

LA TERAPIA COGNITIVA COMPIE 40 ANNI

Antonino Carcione, Antonio Fenelli, Michele Procacci

Il 19 gennaio del 2018 si è svolto presso il Teatro Italia a Roma il Convegno “La terapia cognitiva italiana compie 40 anni”. 46 anni fa, il 30 dicembre 1972, nasceva a Roma la “Società Italiana di Terapia del Comportamento”, che diventerà in seguito “Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva”, con uno statuto firmato da Vittorio Guidano e Giovanni Liotti. Qualche anno dopo gli stessi fondarono lo storico Centro di Psicoterapia Cognitiva di Roma, in via degli Scipioni 245, che è considerato il luogo di nascita della cosiddetta Scuola Romana di Psicoterapia Cognitiva. Insieme a loro c'erano “... Mario Reda, Georgianna Gardner, Gabriele Chiari e Francesco Mancini. A questo primo nucleo si aggiunsero rapidamente altri colleghi che diedero un importante contributo al successo della Scuola Romana, tra i quali Antonio Semerari, Sandra Sassaroli, Toni Fenelli, Roberto Lorenzini, Adele De Pascale, Maurizio Dodet, ma l'elenco completo sarebbe davvero molto lungo...” (citiamo da Lorenzini, Semerari e Mancini, in questo numero).

Il convegno celebra proprio il quarantennale di quello che poi diventò il Primo Centro, dal momento che i cognitivisti diventarono sempre più numerosi e così i centri con lo stesso nome in cui si svolgeva la psicoterapia. Il nome non fu scelto a caso: lo scopo non era quello di creare uno studio professionale, ma un luogo dove fare cultura, dove discutere e confrontarsi, dove scambiarsi le idee. I primi maestri, Guidano e Liotti, ci hanno purtroppo lasciati. Guidano è scomparso prematuramente nel 1999, lasciando un grande vuoto, ma anche tanti riferimenti che tutti i suoi allievi e amici hanno contribuito a usare come faro e a diffondere in Italia e nel mondo. Il Convegno di gennaio ha visto, invece, l'ultima commovente partecipazione pubblica di Giovanni Liotti, appena rientrato nella vita scientifica attiva e pubblica dopo una malattia che lo aveva colpito e che poi, dopo qualche mese, ci ha privato di godere ancora della sua presenza. Celebrare Guidano e Liotti merita un lavoro a sé, ma un modo anche per ricordarli è proprio questo numero, edito congiuntamente dalle riviste *Cognitivismo clinico* e *Quaderni di Psicoterapia Cognitiva*, che raccoglie le relazioni scritte da chi quel giorno ha partecipato come relatore. I lavori, sono una sapiente miscela di contributi scientifici e ricordi diretti dei relatori stessi, pezzi di storia personale, aneddoti, storia della terapia cognitiva, integrati con lo stato dell'arte tra punti critici e linee di sviluppo che, ci auguriamo, sapranno catturare l'attenzione di lettori giovani e meno giovani stimolando curiosità, interesse, entusiasmo per il futuro e, forse, anche qualche lacrima di commozione.

Il teatro era gremito in ogni ordine di posto, terapeuti esperti uniti a giovani terapeuti in formazione, e la sensazione era che si stava partecipando a un evento particolare, che si sarebbe ricordato nel tempo.

Sul palco alcuni tra i più prestigiosi e validi esponenti della terapia cognitiva che, alternando racconti di storie passate e rassegne di ricerche in corso, hanno stimolato idee, concetti, studi, ricerche, e citato quei testi che hanno accompagnato molti di noi nella loro formazione, nella pratica clinica, nella discussione di tanti convegni e giornate di studio. Dall'epistemologia costruttivista, alla psicologia evolutivista, alla spinta relazionale, senza dimenticare quanto di buono viene dalla cosiddetta Terapia Cognitiva Standard. Traspaiono sempre i principi del falsificazionismo popperiano,

sottolineando l'importanza del contributo della ricerca per il bene della psicoterapia e dei pazienti che a noi si rivolgono.

L'ordine degli articoli ricalca il programma che si è sviluppato nel corso del convegno, introdotto sapientemente da Toni Fenelli.

