



Perdighe C., Gragnani A. (a cura di). *Psicoterapia Cognitiva. Comprendere e curare i disturbi mentali*. Milano: Raffaello Cortina, 2021

L'uscita di un nuovo manuale suscita un misto di curiosità e interesse: cosa spinge gli autori a proporre un testo così oneroso e complesso? Cosa potrà aggiungere agli innumerevoli testi editati negli ultimi anni? In questo caso, le risposte sono immediate. Come nella prefazione di Mancini, innanzi tutto, al pari di altre opere del cognitivismo italiano, questo testo nasce come evoluzione di una storia di un gruppo, quello nato dal 1977 a Roma in Via degli Scipioni e ora radicato, dagli anni Novanta, in Via Castro Pretorio, che pur cambiando i componenti ha mantenuto l'interesse per la teoria clinica, la ricerca e la didattica nelle scuole di specializzazione del network manciniano, dove molti degli autori e coautori del volume operano, studiano, fanno formazione. Ma soprattutto, segue alcuni principi ispiratori del gruppo: fare riferimento a interventi basati sulle evidenze scientifiche, interventi basati su una attenta formulazione del caso, uniformati ai principi assimilati dalla *experimental psychopathology*. Il terapeuta, per essere capace di curare i pazienti, deve formulare delle ipotesi sul funzionamento mentale degli stessi, sui meccanismi psicologici che costruiscono il malessere e tendono a mantenerlo, al di là delle invalidazioni relazionali o ambientali. La tradizione cognitivista, assume che un disturbo mentale si costituisca a partire dal modo con cui ogni paziente organizza le proprie credenze e come articola gli scopi sia contingenti che esistenziali. L'analisi dei processi cognitivi disfunzionali, ad esempio le "profezie che si autoavverano", fa sì che certe ideazioni mantengano una specifica credenza e impediscano il cambiamento e il raggiungimento di scopi adattivi o soddisfacenti.

La prima parte del libro è costituita dalla descrizione di questi concetti base ma anche dall'interesse sulle emozioni e loro rapporto con le cognizioni, dalla analisi dei

Quaderni di Psicoterapia Cognitiva (ISSN 1127-6347, ISSN e 2281-6046), n. 49/2021
DOI: 10.3280/qpc49-2021oa13214

fattori di scompensamento e di vulnerabilità psicopatologica. In questa sezione i capitoli accompagnano il clinico, su come sia possibile operare una valutazione di ciascun caso a partire dall'indagine cognitiva, dal profilo interno del disturbo, dai meccanismi dello scompensamento, e dalla identificazione della vulnerabilità storica e attuale del paziente. L'insieme di elementi che tra loro si integrano costituiscono la "formulazione del caso" che i due curatori descrivono in un capitolo. Nei successivi, invece, si descrivono le modalità di valutazione attraverso i colloqui conoscitivi del paziente cui si associano le procedure psicodiagnostiche e di diagnosi del paziente secondo l'attuale nosografia (DSM-5). Centrale è l'idea che percorre tutti i capitoli del manuale che se noi non comprendiamo il funzionamento mentale che costituisce e mantiene la sofferenza psicologica di un determinato individuo, non sarà certo solo la diagnosi a orientare l'applicazione delle procedure di trattamento basate sulle tecniche del cognitivismo. La personalizzazione dei trattamenti, seppure basati su manuali e procedure validati, non prescinde dalla conoscenza diretta del caso, anzi, parte da questa per potere formulare le scelte delle strategie terapeutiche e delle tecniche più adeguate ai problemi presentati da ciascun paziente. Il manuale, quindi, esce dalla cultura della "universalizzazione" delle pratiche terapeutiche, seppure basate sulle evidenze, ma proprio grazie alla "formulazione del caso" entra nell'applicazione di una psicoterapia "di precisione" sui meccanismi psicopatologici che caratterizzano i singoli pazienti, pur appartenenti a categorie diagnostiche definite (ad es. DSM-5). La parte successiva del libro, trattando delle procedure atte a produrre un cambiamento nel paziente, inizia con le regole del contratto terapeutico, gli obiettivi concordati con il paziente e le strategie messe in atto dal terapeuta per produrre l'attuazione dei obiettivi concordati ma anche il cambiamento dei meccanismi del paziente che ne costituiscono involontariamente le basi della sua sofferenza emotiva o dell'incapacità di produrre veri cambiamenti dell'assetto cognitivo e comportamentale da lui assunti nel corso di vita. Qui troviamo vari capitoli che portano il terapeuta a esplorare e apprendere tecniche capaci di attivare il cambiamento che derivano dalla terapia cognitiva tradizionale, ad es. la ristrutturazione cognitiva, oppure cognitivo comportamentale come ad es. esposizione con prevenzione della risposta. Altresì vengono espone, sull'onda delle terapie cognitive di "terza generazione" tecniche mutuare dalla *ACT*, *Imagery Rescripting*, dalla psicologia positiva che promuove il benessere individuale. Completa questa sezione un capitolo un po' sacrificato per l'argomento che tratta, ovvero la relazione terapeutica (meriterebbe del resto un libro a parte) che però viene saggiamente ristretto sul contributo della *Control Mastery Theory* alla comprensione degli ostacoli relazionali che spesso troviamo con pazienti che, seppure collaboranti, debbono superare credenze disfunzionali che, se non riconosciute dal terapeuta, impediscono l'instaurarsi di una alleanza terapeutica sugli obiettivi del trattamento e quindi sono di impedimento al cambiamento terapeutico.

