

*COGNITIVISMUM NOSTRUM: ALCUNI CONTRIBUTI DELLA “SCUOLA ROMANA”
ALLO SVILUPPO DELLA TERAPIA COGNITIVA*

Mario Antonio Reda

Professore Ordinario, Università degli Studi di Siena, Associazione di Psicologia Cognitiva (APC)

Corrispondenza

E-mail: mario.areda@gmail.com

Riassunto

L'articolo è tratto dall'intervento che l'autore ha tenuto in occasione dell'anniversario dei 40 anni di storia del Centro di Psicoterapia. A partire dalla sua fondazione e negli anni seguenti il Centro di Psicoterapia ha rappresentato l'inizio e la continuazione di una vera e propria scuola di pensiero, integrando all'approccio comportamentale, fino ad allora ritenuto l'unico in grado di produrre risultati misurabili, dati ed esperienze della allora nascente psicologia cognitiva sperimentale. Oltre a questo sempre in quegli anni nella "scuola romana" cominciava a prendere piede una progressiva integrazione con varie discipline interconnesse alla psicoterapia come ad esempio l'etologia, la neurofisiologia, la psicologia evolutiva ecc. Nel corso del tempo il confronto con le maggiori figure del cognitivismo internazionale, la diffusione della cultura cognitivista attraverso le varie "scuole romane" ha prodotto la progressiva diffusione di un approccio "comune" al cognitivismo, un "Cognitivismum Nostrum" che si caratterizza per l'attenzione alla complessità dei fenomeni psichici, tale cultura della complessità ha influenzato ed influenza il pensiero e la prassi di gran parte del cognitivismo italiano e viene spesso apprezzato anche in ambito internazionale.

Parole chiave: *Cognitivismum nostrum*, psicoterapia, linee di sviluppo

*COGNITIVISMUM NOSTRUM: SOME CONTRIBUTIONS OF THE “ROMAN SCHOOL” TO
THE DEVELOPMENT OF COGNITIVE THERAPY*

Abstract

The article is taken from the intervention that the author has held on the anniversary of the 40-year history of the Center for Psychotherapy. Since its foundation and in the following years the Center of Psychotherapy has represented the beginning and the continuation of a real school of thought, integrating to the behavioral approach, until then considered the only one able to produce measurable results, data and experiences of the nascent experimental cognitive psychology. In addition to this, in those years in the "Roman school" operated a progressive integration with various disciplines connected to psychotherapy, such as ethology, neurophysiology, evolutionary psychology, etc. Over time, the dialectic with the major figures of international cognivism, the diffusion of the cognivist culture through the various "Roman schools" has produced the progressive diffusion of a "common" approach to cognivism, a "Cognitivismum Nostrum" which is characterized by the attention to the complexity of psychic phenomena. Such culture of complexity

SOTTOMESSO MARZO 2018, ACCETTATO GIUGNO 2018

has influenced and influence the thinking and practice of a large part of Italian cognitivism and is often appreciated also internationally.

Key words: *Cognitivismum nostrum*, psychotherapy, development lines

Introduzione

Quaranta anni fa, nel 1977, si apriva in via degli Scipioni il centro - allora unico, poi primo - di psicoterapia cognitiva di Roma.

In precedenza svolgevo l'attività di psicoterapia, agli inizi della carriera, nel polistudio di Via Crescenzo diretto da Athanasios Koukopoulos, dove esercitavano l'attività privata molti psichiatri della clinica universitaria diretta dal professore Giancarlo Reda. Tra loro molto attivi erano Gianni Liotti e Vittorio Guidano e nel 1972 avevano fondato con un ristretto gruppo di psichiatri e psicologi la SITC (Società Italiana di Terapia Comportamentale) e seguivano in psicoterapia pazienti inviati da vari colleghi tra cui mio padre che dava i nomi di Liotti, Guidano o Reda (che ero io). Gianni e Vittorio erano appena specializzati e io mi stavo specializzando, fra gli anni 1973-1976, e per me erano i primi pazienti a cui applicare tecniche di desensibilizzazione e di decondizionamento; lavoravo spesso in coppia con Alessandra Cartei, psicologa interna dell'istituto, che provvedeva all'esposizione graduale agli “stimoli patogeni” dei vari pazienti, in genere fobici o ossessivi.

Con Vittorio non parlavo tanto, di più con Gianni che vedevo anche in clinica al reparto donne, dove seguivamo, con tecniche di rinforzi graduali, pazienti anoressiche ricoverate (consentendo graduali premi alla ripresa di peso, con l'aiuto delle infermiere che controllavano) e di esposizione graduale a oggetti ritenuti “contaminanti” o immagini “ributtanti” agli ossessivi gravi, bloccandone poi rituali o imponendo lo stop del pensiero, oltre a fare uscire e attraversare la strada o “girare l'angolo” i superagorafobici dopo aver usato le tecniche di decondizionamento o rilassamento assistito o di flooding. Ricordo a tal proposito una paziente tanatofobica che evitava tutte le strade che portavano verso il vicino cimitero “Verano” che eseguiva alla perfezione il percorso tramite immaginazione dopo essersi rilassata, ma che appena uscita per mettere in pratica il ripercorrere piano piano la strada da evitare veniva ripresa dal panico. Gianni le chiese “ma quando facciamo il training di rilassamento è così brava, poi come mai essendo decondizionata le ritorna il panico”. Rispose “riesco benissimo a rilassarmi, quando mi fate pensare al percorso verso il cimitero, però penso e mi dico anche *tanto non ci andrò mai*”: si era aperta la black box!

