

Su disinteresse per la psicologia

Perché molti si interessano di psicologia, ma quasi nessuno cerca di capirla

18/7/2026

Nota

Questo articolo nasce da un dialogo con ChatGPT e Claude.ai, secondo un metodo che ho adottato anche per altri lavori: propongo un tema, discuto con questi strumenti l'impostazione e i contenuti, e faccio scrivere e poi correggere i testi attraverso un confronto articolato, in cui le modifiche vengono proposte, argomentate e discusse insieme.

Il quadro teorico specifico si sviluppa in questi dialoghi, ma si inserisce in una formazione psicologica e filosofica che ho maturato in autonomia ben prima di ricorrere a questi strumenti.

La responsabilità delle tesi sostenute, e delle loro eventuali debolezze, resta comunque mia.

Bruno Cancellieri

A prima vista, molti si interessano di psicologia. I podcast di psicologia sono tra i più ascoltati, i libri sui bias cognitivi e sulle abitudini vendono milioni di copie, i social sono pieni di contenuti su narcisismo, attaccamento e trauma, e i test di personalità restano un passatempo di massa. L'interesse per la psicologia, in una certa forma, è enorme.

Ciò che invece rimane raro è un altro tipo di interesse: quello per la psicologia come disciplina esplicativa, cioè per la costruzione di modelli generali che spieghino *perché* gli esseri umani si comportano come si comportano. La domanda giusta, allora, non è perché la gente ignori la psicologia, ma perché quasi tutti la consumino in forma applicata — «come smettere di procrastinare», «come riconoscere un manipolatore» — e quasi nessuno senta il bisogno di risalire dai consigli pratici ai principi che li giustificano.

La psicologia offre così un esempio particolarmente evidente di una distinzione più generale: quella tra usare una conoscenza e volerla comprendere. Ciò che segue non è quindi soltanto un'osservazione sociologica su una disciplina, ma una riflessione sul rapporto che gli esseri umani hanno con il sapere teorico.

Propongo tre ragioni che, a mio avviso, contribuiscono in modo importante a spiegare questo fenomeno: una comune a ogni sapere teorico, e due specifiche della psicologia.

La curiosità esplicativa non è distribuita equamente

La prima ragione non riguarda la psicologia in particolare: riguarda qualunque sapere teorico. Tutti usano il navigatore satellitare, pochissimi si chiedono come funzioni la relatività che lo rende preciso; tutti prendono farmaci, pochi studiano farmacologia. Le persone, in generale, vogliono sapere *che cosa fare*, molto più raramente vogliono capire *perché funziona*. C'è una ragione per questo: comprendere un fenomeno ha un costo cognitivo, mentre agire richiede soltanto una procedura — e nella maggior parte delle situazioni quotidiane la procedura basta. Le spiegazioni intuitive — «è fatto così», «ha un

brutto carattere», «è geloso» — bastano per orientarsi nella vita quotidiana, e per la maggior parte degli scopi pratici bastano davvero: non è irrazionale fermarsi lì.

Questa differenza tra chi si accontenta e chi no non è solo questione di tempo o di istruzione. Esistono persone che traggono piacere dall'elaborazione di spiegazioni complesse e altre che preferiscono fermarsi a ciò che è sufficiente per agire: è un tratto che varia da individuo a individuo, come l'orecchio musicale o la propensione al rischio, e che la psicologia sperimentale ha a sua volta studiato e misurato.¹ A questo si aggiungono fattori ambientali: la riflessione teorica richiede tempo e concentrazione, mentre la vita quotidiana e l'organizzazione sociale offrono pochi incentivi a coltivarla. Ma tempo e incentivi spiegano perché la curiosità esplicativa resti inespressa, non perché in molti non nasca affatto.

Fin qui, però, la psicologia non è diversa dalla fisica o dalla biologia. Se la spiegazione finisse qui, il titolo di questo articolo sarebbe sbagliato: dovrebbe parlare del disinteresse per la teoria in generale. Ci sono invece altre due ragioni, che valgono solo per la psicologia.

Quasi tutti credono di conoscere già la psicologia

Nessuno pensa di poter correggere un fisico nucleare dopo aver visto tre video su YouTube. In psicologia le cose vanno diversamente: tutti possiedono un'esperienza diretta della propria vita mentale e di quella altrui, e questa familiarità crea facilmente l'impressione che non vi sia molto altro da imparare. È un'illusione che difficilmente si presenta in discipline come la fisica o la chimica, dove l'ignoranza è evidente fin dall'inizio: davanti a un'equazione differenziale sappiamo di non sapere; davanti a un comportamento umano crediamo di sapere.

E non si tratta soltanto di un'impressione superficiale. Ogni individuo elabora spontaneamente, fin dall'infanzia, una propria psicologia implicita: teorie su ciò che gli altri pensano, vogliono e proveranno, senza le quali la vita sociale sarebbe impossibile. Siamo tutti, in senso tecnico, psicologi ingenui. Lo studio della psicologia scientifica non parte quindi da una tabula rasa, come la fisica o la chimica: deve sostituirsi a un sistema di convinzioni già esistente, che funziona abbastanza bene da sembrare completo. Per imparare la psicologia non basta aggiungere nuove conoscenze: occorre spesso rivedere quelle che già possediamo.