Il primo articolo è scritto a due mani da Farina e Liotti. Proprio Liotti, tra gli applausi profusi in una *standing ovation*, ha aperto il convegno e non si può non commuoversi al pensiero che è stato l'ultimo suo intervento pubblico. Sappiamo quanto è caro questo scritto a Farina e quanto sia stato, però, anche duro per lui concluderlo senza il suo Maestro della cui opera sarà certamente degno prosecutore. Affettivo sicuramente, quindi, ma anche altamente scientifico il valore di questo lavoro che, ricco di riferimenti scientifici e culturali, sottolinea l'importanza della relazione terapeutica per l'efficacia della psicoterapia, declinando le modalità con cui questa particolare e intima relazione umana diventa una relazione di cura. La passione degli autori per la ricerca scientifica unita all'attenzione alla specificità di ogni singola persona è declinata nel monito con cui l'articolo si conclude, citando i recenti studi di epigenetica: *“L'esempio dell'epigenetica è uno dei tanti argomenti che sembra invitarci a non ritenere mai del tutto certa alcuna teoria scientifica, incluse le teorie psicologiche generali, patogenetiche e teorie della cura proposte ai lettori di questo articolo. Vorremmo dunque concludere sostenendo un atteggiamento di apertura a possibili confutazioni che, piuttosto che fonte di desolato scetticismo, diventi veicolo di arricchimento della teoria stessa”*.

Mario Reda ci riporta con il suo scritto alle origini del cognitivismo italiano: i corridoi polverosi e caotici della I Clinica delle Malattie Nervose e Mentali dell'Università di Roma, lui testimone e partecipe dei primi momenti in cui Guidano e Liotti raccolsero attorno a loro il nucleo primigenio di quello che costituirà il I Centro di Terapia Cognitiva a Roma a Via degli Scipioni n. 245. Nel titolo *“Cognitivismum Nostrum”* Reda, tra memorie personali e citazioni, ricorda come, attraverso il confronto con autori del cognitivismo internazionale, la diffusione della cultura cognitivista attraverso le varie *“scuole romane”* abbia prodotto un approccio caratterizzato dall'attenzione alla complessità dei fenomeni psichici che influenza il pensiero e la prassi di gran parte del cognitivismo italiano, spesso apprezzato anche in ambito internazionale.

Francesco Mancini e Mauro Giacomoantonio trattano un argomento meno insolito di quel che si possa pensare per i cognitivisti, seppure certamente spesso e troppo trascurato dai cognitivisti secondo gli autori: i conflitti intrapsichici. Mancini e Giacomantonio ne ipotizzano innanzitutto le ragioni storiche, dovute sia al radicale distacco di Beck ed Ellis dalla teoria psicoanalitica, che fino ad allora praticavano, sia al ritorno dei neofreudiani con l'attenzione eccessiva ai traumi reali piuttosto che ai conflitti interni. Descrivono così vari tipi di conflitti intrapsichici alla luce non già di una teoria pulsionale, ma sulla base di una prospettiva finalistica della motivazione. Gli autori sottolineano come i conflitti intrapsichici siano esperienza comune dell'essere umano, ma se rimangono senza soluzione sufficientemente rapida determinano disagio e sofferenza. Quindi diventa necessario identificare le condizioni che li generano e quelle che ne ostacolano la risoluzione, e gli autori suggeriscono strategie di intervento che non possono non passare attraverso processi di accettazione.

A seguire, Antonio Semerari espone in modo sistematizzato il lavoro di studi, ricerca e clinica del III Centro di Psicoterapia Cognitiva di Roma condotte nell'ambito delle scuole di terapia cognitiva APC, SPC e SICC. Semerari ripercorre i vari momenti di questa ricerca descrivendo la costruzione delle ipotesi, la costruzione degli strumenti e il controllo delle ipotesi stesse, seguendo una prospettiva scientifica volta allo sviluppo di trattamenti efficaci, in particolare per i Disturbi di Personalità. Anche Semerari usa e attiva nei lettori ricordi personali che descrivono la nascita sia di quello che ormai è noto semplicemente come *“Terzocentro”* (sic!), sia dell'idea che la metacognizione, come poi le ricerche (non solo del *terzocentro*) hanno dimostrato, potesse essere un fattore

generale sottostante alla patologia della personalità.

