati estrapolati dai motori di ricerca attraverso alcune parole chiave (intuizione, insight, consapevolezza, epochè, scientificità, empatia, emozioni, irrazionalità). Nel mondo della psicoterapia sono ancora poche le ricerche al riguardo. Si trovano pubblicazioni che fanno riferimento a termini che possono essere interpretati come esempi di intuizione quali: conoscenza tacita, *insight*, percezione subliminale, cognizione implicita, acquisizione inconscia di informazioni, apprendimento implicito, *focusing*, creatività. Spesso infatti le proprietà dell'intuizione sono attribuite alla creatività. Secondo Bastick [10] sono quattro le caratteristiche dell'intuito e della creatività: un continuo accesso all'esperienza soggettiva, un flusso continuo tra conscio e inconscio, schemi di azione ideomotoria (sotto forma di regolazione motoria, di iniziali movimenti e di atteggiamenti anticipatori) e una facilità nell'organizzazione del materiale simbolico. La creatività sembrerebbe l'espressione di un alternarsi di un processo primario di pensiero che consente di contattare l'intuizione e un processo secondario che verifica le stesse intuizioni. In conclusione, da quanto descritto emerge che l'intuizione potrebbe essere considerata una guida inconsapevole e inconscia che potrebbe aiutare le persone ad orientarsi, una sorta di "modo di essere", ossia il riuscire a percepire qualcosa che non si sa come definire.

Si è visto che le intuizioni si manifestano con modalità sensoriali differenti (visive, uditive, cinestesiche o olfattive) e possono essere suscitate in modi diversi che sembrerebbero corrispondere ai diversi modi di "essere" dei terapeuti. L'intuito, nel processo terapeutico, riguarda non solo quello riferito al terapeuta, come fino ad ora esplicitato, ma anche quello del cliente. Il terapeuta può essere un facilitatore, stimolando la dimensione intuitiva del cliente e, quindi, la consapevolezza delle sue dinamiche comunicative e relazionali.

Oltre alle ricerche e alle pubblicazioni relative all'intuizione, è necessario anche far sì che la formazione degli psicoterapeuti promuova un atteggiamento che consenta alle scuole di riferimento di allargare gli orientamenti teorici, di andare verso un eclettismo metodologico [36] per dare spazio ad un approccio pluralistico integrato, volto a stimolare lo sviluppo di un atteggiamento che valorizzi l'aspetto intuitivo nel processo terapeutico.

