

---

*DI NUOVO S., LO VERSO G. (a cura di)*  
**COME FUNZIONANO LE PSICOTERAPIE**  
*FRANCOANGELI – MILANO – 2005 – PAGG. 304 – € 25,00*

---

Santo Di Nuovo e Girolamo Lo Verso, con l'aiuto di numerosi colleghi, si occupano di un argomento che negli ultimi anni ha assunto una sempre maggior importanza: valutare l'efficacia di una psicoterapia tra ricerca e clinica.

I due curatori del volume coordinano da diversi anni il progetto di ricerca sulla valutazione delle terapie (ValTer), cui partecipano psicoterapeuti e ricercatori di diverso indirizzo teorico e metodologico, operanti sia in strutture pubbliche che nel privato, e che qui hanno contribuito alla stesura dei diversi capitoli.

Ne deriva che il confronto intersoggettivo promosso dalla ricerca ha aiutato la psicologia ad essere vista non come pratica romanticamente legata alla sensibilità e all'istinto del terapeuta, ma come risultato di metodologie scientifiche.

Infatti, se è vero che la pratica psicoterapeutica contiene elementi soggettivi artistici oltre che teorici, etici, metodologici, deve potersi riferire a criteri di qualità, ed esporsi ad una valutazione oggettiva per il corretto raggiungimento degli obiettivi, consapevole dell'importanza della responsabilità della cura.

Si sa molto dell'efficacia delle psicoterapie, ma poco di come essa si realizza. Gli autori fanno riferimento ai risultati di alcuni studi che trattano del funzionamento delle terapie psicologiche nei diversi modelli teorici: cognitivo-comportamentale, psicodinamico individuale, gruppoanalitico e di coppia.

Lo sforzo di questa ricerca è dunque quello di uscire dall'autoreferenzialità che ha caratterizzato in passato la psicoterapia (soprattutto la psicoterapia degli anni '70 e le terapie umanistiche) per arrivare a restituire alla psicologia la dignità di scienza specifica. Scienza che, sebbene priva di riscontri oggettivabili, è in grado di configurarsi come metodo di cura, e per questo capace di dimostrare "come funziona" attraverso la definizione e la chiara esplicitazione delle proprie metodologie.

Nel libro si è voluto individuare ed esplorare le variabili che intervengono nel processo di cura, facendone emergere gli effetti principali, i cambiamenti verificatisi nello stato psicologico del paziente, i fattori moderatori o predittori degli effetti che ne favoriscono od ostacolano il cambiamento, il tipo di terapia, le condizioni del setting, le caratteristiche del terapeuta e del paziente, la qualità della relazione, e infine l'attività svolta nel corso della terapia.

Lo studio è stato effettuato all'interno del progetto ValTer con l'obiettivo di indagare a tutto campo modelli terapeutici diversi e individuare le modalità d'intervento che ne determinano il grado di positività.

Vengono presi in esame i trattamenti terapeutici individuali, sia seguendo il modello cognitivo-comportamentale (CBT) che quello di terapia psicodinamica. Per entrambi vengono esposti nel dettaglio i percorsi di vari soggetti, dall'anamnesi alla somministrazione dei test, per concludere con i risultati relativamente all'efficacia.

Nel corso della ricerca molta attenzione viene posta anche al lavoro terapeutico di gruppo e a quello delle problematiche di coppia.

Per quanto riguarda il primo, il lavoro analitico effettuato ha riguardato un gruppo monosintomatico di pazienti di sesso femminile con patologia DCA (Disturbi del Comportamento Alimentare) al cui percorso terapeutico individuale si è affiancata una declinazione dei processi gruppali, con una loro analisi, comprensione ed evoluzione nel tempo.

Relativamente all'indagine sulla terapia di coppia, che di solito si attua con caratteristiche specifiche, non valutabili nella prospettiva di una somatoria di due terapie individuali, né in quella di una declinazione dell'intervento familiare o gruppale, lo studio ha valutato la coppia come "personalità congiunta ed integrata", ovvero come incontro di differenze ed incontro di storie generazionali.

Negli ultimi capitoli del testo, avvalendosi della prospettiva esplorativa proposta da Robert Elliott, gli autori utilizzano, metodologicamente, l'intervista retrospettiva che viene effettuata al termine dell'intervento psicoterapico, per consentire una misurazione dei risultati e della loro efficacia.

A distanza di sette anni dal volume *Valutare le psicoterapie* lo stesso gruppo di ricerca continua, con questo libro, il prezioso lavoro di esplorazione e sostegno dei processi di qualificazione della psicoterapia, con l'intento di definirla come pratica scientifica responsabile ed efficace nel trattamento dei disturbi psichici.

*Angela Bernocchi*