
Bernaudo, J.-L. (2021).

**Traité de psychologie
existentielle. Concepts,
méthodes et pratiques**

Paris: Dunod

pp. 360, € 35,00; E-book: € 27,99

La psicologia esistenziale è una disciplina scientifica le cui teorie e metodi mirano a comprendere l'esistenza umana e le scelte di vita, a cogliere il rapporto degli individui con tutto ciò che compone la vita e la condizione umana, con l'obiettivo di facilitare lo sviluppo delle persone. Nella cornice della psicologia esistenziale, il presente volume offre metodi e pratiche volte ad aiutare gli individui a realizzare una vita autentica e significativa. Questo testo approfondisce i concetti principali della psicologia esistenziale, a partire dal delinearne le sue origini filosofiche e proseguendo con la definizione dei suoi riferimenti teorici (crisi dell'esistenza, angoscia, spiritualità, senso della vita, struttura esistenziale delle organizzazioni, ecc.), dei suoi metodi (strumenti psicometrici e pratica del colloquio) e delle sue applicazioni. Il volume mostra il potenziale della psicologia esistenziale per la comprensione del nostro rapporto con il mondo, promuovendo l'adattamento e lo sviluppo degli individui e rendendo fruttuosi i rapporti di lavoro e lo sviluppo delle organizzazioni.

Relativamente alla sua articolazione, il volume comprende undici capitoli suddivisi in tre parti.

La prima parte del volume intitolata *I concetti della psicologia esistenziale*

include tre capitoli. Il primo capitolo definisce la psicologia esistenziale e presenta gli approcci teorici dai quali deriva a partire dalle sue origini filosofiche, sottolineando gli aspetti relativi alla condizione umana e al paradigma esistenziale. Il secondo capitolo riguarda la comprensione delle tensioni e delle emozioni legate all'esistenza, delineando le crisi esistenziali nel lavoro e nella vita, l'angoscia esistenziale, la sindrome di depersonalizzazione-derealizzazione, la concezione esistenziale della sofferenza. Il terzo capitolo si sofferma sui punti di riferimento per «L'essere» nel corso dell'esistenza, riferendosi alla spiritualità, all'essere sé stessi e al dare un senso all'esistenza, fino a proporre un modello esistenziale di Sé.

La seconda parte del volume dal titolo *I metodi della psicologia esistenziale* comprende altri tre capitoli relativi a metodi e strumenti nella cornice della psicologia esistenziale. Il quarto capitolo si centra sul colloquio esistenziale, presentando l'intervista socratica, la prospettiva fenomenologica e l'approccio ermeneutico. Nel capitolo successivo vengono presentati gli indicatori psicometrici esistenziali in termini di strumenti per rilevare il significato, l'autenticità, la spiritualità, i problemi esistenziali, la percezione del futuro, la libertà e la responsabilità, la saggezza, la solitudine e l'isolamento. Il sesto capitolo si focalizza sulla costruzione e la gestione di un dispositivo di intervento nella cornice della psicologia esistenziale, a

partire dalla sua concezione fino alle modalità di animazione dei gruppi durante l'intervento stesso.

La terza parte del volume intitolata *Le pratiche della psicologia esistenziale* è composta da cinque capitoli. Il settimo capitolo offre un'introduzione alle pratiche professionali nell'ambito della psicologia esistenziale, a partire dalla comprensione delle richieste istituzionali e individuali, passando attraverso il miglioramento delle pratiche e la definizione di modalità di prevenzione, fino a giungere a definire le specificità dell'approccio esistenziale. Nel capitolo successivo viene presentato il counseling esistenziale in ambito di orientamento, confrontando tale approccio con altri esistenti e delineandone i principi fondamentali con esempi applicativi. Il nono capitolo offre una riflessione sull'applicazione della psicologia esistenziale all'ambito organizzativo e del management, sottolineando come le organizzazioni siano luoghi essenzialmente esistenziali e proponendo il valore dello sviluppo della libertà e dell'autonomia dei lavoratori e la realizzazione di un «management per il significato». Nel capitolo successivo viene trattata la psicoterapia esistenziale, delineandone il quadro storico e presentandone le principali forme con esempi di tecniche e tematiche di intervento. L'undicesimo capitolo conclude il volume focalizzandosi sulle potenzialità dell'approccio esistenziale nelle pratiche integrative di counseling e psicoterapia e presentando gli approcci delle pratiche integrative e rela-

tivi esempi che testimoniano il valore dell'approccio esistenziale.

Offrendo riferimenti teorici, strumenti psicometrici e proposte di intervento nella cornice della psicologia esistenziale, il volume si configura come un prezioso contributo, indispensabile per tutti coloro che, interessati ai temi dell'esistenza e del significato nel lavoro e nella vita, vogliono approfondire le loro conoscenze tenendo in considerazione la complessità della teoria e le possibilità di intervento connesse a questo ambito della psicologia. Il volume è pertanto di grande ricchezza teorico-applicativa sia per studiosi, ricercatori, studenti in formazione sia per professionisti inseriti nei contesti di orientamento e di lavoro, data la profondità delle riflessioni teoriche, l'ampiezza degli strumenti psicometrici, delle suggestioni operative e degli esempi concretamente proposti.

*Annamaria Di Fabio*¹

¹ Università degli Studi di Firenze.