

## **Stile di vita e disagio lavorativo: dallo scoraggiamento all'incoraggiamento attraverso il pensiero creativo**

DANIELA BOSETTO

*Summary* – LIFE STYLE AND OCCUPATIONAL UNEASE: FROM DISCOURAGEMENT TO ENCOURAGEMENT THROUGH CREATIVE THOUGHT. This article deals with the theme of occupational unease drawing on Adlerian theory. It focuses the attention both on unease prevention through an occupational choice in line with one's personality and developing potential and psychotherapeutic support, in case unease emerges while working. It has been pointed out that at the base of occupational unease there is always "discouragement". The mission of a psychotherapeutic is to promote the transition from "discouragement to encouragement" using creative technique, aiming at helping people to believe in themselves.

*Keywords:* OCCUPATIONAL UNEASE, DISCOURAGEMENT/ENCOURAGEMENT, CREATIVE THOUGHT

### *I. Premessa*

È a tutti noto come Adler abbia collocato il lavoro tra i grandi problemi della vita ritenendo che la modalità con cui un individuo si poneva di fronte a questo problema potesse già rappresentare un indicatore per scoprire il suo stile di vita: aiutare a risolvere il problema-lavoro significa portare il soggetto a riconoscere un errore nella strutturazione dello stile di vita.

La figlia di Adler, Alexandra, evidenzia come certi incidenti occorsi nel lavoro non sono dovuti al caso, ma all'atteggiamento assunto nei confronti dei propri compiti e, in questo senso, sono espressione del proprio stile di vita. Adler sottolinea un concetto attualissimo quando evidenzia come sia importante per ogni essere umano scegliere la professione che gli permetta di utilizzare nel migliore dei modi tutte le proprie capacità e attitudini: alcuni rivelano difficoltà nella scelta di una professione mentre altri mutano continuamente il proprio lavoro. In ogni caso, la fiducia in sé costituisce il presupposto per lo svolgimento della propria attività [17].

In linea con la teoria adleriana, notiamo come nel contesto lavorativo l'individuo non possa essere considerato come una persona isolata in quanto ogni lavoro deve essere visto in interazione con il gruppo di coloro che condividono la medesima attività. Un attento orientamento alla scelta del lavoro diviene lo strumento chiave per prevenirne il disagio.

Oggetto del presente lavoro sarà l'analisi del disagio che si identifica inizialmente nello scoraggiamento della persona. Un adeguato processo psicoterapeutico dovrà favorire il passaggio dallo scoraggiamento all'incoraggiamento attraverso strategie che utilizzino il pensiero creativo.

## II. *Atteggiamenti verso il lavoro*

Gli "atteggiamenti" verso il lavoro maggiormente studiati sono la gratificazione data dalla mansione, l'alienazione, la dedizione all'organizzazione, il coinvolgimento e la motivazione [16]. Possiamo osservare come le gratificazioni specifiche possano essere distinte in intrinseche, connesse al contenuto del lavoro stesso, come il successo, la competizione, il riconoscimento, la crescita, la responsabilità, ed estrinseche quali la retribuzione, la sicurezza e le condizioni in generale connesse all'attività lavorativa. L'alienazione viene spesso vissuta come isolamento e suscita nella persona uno scoraggiamento unito ad una mancanza di valore personale e di significato del proprio impegno. La dedizione all'organizzazione implica l'adesione ai valori e agli scopi dell'organizzazione stessa e crea quello che possiamo definire il "senso di appartenenza", elemento fondamentale per un buon inserimento lavorativo. Per quanto concerne il coinvolgimento nella mansione e nel lavoro possiamo notare come un atteggiamento positivo verso la professione accresca l'autostima e sviluppi un senso di sicurezza.

