

Il pensiero critico come struttura psicologica

Oltre la tecnica

Il pensiero critico non è una tecnica, ma una postura dell'anima. *Perché chi pensa davvero in modo critico non fa qualcosa di speciale, è qualcosa di speciale.*

C'è una confusione fondamentale che aleggia ogni volta che si parla di pensiero critico. La si trova nei corsi universitari, nei manuali aziendali, nelle guide al "self-improvement": l'idea che pensare criticamente sia una *competenza* da acquisire, un set di strumenti da aggiungere alla cassetta degli attrezzi cognitivi. Impara ad identificare le fallacie logiche. Applica il metodo scientifico e distingui i fatti dalle opinioni. Come se bastasse esercitarsi abbastanza, e poi, eccolo, saresti un pensatore critico.

Questa visione è sbagliata. O meglio: è incompleta in un modo che la rende quasi inutile.

Il pensiero critico non è qualcosa che *fai*. È qualcosa che *sei*. È un modo di stare nel mondo, una forma di rispetto radicale per la complessità delle cose. E come tutti i modi di essere autentici, non si adotta per convenienza, ma costa qualcosa.

"Pensare criticamente significa essere disposti a scoprire di avere torto su qualcosa a cui tieni profondamente."

L'errore come edificazione, non come scandalo

La psicologia cognitiva ha documentato con precisione implacabile quanto siamo sistematicamente irrazionali: confirmation bias, anchoring effect,

euristica della disponibilità, illusione dello schema, bias dell'inazione. La lista è lunga ed ogni aggiunta sembra confermare un'immagine umiliante: siamo macchine difettose che producono errori con la stessa regolarità con cui respirano.

Ma questa narrativa porta con sé una trappola sottile. Se gli errori cognitivi sono il nemico, allora il pensiero critico diventa una guerra contro la propria mente, una vigilanza ossessiva, un autocontrollo che dopo un po' stanca e si arrende. Non funziona così.

Il pensatore critico autentico, quello che lo è come *modo di essere* e non come performance, ha un rapporto diverso con l'errore. Non lo teme. Sa che ogni credenza che possiede è provvisoria, che ogni certezza è un'ipotesi non ancora falsificata. Non perché sia nichilista od incapace di convinzioni, ma perché ha sviluppato qualcosa di raro: la capacità di tenere contemporaneamente una credenza ferma e la disponibilità a lasciarla andare se le prove lo richiedono.

Questa è una forma di coraggio intellettuale che la nostra cultura fatica a riconoscere come tale.

Tollerare l'ambiguità come forma d'intelligenza

Uno degli indicatori più affidabili di un pensiero critico genuino è la tolleranza per l'ambiguità. Non la preferenza per le risposte incerte, ma la capacità di resistere alla pressione psicologica di chiudere prematuramente un problema aperto.

Il nostro cervello ama la chiusura. Sul piano evolutivo, era adattivo: prendere decisioni veloci in ambienti ostili era più utile che deliberare all'infinito. Ma in un mondo in cui molti dei problemi più importanti (etici, politici, scientifici, tecnologici), sono intrinsecamente complessi e sfumati, questa tendenza diventa un ostacolo.

Chi ha sviluppato il pensiero critico come postura esistenziale ha imparato a *sedersi nell'incertezza* senza che questo gli produca ansia insopportabile. Sa dire "non lo so ancora" con la stessa disinvoltura con cui altri dicono "è ovvio". Sa che il bisogno compulsivo di avere ragione è, in fondo, un bisogno di rassicurazione.

Pensiero critico ed identità: dove le cose si complicano

Qui arriviamo al punto più difficile, quello che le trattazioni accademiche tendono ad eludere perché è scomodo.

Pensare criticamente richiede di separare le proprie credenze dalla propria identità. Sembra banale, ma non lo è. Per molte persone, cambiare idea su qualcosa non è un aggiornamento cognitivo, ma una minaccia al sé. Se sono cresciuto credendo X, se X ha strutturato il mio modo di vedere il mondo e se la mia cerchia sociale condivide X, allora abbandonare X sotto la pressione dell'evidenza non si sente come intelligenza. Si sente come tradimento.

La psicologia dell'identità sociale spiega bene questo meccanismo. Le nostre credenze non sono solo rappresentazioni del mondo, ma anche segnali di appartenenza. Cambiarle significa potenzialmente perdere la tribù. Ed il cervello percepisce l'esclusione sociale con la stessa intensità del dolore fisico.

Ecco perché il pensiero critico richiede una certa forma di autonomia identitaria: la capacità di costruire il senso di sé su basi che non dipendano dall'adesione a un sistema di credenze specifico. Non è solitudine intellettuale e neppure arroganza. È il prerequisito perché la mente possa davvero muoversi dove l'evidenza la conduce, senza il freno costante della protezione dell'ego.

Curiosità radicale: la radice di tutto

Se dovessi indicare un singolo tratto che distingue chi ha fatto del pensiero critico un modo di essere, non direi la logica, ma la curiosità. Non quella generica, quella che fa guardare documentari e comprare libri, ma quella

radicale. Ovvero, la disposizione ad essere genuinamente interessati a scoprire che si sta sbagliando.

