

---

# INDICE

---

*Psicologia della Realtà*

---

*Saggio*

# INDICE

LA REALTÀ

POSIZIONE DELL'AUTORE

INTRODUZIONE

ROADMAP DEL VOLUME

## 1. L'UOMO COME ARTEFICE DELLA REALTÀ

INTRODUZIONE

**BOX *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**BOX — IL MECCANISMO OCCULTO**

1. L'esperienza personale come primo laboratorio della realtà
2. Il momento in cui diventa chiaro che il mondo non "resiste", ma risponde
3. La differenza tra vivere dentro una realtà data e vivere dentro una realtà costruita
4. La responsabilità implicita nel riconoscersi autori e non spettatori
5. Prima frattura: se l'uomo è artefice, allora non esistono alibi strutturali

**INDICATORE DI REALTÀ**

## 2. LA PSICOLOGIA UMANA E LA PERCEZIONE DELLA REALTÀ

INTRODUZIONE

**BOX *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**BOX — IL MECCANISMO OCCULTO**

6. La realtà come interpretazione stabilizzata
7. Il ruolo delle convinzioni profonde nel filtrare ciò che vediamo
8. La struttura nascosta della percezione: Ego, Ombra e Sé
9. Perché due uomini nello stesso mondo vivono realtà diverse

10. L'abitudine come anestetico percettivo
11. Il bisogno psicologico di credere che "le cose stanno così"
12. Il vantaggio secondario dell'inevitabile

**INDICATORE DI REALTÀ**

### **3. DALL'INDIVIDUO ALLA COLLETTIVITÀ: IL PENSIERO CONDIVISO**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

13. Quando un'idea smette di essere individuale e diventa norma
14. Il passaggio silenzioso da convinzione a regola
15. Il conformismo come scorciatoia cognitiva
16. La nascita delle istituzioni come sedimentazione mentale
17. La collettività come moltiplicatore, non come entità autonoma

**INDICATORE DI REALTÀ**

### **4. ECONOMIA E POTERE: UNA COSTRUZIONE UMANA**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

18. L'economia come linguaggio, non come legge fisica
19. Il potere come relazione psicologica ancorché materiale
20. Il mito dell'economia "che decide"
21. Quando l'uomo delega, l'astrazione governa
22. La confusione tra strumenti e fini

**INDICATORE DI REALTÀ**

### **5. TECNOLOGIA COME COSTRUZIONE DI REALTÀ**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

### **Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 23. La tecnologia come filtro percettivo invisibile
- 24. Algoritmi e piattaforme: chi decide cosa vediamo
- 25. La delega digitale: quando l'uomo rinuncia all'intenzionalità
- 26. L'illusione di neutralità della tecnologia
- 27. Riprendersi la sovranità digitale

### **INDICATORE DI REALTÀ**

## **6. LA STRATEGIA DI COMBATTIMENTO APPLICATA ALLA SOCIETÀ**

### **INTRODUZIONE**

### **Box *DOVE SIAMO?***

### **RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

### **Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 28. Il combattimento come scuola di realtà, non come violenza
- 29. Decisione, rischio, responsabilità: ciò che manca nella società
- 30. La differenza tra reagire e scegliere
- 31. La strategia come forma di pensiero, non come tecnica
- 32. Perché le società perdono quando rinunciano al conflitto consapevole

### **INDICATORE DI REALTÀ**

## **7. CRISI E TRASFORMAZIONE: L'UOMO AL COMANDO**

### **INTRODUZIONE**

### **Box *DOVE SIAMO?***

### **RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

### **Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 33. La crisi come momento di verità, non di eccezione
- 34. Chi decide davvero durante una crisi
- 35. La paura come strumento di governo psicologico
- 36. Crisi create, crisi subite, crisi necessarie
- 37. La crisi come occasione mancata di pensiero collettivo

### **INDICATORE DI REALTÀ**

## **INTERMEZZO. L'UNICO INEVITABILE: LA MORTE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**I**

**II**

**III**

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

**INDICATORE DI REALTÀ**

## **8. IL POTERE DELLA NARRAZIONE: COSTRUIRE MONDI ATTRAVERSO LE STORIE**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 38. Le storie che raccontiamo per rendere il mondo sopportabile
- 39. Narrazione e consenso
- 40. Il confine sottile tra spiegazione e giustificazione
- 41. Perché chi controlla il racconto controlla la realtà
- 42. La menzogna più efficace: quella che rassicura

