



## BOOK REVIEW

### **Psicoterapia Psicodinamica Adleriana (APP): un trattamento possibile nei dipartimenti di salute mentale. Andrea Ferrero**

Mariangela Coviello<sup>1</sup>

ISSN: 2283-8961

"Psicoterapia psicodinamica Adleriana (APP): un trattamento possibile nei dipartimenti di salute mentale" è un libro di Andrea Ferrero, pubblicato nel 2009 dalla casa editrice *Centro studi e ricerche in psichiatria*.

Per capire la posizione in cui si colloca il lavoro del professor Ferrero nel panorama delle pubblicazioni attuali, si può partire considerando la tensione epistemologica che si sviluppa tra gli approcci psicoterapici della prima metà del novecento e quelli psicodinamici più recenti. Questi ultimi, caratteristici delle scuole "*di terza generazione*", nonostante siano portatori di un approccio più conforme alle norme dell'*evidence-based psychotherapy*, lasciano spesso l'impressione di un tecnicismo inadatto a cogliere la profondità dei fatti psichici con cui ci troviamo ad operare. Inoltre la recente territorializzazione dei servizi e il conseguente allargamento dell'utenza ai disturbi di personalità e al disagio psicologico, ha fatto emergere la necessità di definire una prassi di cura accettabile e facilmente fruibile.

---

<sup>1</sup> Medico Psichiatra e Psicoterapeuta, Istituto Italiano di Igiene Mentale Transculturale

Forse nel nostro paese più che altrove, la polarità tra le numerose scuole di psicoterapia ha generato contrapposizioni aspre tra gruppi di clinici con diverse tradizioni di pensiero. In questo panorama ci troviamo spesso a confrontarci con prese di posizione aprioristiche per l'uno e per l'altro fronte o con variopinte proposte di sintesi tra il nuovo e la tradizione. In questo quadro, "Psicoterapia Psicodinamica Adleriana (APP): un trattamento possibile nei dipartimenti di salute mentale" rappresenta un tentativo originale, approfondito e intellettualmente onesto di trovare dei punti d'orientamento efficaci in psicoterapia.

Questo proponimento racchiude delle difficoltà costitutive, determinate dalla speciale soggettività di ogni trattamento psicoterapico, che potrebbero essere idealmente risolte dal verdetto dell'uccello Dodo, in Alice nel paese delle meraviglie. Si tratta dell'episodio narrato nell'opera di Carroll in cui il Dodo indice una gara tra i vari personaggi, senza specificare i parametri che avrebbero decretato il vincitore, alla fine della gara, per accontentare i partecipanti desiderosi di sapere chi avesse vinto, l'uccello risponde: «*Tutti hanno vinto e tutti devono essere premiati*».

Saul Rosenzweig (1936) prende spunto dal capolavoro di Carroll per coniare un modo di dire che sarà alla base di un grande dibattito in ambito psicologico, attivo ancora oggi. Rosenzweig afferma che i fattori aspecifici sono i maggiori responsabili del cambiamento in psicoterapia, pertanto non c'è nessuna differenza nell'applicazione di una o dell'altra tecnica specifica, dato che ognuna può portare a risultati apprezzabili. Questa posizione viene ripresa nel 1975, quando Luborsky e colleghi conducono il primo studio comparativo su diversi tipi di psicoterapie, riscontrando poche differenze significative tra di esse. Questo lavoro ha dato origine alla conduzione di numerosi studi pro o contro il verdetto del Dodo, che si susseguono tuttora nella letteratura internazionale. All'interno di quest'articolato dibattito, si colloca la proposta terapeutica dell'autore, generata dal notevole sforzo di condensare in un modello armonicamente complesso, le specificità soggettive e gli elementi oggettivi di ogni psicoterapia. Alla luce di questo presupposto teorico, l'autore illustra in modo programmatico gli elementi di tecnica e gli indicatori di processo della Psicoterapia Psicodinamica Adleriana (APP), personalizzandoli in funzione di patologie e setting differenti.

Nei primi capitoli vengono differenziati gli aspetti aspecifici del processo terapeutico rispetto a quelli specifici, comuni con altre forme di psicoterapia o caratteristici della Psicoterapia Psicodinamica Adleriana. Nel processo psicoterapeutico tra i fattori aspecifici di esito si trovano fattori individuali quali: la possibilità di autoguarigione che può attivarsi consciamente o inconsciamente; le variabili di contesto con un significato relazionale, condizionate dalla cultura di appartenenza e dai vincoli sociali; i fattori di processo legati sia a caratteristiche del paziente, come la motivazione e le capacità di elaborazione psicologica che a caratteristiche del terapeuta, come l'impegno, la dedizione o la capacità relazionale, improntata al Sentimento Sociale.

Un punto da sottolineare è che se da una parte il Sentimento Sociale del terapeuta viene riconosciuto come uno dei fattori aspecifici, dall'altra, il fatto che nella psicologia individuale adleriana questo sia stato valorizzato come uno dei cardini della salute mentale, permette all'Autore di declinarne l'uso clinico nel modo più preciso possibile.

Tra i fattori comuni alle diverse tecniche di psicoterapia l'autore annovera invece: l'alleanza terapeutica, delineata dalle "conoscenze relazionali implicite"; la comprensione empatica permeata del "pensiero produttivo" del terapeuta e il setting, cornice spazio-temporale della diade relazionale.

