

L'agone 2024



Psicologia e social network

Descrizione

Carl Gustav Jung sosteneva che la psicologia dovesse uscire fuori dalla stanza d'analisi e diventare non solo strumento personale ma anche culturale. L'approccio delle persone alla psicologia è molto cambiato, molte più persone vi accedono per questioni relative al benessere mentale o di coppia e la psicologia negli ultimi anni si è fatta conoscere come mezzo efficace per una maggiore consapevolezza di sé stessi e del mondo che ci circonda.

Intendiamoci, il percorso che si fa in terapia non è equivalente all'apprendere alcune nozioni che gli psicologi moderni hanno adattato al web per una maggiore fruibilità della materia con la speranza che delle pillole di psicologia possano essere utili a risvegliare la coscienza o a calmare una piccola ansia. Gli psicologi del web spesso ci preparano dei temi che possono relazionarsi con le difficoltà di tutti i giorni, quindi si parlerà dell'attacco d'ansia ad esempio e ci verrà spiegata in maniera breve e semplice come convivere con questa emozione, ma tutto questo per spronarci a fare un percorso che può essere rivelatorio di un vero sé che ancora deve emergere.

Queste *tips* di psicologia sono veramente interessanti e convenienti, dimostrano anche che questa materia si sta facendo strada sdoganata ormai dei pregiudizi del passato e resa più accessibile grazie ai social network che permettono una rapidissima divulgazione del messaggio, consentono quindi di arrivare a milioni di persone superando i confini geografici offrendoci un contributo al formarsi di una vera e propria educazione alla psicologia. Inoltre permette ai professionisti di farsi conoscere e distinguersi da sedicenti psicologi o guru che propinano strategie formidabili e trucchi psicologici offrendo informazioni generiche senza basi scientifiche, che sono inoltre più orientati alla forma che al contenuto facendo tante promesse di risultati in breve tempo. In sintesi i social network sono diventati un ottimo strumento di divulgazione garantendo all'utente un contenuto interessante ed efficace.

Ilaria Morodei

Redattrice L'agone