Io frequentavo ed ero letteralmente affascinato dalle lezioni che Vittorio e Gianni tenevano all'Università dal 1975 una sera alla settimana. Un “corso libero” di psicoterapia comportamentale. Era un esempio d'applicazione di principi scientifici e sperimentali alla psicoterapia e agli interventi psicoterapeutici alternativo alla psicoanalisi o alle psicoterapie sistemiche. In quegli anni era possibile seguire anche altri corsi liberi di psicoterapia analitica freudiana. Uno di essi era tenuto dal dottor Perrotti che interpretava i vari atteggiamenti degli studenti. Una sera erano quasi le ventuno e chiese di interpretare il fatto che uno studente fosse uscito dall'aula. Io dissi che forse era tardi essendo prevista la fine per le ore venti, ma Perrotti disse: “No, era perché parlavamo della mamma e sicuramente ho suscitato una reazione edipica”. Le lezioni del duo Vittorio-Gianni, fatte rigorosamente a due voci con un'alternanza studiata erano basate sulla psicologia sperimentale citando ricerche, molto aggiornate, riguardanti l'etologia e gli apprendimenti durante l'età evolutiva. Comprendevano le idee di John Bowlby mentre venivano invitati a Roma in clinica universitaria Victor Mayer e Hans Eysenck dal Maudsley Hospital di Londra.

Gianni e Vittorio erano una fucina di idee e ne parlavano tra loro la sera dopo le visite quando

andavano a cena in un vicino ristorante in Via Crescenzo. Io allo stesso ristorante con la mia co-terapeuta Alessandra li guardavo con invidia e cercavo di orecchiare quello che dicevano nelle loro fitte conversazioni. Si andava formando spontaneamente un gruppo di affezionati frequentatori del corso libero di terapia comportamentale che seguivano Gianni e Vittorio anche nei primi congressi. Ricordo la partenza di un gruppetto di fans-specializzandi per Napoli per partecipare al Convegno della Società Italiana di Psicoterapia Medica e il soggiorno a Londra nel 1974 per il congresso mondiale Behaviour Therapy all'aeroporto di Heathrow dove i due leader presentavano in una prima internazionale una relazione dal titolo "Behavioural Analysis of marital interaction in agoraphobic male patients" pubblicata poi nel 76 sulla rivista *Behaviour Research and Therapy* (Liotti e Guidano 1976). Nei giorni precedenti il congresso avevo frequentato con Lucio Sibilia e Stefania Borgo un corso pratico di perfezionamento nelle tecniche di BT: tenuto da Vic Mayer a cui era iscritto anche un giovane specializzando milanese allievo di Cesa Bianchi. Un certo Bruno Bara studioso d'intelligenza artificiale che li conoschemmo!

Arriviamo così al faticoso 1977 in cui si decide d'aprire uno studio nuovo con la precisa idea che si dovesse trattare non di un polistudio come in via Crescenzo, ma di un vero e proprio centro di psicoterapia dove oltre a vedere i pazienti, i terapeuti tutti dello stesso orientamento si sarebbero riuniti per discussioni scientifiche, supervisioni e presentazioni di casi clinici, letture d'articoli di vario interesse e per aggiornare la didattica con l'introduzione dei primi training, uno tenuto da Gianni e l'altro da Vittorio, dei quali io ero per entrambi il co-trainer. La ricerca della sede del centro si indirizzò sulla zona Prati di Roma e fu trovato in via degli Scipioni 245, era composto da sei ambulatori, una sala d'attesa e una sala per i training, i soci del primo centro furono i dottori Guidano, Liotti, Reda, Chiari, Gardner e Mancini. Fin dall'inizio il Centro di Psicoterapia Comportamentale si presentava come il "gruppo di Roma" della SITC e si differenziava per quanto riguarda il settore clinico, di ricerca e di intervento.