Le conseguenze sono facili da immaginare. Perché mai investire anni nello studio sistematico di ciò che si ritiene di conoscere già per esperienza diretta? L'illusione di competenza toglie alla psicologia teorica proprio ciò che spinge allo studio delle altre scienze: la percezione di un vuoto da colmare. E spiega un comportamento che osserviamo continuamente: molte persone parlano con sicurezza di psicologia — diagnosticano, interpretano, generalizzano — senza averne mai studiato i fondamenti, cosa che nessuno si sognerebbe di fare con la chimica.

La psicologia mette in discussione chi la studia

Nessuno si sente minacciato dalla tettonica a placche. La peculiarità della psicologia, però, non è semplicemente quella di avere per oggetto l'essere umano: la condivide con la medicina, la genetica, l'antropologia. La psicologia studia i processi mentali e il comportamento — dunque anche gli strumenti stessi con cui giudichiamo noi stessi e gli altri. Prenderla sul serio significa accettare che molte delle nostre convinzioni su noi stessi possano essere sbagliate: che le nostre decisioni siano meno razionali di quanto crediamo, che il contesto ci influenzi più del carattere, che interpretiamo la realtà attraverso schemi soggettivi scambiandoli per osservazioni neutrali, e che le spiegazioni che diamo del nostro comportamento siano spesso razionalizzazioni costruite a posteriori. Altre scienze hanno ferito l'immagine collettiva dell'umanità — Copernico l'ha spostata dal centro dell'universo, Darwin l'ha ricollocata tra gli animali — ma poche discipline incidono così direttamente sull'immagine che ciascuno ha di sé come individuo, qui e ora.

Questo produce un'asimmetria interessante rispetto alle altre scienze. Chi non si interessa di astronomia semplicemente non se ne interessa; chi non si interessa di psicologia teorica ha spesso un motivo attivo per non farlo, anche se non dichiarato: la conoscenza psicologica ha un costo per l'immagine di sé che la conoscenza astronomica non ha. Ed è la stessa asimmetria a spiegare il successo della psicologia pop, che offre gli strumenti della disciplina tenendone a distanza la minaccia: i bias sono sempre quelli *degli altri*, il narcisista è sempre il partner, il manipolatore è sempre il capo. La psicologia applicata al prossimo è gratificante; applicata a se stessi è costosa. Non sorprende che la prima prosperi e la seconda resti rara.

C'è infine un momento in cui la barriera cade: quando il costo di *non* capire supera il costo di capire. Una crisi di coppia, l'ansia, la depressione, un conflitto che non si riesce a spiegare spingono quasi tutti, prima o poi, verso la psicologia — ma di nuovo in forma applicata, come strumento per uscire dal problema, e l'interesse tende a spegnersi quando il problema si risolve. Il bisogno apre la porta; solo la curiosità la tiene aperta.

Conclusione

La rarità dell'interesse per la psicologia teorica ha quindi tre radici. La prima è comune a ogni sapere teorico: il piacere di costruire modelli esplicativi della realtà non è indispensabile per vivere e non è equamente distribuito, e la società attuale fa poco per coltivarlo dove esiste. Le altre due sono specifiche: la psicologia è forse la disciplina che più facilmente dà l'illusione di essere già conosciuta, ed è quella il cui apprendimento passa più direttamente attraverso la revisione dell'immagine che ciascuno ha di sé. Le tre cause, però, non agiscono sullo stesso piano: le prime due riducono la motivazione a studiare la psicologia teorica, la terza introduce una vera e propria resistenza. Non basta che una disciplina sembri poco necessaria: nel caso della psicologia, può anche risultare scomoda. La curiosità limitata riduce il desiderio di spiegazioni; l'illusione di competenza fa apparire superfluo cercarle; la minaccia all'immagine di sé rende infine scomodo accettarle. Molte discipline incontrano il primo ostacolo; poche incontrano anche il secondo; la psicologia è tra le rarissime in cui tutti e tre tendono a combinarsi.

Vale la pena aggiungere che l'interesse pratico non è una forma degradata di interesse: chi legge un libro per salvare il proprio matrimonio si sta interessando di psicologia in modo

perfettamente legittimo. La distinzione non è tra chi capisce e chi no, ma tra due domande diverse — «come risolvo questo problema?» e «perché gli esseri umani funzionano così?» — di cui solo la seconda, per le ragioni viste, resta una passione di pochi. Rinunciare alla comprensione teorica, però, non significa soltanto sapere meno: significa anche rinunciare a riconoscere i limiti delle proprie spiegazioni intuitive e, con essi, alla possibilità di migliorare il modo in cui comprendiamo noi stessi e gli altri.

Forse è proprio per questo che i podcast di psicologia hanno milioni di ascoltatori, mentre i trattati di psicologia teorica continuano a interessare una ristretta minoranza: la maggior parte delle persone cerca strumenti per vivere meglio; solo pochi cercano modelli per capire perché gli esseri umani vivono e agiscono come fanno.

—

¹ La psicologia sperimentale chiama questo tratto **need for cognition** (bisogno di cognizione); il costrutto è stato introdotto e misurato da J. Cacioppo e R. Petty negli anni Ottanta.