Infine, una parte del manuale è dedicata all'applicazione dei principi generali ai singoli disturbi mentali. Disturbi di ansia, panico, ansia sociale, ossessivo compulsivo, depressivi, ma anche tricotillomania, addiction, disturbi del comportamento di alimentazione, fino ai disturbi bipolari, psicosi, e infine gli scopi nei disturbi di per-

sonalità. In questa parte, il mantenimento della nosografia è tradizionale per un manuale sul trattamento ma non tradisce l'impianto iniziale basato sulla formulazione del caso e sugli obiettivi di trattamento ispirati dalla comprensione della sofferenza individuale del singolo paziente. Posso concludere che il manuale è uno strumento utile per chi in formazione vuole leggere e sistematizzare le nozioni che vengono insegnate nei training e sperimentate nelle supervisioni di gruppo o/e individuali. Questo libro dà un giusto riconoscimento a Francesco Mancini e i colleghi per i loro lavori, importanti nel panorama attuale del cognitivismo italiano e da confrontare anche con ciò che ci proviene da altri paesi, in particolare i modelli *CBT* e/o *Processes Based CBT*, cui, troppo spesso, molti terapeuti italiani guardano con interesse e poco, permettetemi, spirito critico.

Michele Procacci*

Bibliografia

- Beck A.T. (1976). *Principi di terapia cognitiva*. Roma: Astrolabio Ubaldini, 1984.
Hayes S. & Hofmann S.G. (a cura di) (2020). *Process based CBT*. Roma: Fioriti.
Mancini F. & Perdighe C. (2009). La formulazione del caso: schema di presentazione dei casi clinici per la supervisione. *Psicoterapeuti in formazione*, numero speciale, www.psico-terapeutiinformazione.it.
Semerari A. (2006). *Storie e tecniche della psicoterapia cognitiva*. Roma-Bari: Laterza.

Cutolo G., De Pascale A. (a cura di). Vittorio Guidano. La struttura narrativa dell'esperienza umana: un'ipotesi esplicativa della psicosi, vol. 1: L'evoluzione dal cervello al Self. Milano: FrancoAngeli, 2019

Il volume *La struttura narrativa dell'esperienza umana: un'ipotesi esplicativa della psicosi* è il libro che Vittorio Guidano aveva in mente di scrivere nell'ultimo periodo della sua vita. Come confidò più volte ad amici, lo scritto era già tutto nella sua testa suddiviso paragrafo per paragrafo, note comprese. In una cena a Como, dopo un training Vittorio confidò che era molto soddisfatto perché “aveva messo a posto anche l'ultima nota”, salvo piccoli ritocchi al ritorno in Sardegna dopo l'attività didattica in Sud America. Partendo dagli appunti personali del maestro i curatori, Giovanni Cutolo e Adele De Pascale, sviluppano con grande passione questo materiale per dar voce a ciò che Guidano aveva concettualizzato ma che era rimasto incompiuto. Il risultato del loro lavoro è una trilogia il cui tema centrale è rappresentato dal fluire dell'esperienza umana e dall'evoluzione della costruzione del pensiero.

* Psichiatra, psicoterapeuta cognitivo comportamentale, didatta SITCC, SPC, APC, SICC – Roma; e-mail: procacci@terzocentro.it.

Recensioni

Nel primo volume, *L'evoluzione dal cervello al Self*, si tracciano i riferimenti teorici dell'approccio sistemico processuale post-razionalista. Nel secondo volume, *La processualità del Sé e le dimensioni del significato*, viene descritto l'emergere del Self nella costruzione dell'identità personale all'interno della narrativa familiare e sociale. Il terzo volume, *Psicopatologia e psicoterapia: scienza e riorganizzazione del significato*, illustra un nuovo modello esplicativo della psicopatologia intesa come scienza del significato, con particolare riferimento alla psicosi e a emozioni particolarmente complesse quali le emozioni tipicamente umane, ad esempio l'amore.