Questa forma di curiosità è rara perché è controcorrente. Viviamo in una cultura della conferma (algoritmi che ci mostrano ciò che già crediamo, amici che condividono i nostri valori). Mantenere viva la curiosità verso ciò che ci sfida richiede uno sforzo attivo, quasi una disciplina spirituale.

Ma chi la coltiva sviluppa qualcosa di prezioso: la capacità di trasformare ogni disaccordo in un'opportunità di apprendimento invece che in uno scontro identitario. Non perché sia più buono degli altri. Perché ha scoperto che *imparare qualcosa di nuovo è più soddisfacente di avere ragione*.

Un'ultima cosa

Il pensiero critico come modo di essere non produce certezze. Anzi, tutt'altro. Produce invece qualcosa di più utile: una fiducia nel processo. La consapevolezza che anche se non sai tutto, stai guardando le cose nel modo più onesto che riesci. Che le tue conclusioni, per quanto provvisorie, sono il risultato di un confronto genuino con la realtà e non di un comodo rispecchiamento delle tue aspettative.

In un'epoca in cui tutti sembrano avere opinioni fortissime su tutto, questa postura, umile nella forma e rigorosa nella sostanza, è la forma più alta di dissenso intellettuale.

Non è per tutti. Ma per chi la sceglie, cambia tutto.

Biografia

Psicologo e Criminologo.

Nato a Massafra (TA). Ricercatore in neuroscienze, ha sviluppato fin da giovane una profonda curiosità per i meccanismi della mente umana ed i percorsi, spesso tortuosi, che gli individui intraprendono per raggiungere il benessere mentale. Il suo background accademico è solido e completo. La sua esperienza clinica, iniziata oltre quindici anni fa, ha abbracciato una varietà di contesti.

È noto per uno stile terapeutico che unisce rigore scientifico ad una calorosa umanità. Non crede che la psicologia debba rimanere confinata agli studi privati o alle aule universitarie. Per questo motivo, unisce la pratica clinica ad un'intensa attività di divulgazione scientifica. Scrive per pubblicazioni di settore, è ospite frequente di podcast sul benessere e tiene seminari che affrontano in modo pragmatico i principali problemi del nostro tempo: dall'ansia paralizzante allo stress estenuante sul posto di lavoro, fino all'alfabetizzazione emotiva. La sua capacità di tradurre concetti complessi in un linguaggio universale, senza perdere precisione, è il suo marchio di fabbrica. Questa "psicologia demistificata" è il suo contributo ad una società più consapevole e resiliente, dove prendersi cura della propria mente è finalmente vista come una pratica normale, necessaria ed alla portata di tutti.

Bibliografia

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). *The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation*. Psychological Bulletin, 117(3), 497–529.

Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.

Ennis, R. H. (1987). *A taxonomy of critical thinking dispositions and abilities*. In J. B. Baron & R. J. Sternberg (Eds.), *Teaching thinking skills: Theory and practice*. Freeman.

Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux.

Kruglanski, A. W., & Webster, D. M. (1996). *Motivated closing of the mind: "Seizing" and "freezing"*. Psychological Review, 103(2), 263–283.

Paul, R., & Elder, L. (2002). *Critical Thinking: Tools for Taking Charge of Your Professional and Personal Life*. Financial Times Prentice Hall.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). *An integrative theory of intergroup conflict*. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup Relations*. Brooks/Cole.

Parole chiave

Autonomia epistemica · Bias cognitivi · Cambiamento di credenza · Curiosità intellettuale · Disposizione critica · Errore cognitivo · Identità sociale · Metacognizione · Pensiero critico · Razionalità · Tolleranza per l'ambiguità · Vulnerabilità epistemica

Dichiarazione di interessi finanziari

Titolo dell'opera: **Il pensiero critico come struttura psicologica**

Sottotitolo: *Oltre la tecnica*

Autore: **Francesco Mappa**

L'autore dichiara di non aver ricevuto alcun finanziamento, contributo economico, sovvenzione, borsa di studio, compenso o beneficio di qualsiasi natura (da enti pubblici, istituzioni private, fondazioni, case editrici, aziende farmaceutiche, organizzazioni no-profit o qualsiasi altro soggetto terzo) in relazione alla elaborazione, alla stesura ed alla pubblicazione del presente lavoro teorico.

La ricerca è stata condotta in piena autonomia intellettuale e finanziaria. Non sussiste alcun conflitto di interessi, diretto o indiretto, che possa aver influenzato la formulazione delle ipotesi, la selezione delle fonti bibliografiche, l'interpretazione dei dati o le conclusioni esposte.

L'autore dichiara altresì che nessun rapporto professionale, istituzionale o personale ha condizionato, in alcuna misura, lo sviluppo della teoria presentata.

Luogo e data: Massafra (TA), Italia, lì 11 Marzo 2025

Firma: *Francesco Mappa*

La presente dichiarazione è redatta in conformità con gli standard internazionali di trasparenza nella ricerca scientifica ed accademica (ICMJE — International Committee of Medical Journal Editors; APA — American Psychological Association, Publication Manual, 7^a ed.).

Dr. Francesco Mappa

<https://orcid.org/0000-0001-9042-6758>