Per quanto riguarda la Psicoterapia Psicodinamica Adleriana (APP), dopo alcune premesse storiche e metodologiche, l'Autore espone la teoria adleriana dello schema appercettivo, definito come *"l'opinione dell'individuo, in parte conscia ma per la maggior parte inconscia, circa se stessi e il mondo, costituita dall'insieme delle immagini simboliche e ricorrenti degli schemi cognitivi caratteristici che l'individuo utilizza nella vita e nelle relazioni interpersonali"*. Il terapeuta dotato di una vivace comprensione empatica, riesce a disvelare e decifrare lo schema appercettivo dell'altro mediante la sopportazione di stati di tensione e vissuti emotivi dolorosi che facilitano, durante la psicoterapia, il racconto di aspetti simbolici inconsci e la simbolizzazione linguistica di esperienze sub-simboliche dissociate, di solito agite durante le sedute.

Lo schema appercettivo viene poi collegato alle dinamiche di transfert, sia nelle situazioni di normalità che di patologia, attraverso una sistematica presentazione dei vari livelli di funzionamento delle personalità psicotica, borderline e nevrotica.

Gli altri capitoli si occupano di chiarire quali sono gli obiettivi, le tecniche e le strategie adottate dal terapeuta in funzione delle diverse patologie. In particolare ampio spazio è dedicato alla trattazione degli strumenti tecnici, esplorativi (interpretazione, confrontazione e chiarificazione) e validanti (convalidazione empatica, consigli/ elogi e conferma/prescrizione) in accordo con la sistematizzazione proposta dal Menninger Clinic Treatment Intervention Project.

Nei capitoli successivi l'Autore delinea le differenti strategie terapeutiche; vengono quindi illustrate le caratteristiche e le funzioni delle terapie supportive ed intensive, all'interno delle quali bisogna distinguere le strategie conservative da quelle mutative che si occupano, rispettivamente, di mantenere le difese più sane ed evolute, le prime, e di provocare un cambiamento dei meccanismi collegati alla patologia, le seconde.

L'ultima riflessione proposta dall'Autore verte sui vari elementi costitutivi del setting, introducendo alcune note circa la Brief Adlerian Psychodynamic Psychotherapy (B-APP) e la Sequential Brief Adlerian Psychodynamic Psychotherapy (SB-APP), come psicoterapie time-limited.

Partendo dal presupposto che vi è un'enorme varietà di metodi psicoterapici e di modalità con cui il paziente e il terapeuta si mettono in rapporto a seconda delle situazioni, l'Autore definisce in questo volume le nozioni basilari comuni alle diverse psicoterapie e delinea in modo semplice un esteso schema psicoterapeutico di matrice adleriana. Ogni fase del processo terapeutico viene esaminata in tutte le sue sfaccettature con la ricerca costante della consapevolezza dell'uso degli strumenti a disposizione.

Nel leggere il libro si scorge l'intento di proporre un metodo solido e al tempo stesso flessibile, che possa fornire una valida traccia alla pratica psicoterapeutica piuttosto che divenirne una sterile costrizione. A nostro avviso questa operazione è resa possibile grazie alla natura stessa degli assunti teorici del pensiero adleriano, e soprattutto grazie alla consapevolezza dell'Autore che tali assunti vadano calati all'interno del singolo lavoro terapeutico, in quanto *“stabilito un quadro di riferimento, la creatività di ogni singola relazione rimane una sorgente irripetibile di promozione umana, libertà e autenticità”*.

Questo modello psicoterapico mutuato da Adler la capacità di tenere nella giusta considerazione sia le dimensioni interiori e inconscie della vita psichica che quelle concrete e reali della vita di tutti i giorni come le relazioni con il nucleo familiare e la comunità di riferimento del soggetto. L'impronta adleriana permette all'Autore di pensare alla cultura come ad una determinante autonoma delle dinamiche relazionali e di contesto e considerarla nelle sue molteplici implicazioni.

Il libro di Andrea Ferrero si legge facilmente e la complessità del tema viene espressa mediante un linguaggio scorrevole che non depauperi i concetti della loro pregnanza; ne risulta un volume per la formazione di quanti si accingono alla professione di psicoterapeuta e anche per tutti coloro che, pur avendo esperienza, desiderano rivedere in un'ottica approfondita e innovativa tutte le tappe del processo psicoterapico.

**BIBLIOGRAFIA**

Adler, A. (1970). *Prassi e teoria della Psicologia Individuale*. Roma, Newton Compton. (Originariamente pubblicato nel 1920).

Adler, A. (1994). *Cosa la vita dovrebbe significare per voi*. Roma, Newton. (Originariamente pubblicato nel 1931).

Ellenberger, H. (1976). *La Scoperta dell'Inconscio*. Torino, Bollati Boringhieri.

Carroll L., (2007). *Le avventure di Alice nel Paese delle Meraviglie*, Mondadori. (Originariamente pubblicato nel 1886).

Luborsky, L., Singer, B., & Luborsky, L. (1975). Is it true that 'everyone has won and all must have prizes?'. *Archives of General Psychiatry*, 32, 995–1008.

Rosenzweig, S. (1936). Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(3), 412–415.

Tseng, W. S., Jilek, W., Bartocci, G., & Bhui, K. (2013). La storia recente della psichiatria culturale. *Rivista di psichiatria e psicoterapia culturale*, 1(1), 40-70.