

Presentazione

Nino Dazzi

IN TEMA DI PLURALISMO IN PSICOTERAPIA

La prospettiva integrativa nell'ambito della psicoterapia ha ormai una storia abbastanza lunga e articolata, tanto da essersi consolidata in un vero e proprio movimento (*Integrative Psychotherapy*). Ma, a parte i momenti istituzionali, l'atteggiamento e la tendenza verso l'integrazione è da tempo così diffuso da apparire quasi ubiquitario, basti pensare che persino in un settore in cui questa tendenza può essere considerata particolarmente aliena e sospetta di causare pericolose distorsioni eclettiche, come quello psicoanalitico, possiamo trovare proposte in questo senso come quella di Jeremy Holmes (2010), in un suo contributo dal titolo "Integration in psychoanalytic psychotherapy – an attachment meta-perspective". Holmes aveva peraltro già precedentemente affrontato il problema in un volume scritto con Bateman nel 2001. Interessante la sua definizione di integrazione in psicoterapia, a più livelli:

- *Integrazione a livello teorico*, nonostante concettualizzazioni e terminologia diversa, in vari indirizzi.
- *Integrazione a livello di pratica clinica* (ad esempio, combinando tecniche quali quella dei compiti a casa, non di origine psicodinamica, e le interpretazioni di transfert).
- *Integrazione "amministrativa"*, nel senso di un'offerta integrata da parte di una stessa agenzia di cura, clinica ecc., di una varietà di approcci psicoterapici.

Ma di integrazione è possibile parlare anche nell'ambito strettamente psicoanalitico, dove esistono "scuole" diverse come quella kleiniana, relazionale, di psicologia del Sé, lacaniana ecc., come anche in ambiti diversi, quali quelli cognitivo-comportamentali. Sul piano teorico-clinico è da ritenersi pienamente integrativa la psicoterapia breve di Anthony Ryle (CAT), esito di una ibridazione tra approcci cognitivi e approcci psicodinamici.

Le possibilità sono dunque molteplici, sia in astratto sia per quanto è andato realizzandosi concretamente in questi ultimi decenni. Difficile una sistematizzazione, mentre più invitante appare la prospettiva di una posizione *meta*, come ad esempio quella proposta da Holmes, che dichiara peraltro esplicitamente il suo punto di partenza in un'affermazione di Fonagy (2006): "La teoria psicoanalitica non implica di necessità il suo concretizzarsi in una pratica psicoanalitica" (affermazione che a mio avviso ricade nell'ambito del molto discusso problema del rapporto teoria-ricerca-pratica nella psicoterapia contemporanea).

Nonostante la problematica concernente l'approccio integrato (o integrativo) sia molto complessa e abbia subito nei suoi sviluppi importanti evoluzioni, tutt'ora in corso, non c'è a mio parere alcun dubbio che siano da considerarsi "integrate" quelle psicoterapie che adottano un punto di vista pluralistico.

A questo proposito, il testo da cui partire è una breve esposizione dell'approccio pluralistico in Mick, Cooper & John McLeod (2011) "Pluralistic counselling and psychotherapy". Lo sbocco più recente è invece il manuale dallo stesso titolo del 2016.

Le novità sono più d'una rispetto alle impostazioni più tradizionali. Il pluralismo non riguarda più solo orientamenti teorici e prassi cliniche, ma tiene conto anche della varietà delle richieste di aiuto da parte dei soggetti in difficoltà. Una conseguenza importante è quella che è necessaria un'interazione stretta tra pazienti e terapeuti nel condividere le decisioni utili al trattamento.

È scontato che questi clinici ritengano impossibile adottare un unico approccio, giusto, corretto ed efficace per tutti i pazienti, indipendentemente dalla loro variabilità e dall'importanza della dimensione temporale, non solo e non tanto come sviluppo esistenziale, ma anche come atteggiamenti mentali più o meno articolati rispetto all'intervento psicoterapico.

Gli assunti "teorici" che gli autori propongono non sono particolarmente sofisticati, ma a mio parere un modo molto utile per "leggerli" è legato a una serie di evidenze che la ricerca scientifica sulla psicoterapia è andata evidenziando (ad esempio, la tematica dei fattori aspecifici, la spinta alla taylorizzazione della psicoterapia, le preferenze dei pazienti ecc.).

Intendo dire che il clima anti-ideologico e in parte anti-dogmatico che si è recentemente diffuso, sia in ambiti psicoterapici specifici (scuole di psicoterapia) sia nell'ambito della ricerca in generale, ha favorito l'emergere di un approccio che è fortemente imbevuto di quel pragmatismo anglosassone che non è particolarmente caratteristico della cultura umanistica europea.

L'approccio pluralistico viene declinato nel confronto con i vari approcci esistenti (umanistico, cognitivo-comportamentale, psicodinamico!, per finire con quello integrativo ed eclettico). Naturalmente vengono prese in considerazione tematiche cliniche importanti, come depressione, ansia, problemi di dipendenza

da sostanze, disturbi dell'alimentazione.

