

A. Pacciolla e G. Crea (a cura di)

Il senso della vita tra logoterapia e cognitivismo esistenziale. Un approccio umanistico-esistenziale alla psicologia clinica

Milano, FrancoAngeli, 2021, pp. 199

Benessere, qualità della vita, desiderio di spiritualità sono temi molto sentiti nell'attuale contesto socio-culturale e sono oggetto di varie discipline a livello sia teorico che applicativo; tali temi si collegano ai bisogni esistenziali e alla domanda di senso presenti in ogni persona, nonostante questi possano spesso restare inascoltati nei frenetici ritmi della vita quotidiana. Anche in ambito psicologico-clinico nell'ultimo decennio c'è stata una crescente attenzione all'approccio umanistico-esistenziale, in cui rientrano a pieno titolo la logoterapia di Viktor Frankl e il cognitivismo esistenziale su cui si riflette nel testo.

Il volume si articola in otto capitoli che, da diverse sfaccettature, ruotano attorno ai temi dell'autotrascendenza e del senso della vita, coniugando la riflessione teorico-clinica con la ricerca empirica che possa dare sostegno alle tesi sostenute.

I primi due capitoli servono a delineare l'orizzonte epistemologico e i fondamenti teorici che fanno da cornice ai contributi dei capitoli successivi. In particolare nel primo si tratteggiano la vita e il pensiero di Frankl, rendendo merito al contributo fondamentale di Eugenio Fizzotti nell'aver divulgato in Italia la logoterapia; nel secondo, a partire dal ruolo centrale riconosciuto, sia nel cognitivismo che nella logoterapia, all'interpretazione nella costruzione dei significati della realtà, viene illustrato come il cognitivismo esistenziale permetta di integrare il cognitivismo classico con l'approccio umanistico-esistenziale frankliano.

I due successivi capitoli, dopo un'introduzione teorica sulla definizione e sul ruolo per il benessere della persona ricoperto dal senso della vita e l'autotrascendenza, offrono un interessante contributo all'esplorazione empirica di tali costrutti. In tal senso, nel terzo capitolo vengono riportati risultati di ricerche che correlano l'aver o meno un senso della vita con il benessere o il disagio psicologico; vengono inoltre presentati alcuni strumenti per indagare il costrutto del senso della vita, incoraggiando così il fare ricerca. Nel quarto capitolo vengono riportati i risultati di alcune ricerche che si sono interessate dell'autotrascendenza e degli strumenti per esplorarla.

Anche il settimo e ottavo capitolo hanno un taglio empirico e analizzano, rispettivamente, da una parte la correlazione tra il senso della vita, ottimismo e speranza per poi puntare a progetti di promozione del benessere e prevenzione del disagio tra i giovani e, dall'altra, l'utile contributo che la prospettiva logoterapeutica può offrire nell'attraversare situazioni di crisi quali quella pandemica legata al Coronavirus.

Nei restanti due capitoli vengono affrontate due tematiche che ancora una volta si intrecciano con la ricerca di senso e l'autotrascendenza proprie dell'essere umano. In particolare, nel quinto capitolo ci si sofferma sulla ricerca religiosa e spirituale per come sono vissute nel mondo contemporaneo, sottolineando il valore del contributo della logoterapia al tema della ricerca di Dio, interconnesso con l'esigenza di illuminare di senso l'esistenza personale.

Il sesto capitolo, infine, tratta di un ambito del pensiero frankliano meno divulgato, e cioè quello della sessualità, dove ancora una volta si sottolinea come la capacità di autoscendersi in un'autentica relazione d'amore costituisca il discrimine per poter parlare di una sessualità matura e integrata nella totalità della persona. Viene anche proposta una scala di valutazione del funzionamento della coppia.

Tutti i contributi del testo, dunque, da angolature diverse mettono in luce l'importanza, per chi opera nel campo della cura, della prevenzione e anche della ricerca empirica, di essere sensibili e dare rilevanza alle istanze spirituali ed esistenziali della persona, come parte integrante del suo percorso di crescita.

Il testo, pur essendo rigoroso e puntuale dal punto di vista teorico, risulta di scorrevole lettura e invita a ulteriori riflessioni e approfondimenti. Meriti del volume sono quello affrontare i diversi temi trattati contestualizzandoli nella situazione sociale e culturale contemporanea, come anche quello di esplicitare l'esigenza di collegare la riflessione teorica con la ricerca empirica e con la prospettiva applicativa in campo non solo clinico ma anche educativo-formativo.