Sia Semerari sia Reda, con i loro aneddoti personali, ci fanno notare come in molte parti d'Italia, in modo del tutto spontaneo e spinti da curiosità intellettuale, gruppi di clinici, alcuni divenuti anche ricercatori e formatori, si sono conosciuti, riuniti e hanno iniziato importanti collaborazioni i cui frutti sono presenti nel vasto ambito in cui il cognitivismo clinico si è diffuso nella penisola e spesso anche fuori da essa.

Lorenzini, anche lui senza tralasciare ricordi e con il suo stile personale, utilizza i concetti di costruttivismo, teoria degli scopi e credenze applicandoli alla descrizione e spiegazione del delirio paranoide. Il testo è arricchito da procedure di valutazione e formulazione del caso clinico e da procedure terapeutiche da applicare con il paziente. L'autore illustra l'importanza della relazione terapeutica dando attenzione ai significati personali in una patologia oggetto di interesse da sempre degli psicopatologi, che ha affascinato generazioni di psichiatri e, poi, di psicoterapeuti: il delirio. Qual è il suo senso, come possiamo leggerlo e utilizzarlo senza far sentire il paziente che lo riferisce invalidato o, peggio, minacciato? Lorenzini racconta la sua esperienza di psichiatra del servizio di salute mentale (è stato a capo di un dipartimento di salute mentale - DSM) e di come l'esperienza e la conoscenza della letteratura lo hanno spinto a cercare un metodo che potesse ottenere ciò che qui condivide con i lettori, fornendo anche delle schede da utilizzare con i pazienti nel corso della psicoterapia.

Infine la tavola rotonda che vede presenti Lorenzini, Mancini e Semerari. I temi trattati sono un tentativo di considerare la terapia cognitiva tra le sue contraddizioni attuali e le prospettive future. Sulle prime si argomenta sulle controversie tra psichiatria biologica e psicoterapia, dicotomie classiche come quella annosa tra mente e cervello, sulla questione nosografica e la crisi dei paradigmi diagnostici, sui limiti e i vantaggi dei protocolli passando attraverso la supremazia del ragionamento clinico, sul ruolo sociale della psichiatria e della psicoterapia. Sulle prospettive invece il ragionamento dei partecipanti verte sulle nuove proposte della terapia cognitiva anche in setting diversi da quelli tradizionali e si conclude ragionando su quale funzione sociale la terapia cognitiva potrebbe essere chiamata ad assolvere nei prossimi anni.

Il Congresso si chiude qui e così i lavori ivi presentati, ma non si chiude qui il numero. I primi di aprile giunge a uno di noi (A.C.) un email di Liotti, da parte sua e di Lorenzini, con un manoscritto per *Cognitivismo clinico*. Doveva essere il lavoro, già pronto per la stampa e persino perfettamente in linea con le norme editoriali, con cui gli autori avrebbero dovuto inaugurare il prossimo congresso nazionale della SITCC a Verona. L'email aveva scherzosamente come oggetto "Narcisi a Verona". Gianni (permettete qui il tono più informale) ci ha lasciati poco dopo, non ha avuto il tempo di fare questa presentazione. L'articolo ha come oggetto il narcisismo secondo una prospettiva cognitiva ed evolutivista. Pubblicarlo su questo numero consentirà di dargli il giusto e meritato rilievo e la maggiore diffusione possibile. Un minimo omaggio, per il quale siamo a grati a Roberto Lorenzini che ne ha concesso la pubblicazione su entrambe le riviste, con cui ringraziare Gianni Liotti anche di questo ultimo regalo.

L'ultima parola è ovviamente affidata ai lettori che crediamo e speriamo numerosi. Quaderni nell'occasione darà una copia cartacea in omaggio agli iscritti al XIX Congresso Nazionale della SITCC che si svolgerà a Verona dal 20 al 23 settembre 2018. Il numero sarà comunque pubblicato on line sui siti di *Cognitivismo clinico* e di Quaderni on line.

Buona lettura

Corrispondenza

carcione@terzocentro.it