**INDICATORE DI REALTÀ**

## **9. RESILIENZA E ADATTAMENTO: L'UOMO DI FRONTE AL CAMBIAMENTO**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 43. La resilienza come capacità attiva, non come sopportazione
- 44. Quando l'adattamento diventa rinuncia
- 45. La retorica della flessibilità
- 46. Il prezzo psicologico del cambiamento non pensato
- 47. Crescere significa ridefinire, non solo reagire

**INDICATORE DI REALTÀ**

## **10. L'UOMO E IL FUTURO: PROGETTARE LA SOCIETÀ CHE VERRÀ**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 48. Il futuro come costruzione mentale prima che storica
- 49. Perché oggi il futuro fa paura
- 50. La perdita della progettualità collettiva
- 51. Tecnologia senza visione: accelerazione senza direzione
- 52. Riprendersi il diritto di immaginare

**INDICATORE DI REALTÀ**

## **11. L'IMPORTANZA DEL DIALOGO E DELLA COMUNICAZIONE**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 53. Parlare non significa comunicare
- 54. Il dialogo come atto di esposizione, non di difesa
- 55. La polarizzazione come anestesia del pensiero
- 56. Quando il linguaggio diventa slogan
- 57. L'impossibilità di costruire senza un linguaggio comune

**INDICATORE DI REALTÀ**

## **12. ETICA E RESPONSABILITÀ: IL RUOLO DEL PENSIERO MORALE**

**INTRODUZIONE**

**Box *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**Box — IL MECCANISMO OCCULTO**

- 58. L'etica come conseguenza del pensiero, non come regola esterna
- 59. Responsabilità individuale in sistemi collettivi
- 60. L'alibi morale delle strutture
- 61. Quando "non dipende da me" diventa una scelta

62. La fatica di pensare moralmente

**INDICATORE DI REALTÀ**

**13. SFIDE E OPPORTUNITÀ: L'UOMO COME AGENTE DI CAMBIAMENTO**

**INTRODUZIONE**

**BOX *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**BOX — IL MECCANISMO OCCULTO**

63. L'illusione dell'impotenza  
64. Cambiamento come atto intenzionale, non come evento  
65. Perché l'uomo moderno aspetta invece di agire  
66. La paura della responsabilità trasformativa  
67. Agire senza garanzie

**INDICATORE DI REALTÀ**

**14. L'UOMO AL CENTRO DELLA PROPRIA STORIA**

**INTRODUZIONE**

**BOX *DOVE SIAMO?***

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**BOX — IL MECCANISMO OCCULTO**

68. Tornare al punto iniziale: nulla è esterno all'uomo  
69. Il mondo come specchio del pensiero collettivo  
70. L'inevitabile come costruzione psicologica  
71. Non una promessa, ma una constatazione  
72. Ultima assunzione di responsabilità: se questo è il mondo, qualcuno lo ha pensato così

**INDICATORE DI REALTÀ**

**15. FONDAMENTI DELLA PSICOLOGIA DELLA REALTÀ**

**INTRODUZIONE**

**BOX *DOVE SIAMO?***

73. La mente come sistema attivo nella costruzione della realtà  
74. Convinzioni, aspettative e realtà percepita

- 75. Dall'individuo al collettivo: quando la realtà diventa condivisa
- 76. Responsabilità, agency e illusione dell'impotenza
- 77. Vincoli oggettivi e limiti dell'agency
- 78. Limiti, ambiti e responsabilità del modello proposto
- 79. Scienza, interpretazione e scelta di senso

### **INDICATORE DI REALTÀ**

## **APPENDICE: PROTOCOLLO DI SMASCHERAMENTO DELLA REALTÀ**

Premessa

Fase 0 – Mappatura dell'automatismo

Fase 1 – Disidentificazione

Fase 2 – Smascheramento dell'Inevitabile

Fase 3 – Riconoscimento della Delega

Fase 4 – Ritorno all'Autore

Fase 5 – Risonanza

Conclusione operativa

**RITRATTI DELL'INEVITABILE COSTRUITO**

**BOX – IL MECCANISMO OCCULTO**

## **TAVOLA DELLE PAROLE IRREVERSIBILI**

**POSTFAZIONE**

**RINGRAZIAMENTI**

**CONCLUSIONE CINICA: DOPO IL CROLLO DELL'INEVITABILE**

**BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE RAGIONATA**

**INDICE**

**L'AUTORE – JOE SANTANGELO**

**BIBLIOGRAFIA DELL'AUTORE**