È stato statisticamente rilevato come l'assenteismo, l'indolenza, gli incidenti e l'avvicendamento aumentino in relazione all'insoddisfazione sul lavoro e alla scarsa motivazione alla mansione svolta [16]. Hertha Orgler nell'opera *Alfred Adler e la sua opera* così si esprime: «Come Adler ha mostrato, una buona soluzione del problema della professione si può trovare soltanto attraverso la collaborazione psicologica e sociale. L'intero nostro sistema sociale è basato sulla collaborazione. È perciò della massima importanza che ogni essere umano scelga la professione che gli permetta di utilizzare nel migliore dei modi tutte le sue capacità» (17, p. 89). «Di conseguenza, anche nella selezione professionale una più grande attenzione sarà rivolta all'aspetto caratteriale e volitivo della personalità» (10, p. 31). «La selezione deve rivolgere il suo interesse non solo alle attitudini e alle capacità, ma anche ad aspetti relativi al comportamento e agli atteggiamenti dell'individuo, come ad esempio il livello di socializzazione e la disponibilità al cambiamento» (*Ibid.*, p. 30).

### III. Effetti del disagio lavorativo sulla persona

Possiamo notare come il disagio lavorativo provochi nella persona un senso d'impotenza e d'isolamento tale da produrre una sensazione di perdita del *proprio valore personale* e del *significato del proprio lavoro*. È interessante, a questo proposito, per meglio comprendere gli effetti prodotti sulla persona dal disagio lavorativo, prendere in esame la classificazione del DSM-IV [1]. Nella classificazione multi-assiale del DSM-IV, sull'asse IV si riportano i problemi psicosociali ed ambientali che possono influenzare la diagnosi, il trattamento e la prognosi dei disturbi mentali. Proprio secondo il DSM-IV, un problema psicosociale o ambientale può corrispondere ad un evento vitale negativo, a una difficoltà o a una carenza ambientale, a uno stress familiare o interpersonale di altro tipo, all'inadeguatezza del supporto sociale o delle risorse personali o ad altri problemi legati al contesto nel quale si sono sviluppate le difficoltà dell'individuo.

Oltre che giocare un ruolo scatenante in grado di esacerbare un disturbo mentale, i problemi psicosociali possono anche svilupparsi come conseguenza della psicopatologia. Prendiamo ora in considerazione la classificazione dei problemi psicosociali ed ambientali secondo il DSM-IV [1], essi possono essere così raggruppati: problemi con il gruppo di supporto principale (morte di un membro della famiglia, disintegrazione della famiglia); problemi legati all'ambiente sociale (morte di un amico, discriminazione ecc.); problemi d'istruzione (analfabetismo, problemi scolastici ecc.); *problemi lavorativi (disoccupazione, minaccia di perdere il lavoro, orario di lavoro stressante, condizioni di lavoro difficili, disaccordo con il principale o con i colleghi di lavoro)*; problemi abitativi; problemi economici; problemi di accesso ai servizi sanitari; problemi legati all'interazione con il sistema legale/criminalità; altri problemi psicosociali ed ambientali (esposizione catastrofi, guerre ecc.).

Notiamo come nella voce *problemi lavorativi* siano contemplate alcune delle principali cause del disagio della persona connesse all'adattamento lavorativo alle quali possiamo aggiungere l'*insoddisfazione connessa al ruolo ricoperto, il mobbing e le molestie sessuali* [1]. Tra gli effetti del *disagio lavorativo* sulla persona troviamo lo *scoraggiamento* che porta anche ad un blocco delle capacità creative. Secondo Pier Luigi Pagani possiamo vedere nello *scoraggiamento* un sintomo del complesso d'inferiorità, conseguente al rafforzamento del naturale sentimento d'inferiorità [19]. Se il disagio lavorativo si esprime attraverso forme di nevrosi e nei casi più gravi di psicosi, entrambi tali aspetti rappresentano per Adler le principali forme dello *scoraggiamento*.

### IV. Disagio lavorativo e stile di vita

Secondo il modello adleriano, l'analisi del disagio lavorativo dovrebbe sempre far riferimento allo *stile di vita*, inteso da Adler come «rappresentazione indelebile del-

l'impronta psichica, unica ed inimitabile di ogni individuo, che risulta contrassegnata dai suoi tratti comportamentali, dalle idee, dalle opinioni, dai sentimenti, dalle emozioni, unitamente indirizzati al raggiungimento delle mete primarie» (20, p. 69).

