

## Psicologia degli schemi individuali

la rete e le connessioni della realtà anticipata, mentale, emozionale, somatica.



Costruiamo delle "mappe" mentali per riconoscere la realtà, ma anche delle mappe mentali per riconoscere la realtà già esperita. Questa, è una funzione necessaria all'apprendimento e alla conoscenza: senza dover apprendere infinite volte, impariamo a riconoscere realtà simili e, addirittura, da pochi segni, da pochi segnali, impariamo ad anticipare la realtà appena incontrata. Si creano così, in ogni mente individuale, delle mappe, delle linee guida, dei patterns, che consentono, di profilare, di anticipare, esperienze simili a quelle già acquisite, che consentono di riconoscere il preludio di queste già esperite realtà dati pochi segni - segnali della realtà appena incontrata.



È così che ogni individuo impara ad anticipare gli eventi: quanto già esperito, attraverso i segni più salienti per ognuno, irrorando come linfa le connessioni sistemiche individuali e compone lo schema che orienta verso la realtà anticipata.

Ma questi schemi, perlopiù costruiti inconsapevolmente, con l'andare del tempo potrebbero non essere più funzionali, ovvero andrebbero aggiornati.



Il fatto di non essere consapevoli rende però "l'aggiornamento di queste mappe faticoso" e spesso appesantiamo il nostro sistema mentale, emotivo, somatico, con schemi che girano in tondo, pur non essendo più adeguati. I segni diventano segnali ed i segnali sintomi, obbligandoci al prenderci cura, obbligandoci al cambiamento, quanto meno al cambio di punto di vista. Siamo

costretti a fare qualche passo indietro che finalmente ci consente di OSSERVARE con uno sguardo d'insieme un'astrazione del costrutto costruito: quella mappa da aggiornare.

Francesca Palumbo

Le foto sono di Giuseppe Palumbo