Alcuni punti, anche se non del tutto originali, colpiscono per l'insistenza con cui vengono sottolineati:

- Massima attenzione ai punti di forza e alle risorse dei pazienti.
- Importanza dei feedback al paziente sull'andamento e i progressi della psicoterapia.

Ma soprattutto ascoltare i pazienti e provare a dare loro quello che chiedono!

In sostanza, un approccio con aspetti anche "paradossali", contrario alle generalizzazioni, alla sistematica, tanto da configurarsi direi principalmente come una specie di atteggiamento mentale, che si traduce con la sua paradossalità in una visione del mondo, estremamente concreta, estremamente pragmatica, a costo di rischiare a tratti l'incoerenza o la conflittualità, improntata a uno scetticismo costruttivo che non si adagia mai in formule preconfezionate.

I rilievi critici e le difficoltà che si potrebbero avanzare sono molteplici, a parte il solito rischio di confusione e di eclettismo, di cui gli autori sono chiaramente consapevoli. Ma non è questa la sede adatta per una valutazione critica. Rimanendo per ora ancora valido, a quanto sembra, il verdetto di Dodo, non c'è motivo di non favorire lo sviluppo anche di questo approccio terapeutico, riservandosi per il futuro di valutarne l'efficacia.

È questo, e lo posso dire con cognizione di causa per la mia lunga consuetudine con questa scuola, che è diventato nell'ultimo decennio l'approccio dell'ASPIC.

L'ASPIC, come associazione con una varietà di compiti e attività, in particolare la psicoterapia e il counseling, ha svolto per oltre trent'anni, grazie all'impegno tenace dei suoi membri, e specificamente grazie allo straordinario, creativo, anti-dogmatico lavoro e guida di Edoardo Giusti, un rilevantissimo aggiornamento e approfondimento degli sviluppi della psicoterapia contemporanea, e parallelamente della relativa ricerca. Il contributo sul piano editoriale è stato "prodigioso", sia per produzione autonoma, sia per iniziative di formazione innovative, sia infine per permettere la conoscenza di volumi fondamentali – citiamo soltanto gli autori principali, come Norcross, Lambert e Wampold – nel settore, altrimenti destinati a essere soltanto, al di fuori della stretta cerchia degli specialisti, citati ma difficilmente utilizzati e approfonditi.

Probabilmente si può indicare, senza pretese di precisione storica, l'inizio di questa che ho chiamato attività di aggiornamento e ricerca nella voce "psicoterapia" inclusa in un'opera enciclopedica (L'universo del corpo, Enciclopedia italiana Treccani, volume 5) di tutto rispetto e dunque altamente significativa per la cultura italiana, dello stesso Giusti (più di vent'anni fa, 2000). Autore ora, con collaboratori, della nuova versione di un fortunato manuale "Psicoterapie plura-

Presentazione

listiche integrate” (Armando Editore, 2021), cui si ispira ormai sostanzialmente l’impostazione di fondo dell’ASPIC.

Decisamente apprezzabile anche le attività, proseguita per moltissimi anni, tese ad affiancare al lavoro formativo più tradizionale anche un efficace, a mio avviso, approccio di video-didattica con registrazione di casi clinici condotti dagli esponenti più noti di vari indirizzi terapeutici, a livello internazionale, che ha consentito a molti di prendere contatto, sia pure indirettamente, con le diverse impostazioni psicoterapeutiche nella loro concreta realizzazione.

Le brevi considerazioni che precedono costituiscono un’esemplificazione di come l’ASPIC abbia interpretato il suo compito formativo nel congiungere e integrare attività formativa in psicoterapia, sensibilizzazione alla ricerca, e stretta attenzione all’evoluzione e agli sviluppi del settore nel tempo.

Roma, 27 novembre 2021

Nino Dazzi

Professore Emerito di Psicologia Dinamica
Past President Society for Psychotherapy Research

Bibliografia

- ARKOWITZ, H. (1992), *Integrative theories of therapy*. In D. K. Freedheim, History of psychotherapy: A century of change, American Psychological Association, Washington DC,
- COOPER M., DRYDEN W. (2015), *The Handbook of Pluralistic Counselling and Psychotherapy*, SAGE Publications Ltd, London.
- GIUSTI E., MONTANARI C., IANNAZZO A. (2021) *Manuale Psicoterapie Pluralistiche Integrate*, Armando, Roma.
- HOLMES J., (2010) *Integration in psychoanalytic psychotherapy – an attachment meta-perspective in Psychoanalytic Psychotherapy*, pp. 183 - 201.
- HOLMES J., BATEMAN A. (2002) *Integration in psychotherapy: Models and methods*. Oxford University Press, Oxford.
- MCLEOD J. (2017) *Pluralistic Therapy Distinctive Features*, Routledge, London.
- MILTON J. (2001) *Psychoanalysis and cognitive behaviour therapy-Rival paradigms or common ground?* The International Journal of Psychoanalysis, 82 (3), 431- 447.
- NORCROSS J.C., COOPER M. (2021) *Personalizing Psychotherapy: Assessing and Accommodating Patient Preferences*, APA, Washington.
- WACHTEL P.L. (1977) *Psychoanalysis and Behavior Therapy: Toward an Integration*, Basic Books, New York.