"Psicoterapia comportamentale significa che nel nostro lavoro clinico ci sforziamo di tener presente le complessità e i problemi inevitabilmente inerenti ad ogni intervento su un disturbo nevrotico, centrato su un rapporto tra il terapeuta e il paziente che soffre di quel disturbo e sull'uso della parola; ed inoltre che tentiamo di affrontare e coordinare quelle difficoltà e quei problemi attraverso il costante ricorso ai risultati e ai metodi della psicologia sperimentale. Psicologia sperimentale significa non solo psicologia dell'apprendimento, ma anche psicologia cognitivista, neuropsicologia e, a nostro avviso, etologia. Nel nostro linguaggio compaiono quindi non solo termini come "stimolo condizionante", "generalizzazione dello stimolo", "comportamento operante", "rinforzo", "estensione", "comportamento di evitamento", "sharing" ecc., ma anche termini come "modeling", "locus of control", "coverant", "convinzione irrazionale", "programma comportamentale", "immagini", "mappa cognitiva", "aspettative", "generalizzazione semantica" ecc. Ci appaiono inoltre particolarmente rilevanti gli studi etologici sul comportamento di attaccamento e delle ricerche neuropsicologiche sul riflesso di orientamento e sulle emozioni. Solo questo vasto approccio, a nostro avviso, consente di non trascurare le osservazioni che ogni paziente nevrotico offre al terapeuta, senza peraltro rinunciare a costruire "ipotesi e teorie" su quelle osservazioni che siano falsificabili e quindi scientifiche (nel senso di Popper) e senza rinunciare ad elaborare strategie di intervento che risultino compatibili ad una psicologia sperimentale. È nostra convinzione che seguendo questa linea, lo psichiatra e lo psicologo clinico saranno presto in grado di restituire, e forse con gli interessi, allo psicologo sperimentale ciò che da lui hanno ricevuto (tratto dal Bollettino di Psicopatologia e Psicologia Comportamentale, novembre 1979 p. 4).

È con questo spirito che erano iniziati i primi training di formazione a cura di Vittorio Guidano

e Gianni Liotti. Tutto ciò ha condotto a un rapido ampliamento del paradigma da comportamentale a cognitivo, e ad un “cognitivismo costruttivista della scuola romana”. Progressivamente abbiamo modo di osservare questa evoluzione nei primi libri come quello di Guidano e Liotti *Elementi di Psicoterapia Comportamentale* (1979), o quello mio e di Vittorio *Cognitivismo e psicoterapia* (Guidano e Reda 1981), in cui compaiono contributi di tutti i componenti del centro, oltre che dei più autorevoli esperti internazionali della psicoterapia cognitiva di quel periodo, per culminare con il famoso *Cognitive Therapy and Emotional Disorders* (Guidano e Liotti 1983) dopo l’incontro con Mike Mahoney.

Il Centro di Psicoterapia Cognitiva di Roma ha rappresentato il punto di partenza e di riferimento di tutto il cognitivismo italiano e dei contatti con i cognitivisti ricercatori e clinici di tutto il mondo. I temi che hanno caratterizzato e caratterizzano tuttora il “*Cognitivismum Nostrum*” sono:

1. La proposta e il lavoro di ricerca su un modello di sviluppo della personalità (*self*) negli esseri umani durante l’età evolutiva in base alle interazioni con l’ambiente e le figure di riferimento (da notare che nel corso di specializzazione in Psichiatria non si studiava, e non si studia tuttora, la Psicologia Evolutiva e tantomeno l’Epistemologia e i modelli della mente, che sono stati sempre un interesse di base della nostra scuola e del nostro pensiero).
2. L’elaborazione di una “Psicopatologia Esplicativa” alternativa a quella esclusivamente descrittiva dei vari DSM. C’è sempre una spiegazione agli scompensi psicopatologici che la psichiatria si limita a descrivere. L’atteggiamento dello psicoterapeuta sarà quello di ingenerare nel paziente la curiosità a scoprire le cause degli scompensi, fondamentale per la riformulazione del problema in termini generativi (Guidano) nell’ambito di un processo di acquisizione di consapevolezza.
3. La centralità delle emozioni e delle modalità personali di regolazione/disregolazione emozionale nei processi di mantenimento/scompenso. I sintomi psicopatologici sono la conseguenza di interazioni che inducono emozioni in quel momento non regolabili. Più è difficile integrarle per rigidità nel proprio sistema di conoscenza e più grave è la situazione e quindi lo scompenso.

Su questi tre assunti si basano le linee di ricerca portate avanti nel mio percorso universitario e che riguardano principalmente la clinica attraverso l’analisi di un migliaio di sedute psicoterapeutiche videoregistrate, e lo studio della relazione terapeutica mediante la rilevazione dei profili della diade terapeuta paziente durante le sedute. Queste mie esperienze iniziate con l’incontro e l’ingresso nel nostro Centro di Psicoterapia hanno caratterizzato il mio modo di lavorare come psichiatra e psicoterapeuta. L’essere convinto che uno scompenso psicopatologico ha sempre un senso e una spiegazione che solo il paziente conosce, ti spinge a capire la persona che hai davanti dopo averla capita come paziente. Questa consapevolezza emotivamente condivisa è, a mio avviso, alla base di ogni intervento psicoterapeutico.

Bibliografia

- Guidano VF e Liotti G (1979). *Elementi di Psicoterapia comportamentale*. Bulzoni, Roma.
- Guidano VF e Liotti G (1983). *Cognitive processes and emotional disorders*. Guilford, New York
- Guidano VF e Reda MA (a cura di) (1981). *Cognitivismo e Psicoterapia*. Franco Angeli, Milano.
- Liotti G e Guidano V (1976). Behavioural analysis of marital interaction in agoraphobic male patients. *Behaviour Research and Therapy* 14, 2, 161-162.