BIBLIOGRAFIA

1. Scarinci, A., Lorenzini, R., Ferri, M., & Borghetti, S. (2020). *Pensiero consapevole e pensiero automatico – Intuizione e bias in psicoterapia. Il pensiero veloce ci fa percepire il mondo ordinato, coerente, con l'illusione di previsione e controllo, il pensiero lento attiva elementi di correzione*. State of mind, Il Giornale delle Scienze Psicologiche <https://www.stateofmind.it/2020/01/pensiero-consapevole-automatico/>
2. Giommi, F. (2014). *Consapevolezza, intuizione e costruttivismo*. Costruttivismi Rivista semestrale edita da Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista, 1, 42-57
3. Giommi, F., Barbieri, S. (2016). *Consapevolezza intuitiva: il cuore della trasformazione terapeutica. I diversi metodi e tecniche psicoterapeutiche come mezzi per portare la coscienza in una "posizione osservativa" liberatoria. Una prospettiva che unifica alla radice costruttivismo e pratiche di consapevolezza* Costruttivismi, Rivista semestrale edita da Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista, 3 pp.76-90
4. Stanghellini, G. (2021). *Compendio di fenomenologia clinica - Giovanni Stanghellini - Le conferenze#01*[Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=6hzgEWvIdyA&list=PLjEET_K6ox-sOHMFLQrS3KkesVT_igOMNm_&ab_channel=PsicologiaFenomenologica.
5. Giusti, E., Ginnetti, G. (2013). *Intuizioni in Psicoterapia*, Roma: Sovera Edizioni
6. Rieber, R.W. and Robinson, D.K (a cura di) (2001) *Wilhelm Wundt in history. The Making of a scientific Psychology*, New York: Kluwer-Plenum,
7. Atkinson, R. L., & Hilgard, E. R. (2017). *Introduzione alla psicologia*, Roma: Piccin-Nuova Libreria
8. Hodgkinson, G., Langan-Fox, J., & Sadler-Smith, E. (2008). *Intuition: A fundamental bridging construct in the behavioral sciences*. British Journal of Psychology, 99, 1–27.
9. Libermann, M. D. (2000). *Intuition: A social cognitive neuroscience approach*. Psychological Bulletin, 126, 109-137.
10. Bastik, T. (2003). *Intuition:evaluating the construct and its impact on creative thinking*, Stoneman &lang, JKingston, Jamaica: West indies.
11. Rossi Monti, M., & Stanghellini G. (2009). *Psicologia del patologico. Una prospettiva fenomenologico-dinamica*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
12. Welling, H. (2005). *The intuitive process: the case of Psychotherapy*, Journal of Psychotherapy Integration, 15, 19-47
13. Hadamart, J. (2022). *La psicologia dell'invenzione in campo matematico*. Milano: Raffaello Cortina Editore
14. Aristotele (IV secolo a.C.). *Secondi Analitici*. In G. Colli (a cura di), Organon. Torino: Einaudi, 1955
15. Kabat-Zinn, J. (2003). *Mindfulness-based interventions in context: past, present, and future*. Clinical Psychology: Science and Practice, 10(2), 146.
16. Bodhi, B. (2005). *In the Buddha's words*. Somerville, MA: Wisdom
17. Cherubini, P. (2012). *Psicologia generale*. Milano: Raffaello Cortina Editore
18. Arnd-Caddigan, M., & Stickle M. (2017). *A Psychotherapist's Exploration of Clinical Intuition: A Review of The Literature and Discussion*. International Journal of Integrative Psychotherapy, 8, 79-102
19. Shirley, D. A., & Langan-Fox, J. (1996). *Intuition: a review of the literature*. Psychological Reports, 79, 563-584
20. McCrea, S. (2010). *Intuition, insight, and the right hemisphere: Emergence of higher sociocognitive functions*. Psychology Research and Behavior Management, 3, 1-39.
21. Zhang, Z., Lei, Y., & Li, H. (2016). *Approaching the Distinction between Intuition and Insight*. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1195 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01195>
22. Charles, R.(2004). *Intuition in Psychotherapy and Counselling*. Philadelphia: Whurr Publishers Ltd.
23. Gendlin, E. T. (2001). *Focusing. Interrogare il corpo per cambiare la psiche*, Roma: Astrolabio.

24. Dodge Rea, B. (2001). Finding our balance: The investigation and clinical application of intuition. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(1), 97.
25. Armezzani, M. (1998). *L'enigma dell'ovvio. La fenomenologia di Husserl come fondamento di un'altra psicologia*. Padova: Unipress.
26. Gallagher, S., & Zahavi, D. (2008). *The Phenomenological Mind*. Routledge. (tr. it.) *La mente fenomenologica. Filosofia della mente e scienze cognitive*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 35.
27. Levinas, E. (2002). *La teoria dell'intuizione nella fenomenologia di Husserl*. Milano: Jaca Book.
28. Berne, E. (1992). *Intuizione e stati dell'Io*. Roma: Astrolabio. 18-19, 36-37, 68.
29. Gee, H. (1998). *Developing insight through supervision: relating, then defining*. In P. Clarkson (Cur.) *Supervision. Psychoanalytic and Jungian Perspectives*, (9-13). London: Whurr Publishers Ltd.
30. Marks-Tarlow, T. (2012). *Clinical intuition in Psychotherapy: The neurobiology of embodied response*. New York, NY: W.W. Norton & Company.
31. Fornaro, M. (2011). *L'intuizione nella clinica psicoterapeutica. Disamina della sua validità sotto il profilo epistemologico*. in *Psicoterapia e Scienze Umane*, anno 2011, XLV, 23-48.
32. Rizzolatti, G., Sinigaglia, C. (2006). *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
33. Reik, T. (1998). *Listening with the third ear*. New York: Farrar, Strauss and Giroux.
34. Lomas, P. (2005). *Cultivating Intuition*. Philadelphia: Whurr Publishers.
35. Rogers, C. (2012). *Un modo di essere*. Firenze: Giunti.
36. Giusti, E., Rosa, V. (2002). *Psicoterapia della Gestalt*. Roma: ASPIC Edizioni Scientifiche.