Un mirabile esempio degli effetti prodotti dal disagio lavorativo sullo stile di vita lo ritroviamo nel protagonista del racconto di Kafka "La metamorfosi". Gregorio Samsa, trasformato in un insetto immondo, si chiede «Che avverrebbe se io dormissi ancora un poco e dimenticassi ogni pazzia? [...] O Dio, pensava, che professione faticosa ho scelto! Ogni giorno su e giù in treno. L'affanno per gli affari è molto più intenso che in un vero e proprio ufficio, e v'è per giunta questa piaga del viaggiare, le preoccupazioni per le coincidenze dei treni, la nutrizione irregolare e cattiva, le relazioni con gli uomini poi cambiano ad ogni momento e non possono mai diventare durature né cordiali. [...] Se non mi trattenessi per i miei genitori, mi sarei già licenziato da un pezzo me ne sarei andato dal principale e gli avrei detto il mio parere dal profondo del cuore. Sarebbe sceso allora dalla sua cattedra! Anche quella è una bella invenzione, mettersi in cattedra e parlare dall'alto in basso con l'impiegato, il quale poi gli si deve avvicinare sempre più a causa della sua sordità. [...] E se si fosse dato malato? Ma ciò sarebbe stato molto penoso e sospetto, perché Gregorio non era stato malato neppure una volta nel suo quinquennio di impiegato. Certamente sarebbe venuto il principale con il medico della cassa malattia, avrebbe fatto delle rimostranze ai genitori per il figlio pigro, e avrebbe trovato tutte le obiezioni richiamandosi al dottore, per cui del resto non esistono che uomini completamente sani ma poltroni» (15, pp. 158 -159).

Il personaggio kafkiano appare estremamente attuale nella sua tragicità, in quanto esprime lo stile di vita sofferente di chi incontra difficoltà d'adattamento all'ambiente lavorativo. Gregorio attraverso la sua metamorfosi ha scelto l'isolamento e ciò gli impedisce di esprimere un adeguato sentimento sociale.

#### *V. Lo psicoterapeuta adleriano di fronte al paziente scoraggiato*

Gregorio potrebbe essere uno dei tanti pazienti *scoraggiati* che si rivolgono allo psicoterapeuta. Secondo il modello adleriano il percorso psicoterapeutico con il paziente scoraggiato dovrebbe essere visto nell'ottica di una cooperazione che tenda a favorire un approccio ottimistico verso la vita. Attraverso un percorso psicoterapico creativo si favorisce lo sviluppo dei punti di forza della personalità del paziente scoraggiato, aiutandolo a riscoprire una nuova progettualità basata sulla condivisione empatica della sofferenza.

Durante il cammino psicoterapeutico, dopo aver individuato il disagio vissuto dal paziente rispetto al compito vitale lavoro, può essere d'ausilio la somministra-

zione del questionario di personalità *I6PF di Cattell* [26]. L'utilizzo di tale strumento favorisce nella persona la conoscenza dei propri punti di forza e di debolezza: la consapevolezza dei propri punti di forza riattiva, per mezzo della partecipazione emotiva, la fiducia nelle proprie capacità. Nel commento al profilo di personalità del paziente, siamo orientati ad un'interpretazione di tipo dinamico che utilizzi una modalità di comprensione adleriana.

Possiamo osservare come nei pazienti scoraggiati rispetto all'ambito lavorativo si ritrovino alcune caratteristiche comuni. Tali soggetti nei fattori A espansività, F vivacità, H audacia sociale, presentano un *punteggio sten* compreso tra 1 e 4 che corrisponde a distacco, misuratezza, riservatezza. Il fattore L vigilanza, *punteggio sten* compreso tra 7 e 10, evidenzia atteggiamenti di diffidenza, caratteristica propria del disagio lavorativo. Dall'analisi dei fattori globali del *I6PF* emerge, nello scoraggiato a causa del disagio lavorativo, una forte propensione all'ansietà (*punteggio sten* tra 7 e 10) che include aspetti quali reattività, preoccupazione, apprensione e tensione.