È ormai noto che Guidano anticipasse i tempi e prevedesse gli sviluppi della clinica e della relativa scienza. Le teorizzazioni dell'epoca sulla psicosi, schizofrenia in particolare, erano abbastanza conosciute sia a livello strettamente clinico che sociale o neuroscientifico. Di fatto, Guidano stava invece per aprire a un livello di descrizione e comprensione profondamente innovativo anche per i conseguenti riflessi sia sotto il profilo teorico sia nei risvolti del trattamento psicoterapeutico. Nello spirito dell'opera, i curatori riportano come l'originale intenzione di Guidano fosse quella di creare un modello capace di render conto della complessità dell'esperienza umana, dalla "normalità" alla patologia grave. Questo di fatto avrebbe permesso in modo compiuto di affrontare il tema della psicosi da un nuovo punto di vista a partire dal significato personale. Diveniva così possibile individuare percorsi e tracce di co-costruzione condivisa di senso nella dimensione intersoggettiva.

Vengono trattati gli aspetti epistemologici ed evolutivi dell'esperienza umana, cioè la storia della concezione della coscienza umana e, nell'ottica epistemologica, il cambiamento del rapporto osservatore-osservato fino alle tematiche di evoluzione e auto-organizzazione; segue la presentazione della nascita del mentalismo dai primati agli umani. Lo sviluppo del linguaggio viene affrontato in senso filogenetico e storico, focalizzandosi sulla sequenzializzazione che ha cambiato l'esperienza umana. Viene inoltre presentato un capitolo su oralità e scritturalità: lo sviluppo del linguaggio in senso ontogenetico; l'emergere della costruzione delle rappresentazioni e il sistema dell'immaginazione; l'intersoggettività.

Le considerazioni conclusive a questo volume sembrano anche essere quasi un'introduzione al volume secondo, esprimendo valutazioni su che cosa rimane oggi degli studi sulla Teoria della Mente, le problematiche della coevoluzione del linguaggio e cervello, e le considerazioni sull'eredità di Guidano a oltre vent'anni dalla sua scomparsa.

L'ultima parte del libro è dedicata ai "box", cioè molteplici pagine di riflessioni mirate attorno ad alcuni concetti fondamentali su temi specifici. Decisamente apprezzabile in tutta l'opera – e nei box in particolare – è il tentativo, riuscito, dei curatori di mantenersi nel ruolo di osservatori partecipi e qualificati ma, nel contempo, rispettosi delle reciproche posizioni.

Il tutto configura un contributo interessante sia sotto il profilo storico che su quello concettuale e pedagogico. In ambito scientifico accade che le innovazioni si susseguano; si scoprono, alcune volte, delle novità che cambiano la visione del mondo

e della vita. Altre volte capita però che procedure individuate anche solo alcuni anni prima non vengano convenientemente considerate, come vi fosse uno iato fra la conoscenza approfondita e di spessore rispetto a novità ritenute eclatanti che possono evaporare nell'arco di qualche tempo, offuscando la prospettiva storica.

Da un punto di vista più generale sembra che il volume intenda favorire e attivare a tutto campo l'incontro fra teoria e pratica partendo dalla concretezza dell'operare clinico, propedeutico agli approfondimenti teorici proiettati nel futuro.

È come se il libro delineasse un programma di ricerca affascinante, una specie di libro aperto, un libro non ancora scritto, ispirato da Guidano. Partendo dalla clinica, dalla centralità della dimensione clinica – parafrasando il titolo del libro *La struttura narrativa dell'esperienza umana* – la proposta post-razionalista si caratterizza come l'elemento di sintesi fra l'aspetto scientifico e l'apertura alla visione storico-umanistica, proiettando nel futuro le ipotesi di sviluppo nella cornice epistemologica costruttivista. Per tali caratteristiche, il volume si può configurare anche come un progetto di ricerca e divenire il territorio dove sia possibile stimolare riflessioni, discussioni e prospettive, favorendo quelle auspicabili aperture che a tutt'oggi non paiono del tutto evidenti.

Un volume di questo tipo ha tutte le caratteristiche per essere considerato un significativo testo di riferimento nell'area clinica, non solo in ambito post-razionalista o cognitivista. Esso può essere letto e stare per consultazione nella libreria del professionista esperto del funzionamento umano, compreso colui che è desideroso di andare oltre la tecnica. È un libro che fa rintracciare al lettore le tracce storiche dell'evoluzione e delle molteplici problematiche via via affrontate nell'area delle relazioni interpersonali. Secondo noi anche fondamentale per i giovani che si affacciano non solo alle professioni sanitarie ma in tutte quelle ove si voglia cercare di andare oltre la mera acquisizione di strumenti (ad esempio le tecniche) atti a risolvere limitate problematiche specifiche ma che intendano effettuare il loro intervento in una cornice metodologico-epistemologica di più ampio respiro, spesso necessaria quando si ha a che fare con la complessità della globalità delle nostre relazioni interpersonali.

Tenuto conto che questo volume è il primo di tre, il nostro augurio è che gli altri due mantengano la medesima profondità e ampiezza.

*Giorgio Rezzonico**, *Francesca Pellegrini***

* Psichiatra, psicoterapeuta; e-mail: giorgio@rezzonico.org.

** Psicologa, psicoterapeuta; e-mail: francescapellegrini1@hotmail.it.