Una lettura del *I6PF* nel paziente scoraggiato ci permette di estrapolare da fattori quali la riservatezza (A), la reattività (C), la serietà (F), la vigilanza (L), l'apprensività (O), la tensione (Q4) una valenza positiva. Infatti proprio la riservatezza, la reattività, la serietà, una certa tensione sono caratteristiche che ben si adattano a specifiche tipologie di lavoro. Dobbiamo aiutare il paziente a divenire consapevole del valore delle caratteristiche della sua personalità a cui è spesso stata attribuita una lettura negativa.

Il lavoro psicoterapico creativo consiste nel guidare il paziente verso il "lato utile della vita" aiutandolo a riscoprire che alcune caratteristiche, a prima vista negative, possono essere canalizzate positivamente. Se il paziente riacquista fiducia in se stesso può essere in grado anche di scegliere e attivare di conseguenza un cambiamento che può prevedere: 1) il "rimodellamento" di se stesso con adattamento alla situazione lavorativa ritenuta scomoda; 2) la ricerca di un nuovo lavoro più consona alle proprie caratteristiche di personalità; 3) nel caso in cui il soggetto abbia subito *mobbing* o molestie sessuali, ritrovare il coraggio di mettere in atto tutte le strategie difensive mirate al recupero della propria dignità.

Afferma Pier Luigi Pagani: «Il cambiamento si ottiene ripristinando nel soggetto la capacità di avere fiducia in se stesso e ciò si consegue facendogli prendere coscienza che la condotta seguita in precedenza era stata improduttiva [...] per realizzare un cambiamento occorre liberare la mente da schemi preconcepi, così da poter osservare i problemi utilizzando una nuova chiave di lettura capace di scavalcare il classico binomio causa /effetto orientando l'attenzione in senso finalistico (come raccomanda l'Individualpsicologia), verso nuove, inimmaginabili possibilità» (19, p. 1).

La teoria adleriana ci permette di intuire come il “complesso di superiorità”, che lascia spesso intravedere una tendenza al perfezionismo (fattore Q3 del *16PF*), possa divenire elemento caratterizzante il disagio lavorativo. Adler nel *Senso della vita* [6] evidenzia come il *complesso di superiorità* sia chiaramente caratterizzato dagli atteggiamenti, dai tratti del carattere e dalle opinioni di chi si crede un superuomo. Secondo l'autore, tale complesso può essere riconosciuto anche dalle pretese esagerate del superuomo che esige troppo da se stesso e dagli altri. L'aspirazione alla superiorità fa dunque arretrare l'individuo, più o meno palesemente privo di coraggio, dalla posizione pericolosa non appena si annuncia una possibile sconfitta. Per Adler la superiorità personale contrasta sempre con la cooperazione e i soggetti votati all'insuccesso sono persone che non avendo sviluppato il sentimento sociale non sono in grado di vedere, udire, parlare e valutare in modo corretto. Il *sensus commune* viene così sostituito da un'*intelligenza privata*, della quale si servono per assicurarsi la loro immeritata posizione [6]. A questo proposito se pensiamo al fattore globale *durezza* del *16PF* di Cattell, se il *punteggio sten* è compreso tra 7 e 10, notiamo come ci sia una propensione a privilegiare l'*intelligenza privata* piuttosto che il *sensus commune*, il soggetto infatti tende a *non essere empatico* e può divenire *immobile* a tal punto da non accettare i punti di vista degli altri [26].

Adler nella *Conoscenza dell'uomo* ritiene che si possa «impostare una nuova classificazione degli individui, in base al modo con cui essi affrontano la realtà. I soggetti che hanno uno sviluppo rettilineo sono i cosiddetti ottimisti. Essi affrontano le difficoltà coraggiosamente, senza fare drammi, nutrono una grande fiducia nelle proprie capacità e s'inseriscono facilmente nella vita» (4, p. 143).

Parlando invece dei pessimisti così si esprime: «hanno incontrato difficoltà di vario tipo e ciò li ha indotti a considerare la vita come un problema. Dopo essersi formata una visione pessimistica, nata per di più dal cattivo comportamento degli altri verso di loro, essi tendono a guardare le ombre e non le luci dell'esistenza. Contrariamente agli ottimisti, sono più consapevoli di questi ostacoli e finiscono per scoraggiarsi...questi soggetti sono inoltre particolarmente prudenti, come si può avvertire dal loro comportamento timido, esitante, timoroso e calcolatore, sempre in attesa di difficoltà» (*Ivi*). La persona scoraggiata rispetto al compito vitale del lavoro presenta caratteristiche, come rileva Adler, di *pessimismo* che si osservano anche attraverso la somministrazione del questionario *16PF* di Cattell.

Compito dello psicoterapeuta adleriano sarà quello di orientare il paziente che manifesta il *disagio lavorativo* alla riscoperta dell'*ottimismo*. L'orientamento verso il *lato utile della vita* da parte di chi è *scoraggiato* diviene elemento indispensabile per favorire nel soggetto la *ricerca di una personale modalità di cambiamento* [19].

*VI. Il processo dell'incoraggiamento in una paziente che manifesta disagio lavorativo*

Da un punto di vista adleriano riteniamo l'*incoraggiamento* un processo che sfocia nella percezione, da parte del paziente, di una nuova spinta vitale che si sviluppa attraverso la creatività. L'incoraggiamento permette di vincere il pessimismo orientandolo verso un approccio fiducioso nei confronti della vita.

R. 30 anni, si è laureata brillantemente nonostante abbia vissuto un *iter* scolastico difficoltoso durante la frequenza delle scuole superiori. È occupata in qualità di contabile nell'azienda di famiglia ma non è contenta e vive un rapporto conflittuale con il padre. Manifesta inoltre un sentimento di odio nei confronti di una collega più anziana che vive come principale ostacolo alla propria crescita in azienda. Vorrebbe cercare un altro lavoro ma non ne ha il coraggio in quanto teme di ferire il padre. La sorella e il fratello anch'essi impegnati in azienda si sono invece ben adattati. Il rapporto con il fidanzato è in crisi, vorrebbe lasciarlo ma non riesce. Non sente più la gioia e il piacere di frequentare le amiche e gli amici dell'università. Vive in una villa confortevole, regalata dai genitori, con la sorella e rispettivi fidanzati ma desidererebbe fuggire ed avere una casa anche più piccola ma tutta sua.

R. vorrebbe fuggire dal lavoro, dal fidanzato, dalla casa ma si sente bloccata, non ne ha il coraggio. Non frequenta più gli amici simbolo di libertà ed evasione. Come possiamo osservare il lavoro, l'amore e le amicizie sono alla base del disagio psicologico manifestato da R. Ecco un sogno raccontato all'inizio del viaggio psicoterapeutico che esprime lo stato emotivo di R.

*«Ero a Madrid e mi trovavo in un ufficio di giovani donne. La capa era puntigliosa ed in attesa di un figlio. Si trattava dell'ufficio della mia amica che vive a Madrid. Chiedo dov'è la mia amica e dico se non è qui vado a salutarla a Milano. Io ho paura di andare a prendere la metropolitana, di lasciare il posto per andare verso il centro».*

Dalle associazioni libere emerge che R. ammira la sua amica che abita a Madrid e vive lì con il fidanzato. R. ha fatto diversi tentativi di andare a lavorare all'estero ma quando la possibilità si trasformava in realtà vi rinunciava per timore di far soffrire il padre. Definisce l'amica e il fidanzato una coppia autonoma e distaccata dalla famiglia d'origine. R. si descrive come una persona puntigliosa nel lavoro e così si esprime: «Ho dovuto sacrificare le mie qualità di laureata, mi sarei espressa meglio in un altro contesto lavorativo e invece, per non deludere mio padre, mi sono dedicata all'azienda di famiglia svolgendo un ruolo non gratificante per mansioni ed aspetti economici». Prendere la metropolitana e dirigersi verso il centro significa per R. acquisire autonomia supe-

rando la paura di deludere il padre. Poiché R. potrebbe sentirsi in colpa lasciando l'azienda paterna, preferisce uno stile di vita depressivo, orientato al pessimismo. Il tutto sembra essere funzionale al perseguire il *lato inutile della vita* in quanto R. si sente inattiva rispetto ai tre compiti vitali *dell'amore, dell'amicizia e del lavoro*.

Proprio rispetto al *sentimento di colpa* Adler ritiene: «uno dei punti più difficili a comprendersi nelle nevrosi e nelle psicosi. [...] Quando il soggetto prova un sentimento di colpa il suo sguardo va indietro, mentre gli scrupoli di coscienza lo rendono eccessivamente prudente; ma tanto il sentimento di colpa quando gli scrupoli di coscienza sono, nella nevrosi, cause di sterilità in quanto paralizzano ogni azione» (2, p. 40). Ritengo che le parole che Pier Luigi Pagani rivolge alla sua paziente signora B possano essere appropriate anche per R: «Chi è colpevole deve espiare, ma chi crede di essere colpevole e non lo è, espiando per qualcosa che non ha commesso, aggiunge finzione a finzione, ingannandosi all'infinito» (18, p. 100).

R. esprime un conflitto tra la mancata realizzazione del desiderio e la sua realizzazione. Il rimanere in azienda o il lasciare l'azienda è in ogni caso doloroso. A questo proposito vorrei citare Paul Watzlawick che nel suo libro "Istruzioni per rendersi infelici", nel capitolo *Attenzione all'arrivare*, ci ripropone proprio il pensiero di Alfred Adler. Watzlawick riflette sull'aforisma di Gorge Bernard Shaw secondo il quale, *nella vita esistono due tragedie. La prima è la mancata realizzazione di un intimo desiderio, l'altra è la sua realizzazione* e in tal senso si esprime: «Il *Seduttore* di Hermann Hesse così implora l'incarnazione del suo desiderio: "*Resisti, bella donna, rendi più severe le tue vesti! Incanta, tormenta ma non concederti a me!*", perché egli sa che ogni realtà annienta il sogno» [29]. Meno poeticamente, ma con più ricchezza di dettagli, si è interessato a questo problema Alfred Adler, contemporaneo di Hesse. La sua opera, che soltanto ora viene riscoperta, si occupa approfonditamente anche dello stile di vita dell'eterno viaggiatore che per prudenza preferisce non arrivare mai. Traendo liberamente spunto da Adler, si può dire che le regole di questo gioco con il futuro sono all'incirca le seguenti: arrivare, che letteralmente e metaforicamente significa raggiungere una meta, vale come importante criterio di misura per il successo, il potere, l'approvazione e il rispetto per se stesso. Viceversa, l'insuccesso o l'indolente tirare avanti sono un segno di stupidità, pigrizia, irresponsabilità o viltà. «Ma la strada del successo è faticosa, sia perché è necessario applicarsi molto, sia perché anche sforzandosi intensamente si può fallire» (29, p. 53).

R., attraverso il lavoro creativo della psicoterapia adleriana che ha contemplato come ausilio anche la somministrazione del questionario *16 PF di Cattell*, ha compreso le caratteristiche del suo *stile di vita* orientato al pessimismo e ha



messo in atto un cambiamento lavorativo attraverso la scelta coraggiosa di lasciare l'azienda paterna.

Vorrei concludere con queste riflessioni estrapolate dal testo *Il linguaggio dell'incoraggiamento* di Pier Luigi Pagani: «Se appare il disagio, lo Stile di vita rimane alterato: il livello dell'autostima si abbassa al punto di annullarsi completamente, crolla il rispetto per se stessi e si diventa timidi, paurosi, estremamente vulnerabili» (19, p. 25). R. si trovava in questa condizione all'inizio del suo percorso ma attraverso la psicoterapia ha acquisito *sicurezza* e ha compreso che *vale la pena di tentare*.

### Bibliografia

1. AA. VV. (2000), *DSM-IV-TR Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, Fourth Edition, Text Revision*, tr. it. *DSM-IV-TR Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, Text Revision Masson, Milano 2001.
2. ADLER, A. (1912), *Über den nervösen Charakter*, tr. it. *Il temperamento nervoso*, Astrolabio, Roma 1971.
3. ADLER, A. (1920), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it., *Prassi e teoria della Psicologia Individuale*, Astrolabio, Roma 1967.
4. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *La conoscenza dell'uomo nella Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1994.
5. ADLER, A. (1931), *What Life Should Mean to You*, tr. it. *Cosa la vita dovrebbe significare per voi*, Newton Compton, Roma 1994.
6. ADLER, A. (1933), *Der Sinn des Lebens*, tr. it. *Il senso della vita*, Newton Compton, Roma 1997.
7. ADLER, K. A. (1967), *La Psicologia Individuale di Adler*, in WOLMAN, B. L. (a cura di), *Psychoanalytic Techniques*, tr. it. *Manuale delle tecniche psicoanalitiche e psicoterapeutiche*, Astrolabio, Roma 1974.
8. ANSBACHER, H. L., ANSBACHER, R. R. (1956), *The Individual Psychology of Alfred Adler*, tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*, Martinelli, Firenze 1997.
9. BOSETTO, D. (1999), *Teoria e tecnica della valutazione del personale*, Fonte, Milano.
10. BOSETTO, D. (1999), *Teoria e tecnica del colloquio e della selezione del personale*, Fonte, Milano 2002.
11. CASTIELLO, D. A. (1989), *Scegliere per eccellere*, Ipsoa, Milano.
12. DUNETTE, M. (1992), *La psicologia nella selezione del personale*, Franco Angeli, Milano.
13. FERRIGNO, G. (2005), Il "piano di vita", i processi selettivi dello "stile di vita" e la comunicazione intenzionale implicita della "coppia terapeutica creativa": dalla "teoria" alla "clinica", *Riv. Psicol. Indiv.*, 58: 59-57.
14. GABBARD, G. O. (2000), *Psichiatria psicodinamica*, Raffaello Cortina, Milano.

15. KAFKA, F. (1916), *La metamorfosi*, in *I Racconti*, Mondadori, Milano 1970.
16. MODERATO, P., ROVETTO, F. (1997), *Psicologo: verso la professione. Dall'esame di stato al mondo del lavoro*, Mc Graw-Hill, Milano 2006.
17. ORGLER, H. (1956), *Alfred Adler der Mann und sein Werk*, tr. it. *Alfred Adler e la sua opera*, Astrolabio, Roma 1970.
18. PAGANI, P. L. (1996), *Il caso della signora B*, Quaderni della Rivista di Psicologia Individuale, Numero speciale, Milano.
19. PAGANI, P. L. (1997), *Il linguaggio dell'incoraggiamento*, Istituto Alfred Adler di Milano, Milano.
20. PARENTI, F. (1987), *Alfred Adler*, Laterza, Milano.
21. PARENTI, F. E COLL. (1975), *Dizionario Ragionato di Psicologia Individuale*, Raffaello Cortina, Milano.
22. PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1986), *Psichiatria dinamica*, Centro Scientifico Torinese, Torino.
23. PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1987), *Lo Stile di Vita*, De Agostini, Novara.
24. ROVERA, G. G. (1982), Transmotivazione: proposte per una strategia dell'incoraggiamento, *Riv. Psicol. Indiv.*, 17-18: 28-50.
25. RUBINI, V. (1984), *Test e misurazioni psicologiche*, Il Mulino, Bologna.
26. RUSSELL, M., KAROL, D. (1994), *Manuale 16PF-5 di Raymond B. Cattell, A. Karen S. Cattell e Heather E. P. Cattell*, O. S., Organizzazioni Speciali, Firenze 2001.
27. SPALTRO, E. (1967), *La psicologia del lavoro*, Etas Kompass, Milano.
28. TRENTINI, G. (1975), *Teoria e tecnica del colloquio*, Vita e Pensiero, Milano.
29. WATZLAWICK, P. (1984), *Istruzioni per rendersi infelici*, Universale Economica Feltrinelli, Milano.
30. ZIMMERMANN, B. J. (1995), Self-Efficacy and Educational Development, in BANDURA, A. (a cura di), *Self Efficacy in Changing Societies*, Cambridge University Press, New York.
31. WEBER, M. (1922), *Wirtschaft und Gesellschaft*, tr. it. *La scienza come professione. La politica come professione*, Mondadori, Milano 2006.

Daniela Bosetto  
Via Urbano III, 3  
I-20123 Milano  
E-mail: urbanoterzo3@libero.it