

### **Manuale di Psicoterapia Strategica. 80 Tecniche di intervento**

di *Fabio Leonardi & Francesco Tinacci*

Edizioni Erickson, 2021



Siamo lieti di presentare un ampio lavoro di Fabio Leonardi ex allievo della nostra Scuola e del suo collaboratore Tinacci. Si tratta di un manuale sistematico sulle varie tecniche che la prospettiva Strategica coltivata in questi anni a Livorno ha realizzato. Come già noto e confermato nella prefazione da Alessandro Salvini, le basi storiche, teoriche, epistemologiche e l'ottica operativa sono per molti aspetti contigui al modello Interazionista. Si tratta di un ottimo e ampio manuale, una guida esaustiva che la competenza e l'esperienza degli Autori, mette a disposizione di tutti noi.

Il volume è un tentativo di sistematizzare l'universo di conoscenze alla base delle psicoterapie strategicamente orientate, sia da un punto di vista epistemologico e teoretico, sia da un punto di vista applicativo. In termini

storici, la prospettiva strategica si è sviluppata nella seconda metà del secolo scorso negli Stati Uniti d'America e dunque rappresenta una diretta espressione dei valori e delle visioni tipici della cultura pragmatista nordamericana, che in ambito filosofico diede forma al «Pragmatismo», grazie al contributo di John Dewey, William James, Charles Sanders Peirce, fino a George Herbert Mead, la cui opera ispirò fortemente i teorici dell'Interazionismo Simbolico, e certamente influenzò anche l'impostazione teorica delle psicoterapie strategicamente orientate (sebbene tale influenza non è stata mai espressamente riconosciuta). Nella fattispecie la prima messa a punto di una terapia strategicamente orientata si deve al gruppo di ricercatori del Mental Research Institute di Palo Alto, fondato nel 1958 da Don Jackson e altri studiosi, sulla scia del lavoro pionieristico avviato da Gregory Bateson nel 1952 al Veterans Administration Hospital di Menlo Park in California. I fondamenti epistemologici delle terapie strategiche si collocano all'interno della svolta postmoderna: ciò significa che anche la prospettiva strategica si fonda sulla visione costruttivista e costruzionista secondo cui la conoscenza della realtà comporta la messa in atto di processi mentali costruttivi, la cui principale caratteristica è quella di rimanere nascosti agli occhi di colui che li attua. Se il grande merito della prospettiva costruzionista e costruttivista è di aver reso evidenti questi processi impliciti, il merito dell'approccio strategico è stato di aver trasposto queste concezioni in ambito clinico, e di averle utilizzate per consentire ai soggetti di produrre quei cambiamenti che sentono necessari quando rimangono schiacciati dalle realtà psicologiche che loro stessi hanno costruito.

Da un punto di vista teorico, le psicoterapie strategicamente orientate evidenziano un corpus di principi abbastanza delineati, tra i quali figura anche una chiara assunzione interazionista, nel senso che viene attribuita una marcata rilevanza alle interazioni tra esseri umani, sia nella genesi che nel mantenimento dei problemi psicologici, così come nella costruzione di soluzioni. In diretta continuità con i contributi di Gregory Bateson, e con quelli di GH Mead, si assume infatti che l'essere umano è intrinsecamente un'entità relazionale, nel senso che prende forma attraverso le interazioni, a tal punto che i confini della mente non coincidono affatto con i confini del corpo, o di ciò che si chiama l'Io o la coscienza. In altri termini le psicoterapie strategiche postulano la natura intrinsecamente relazionale della mente: ciò equivale a dire che la mente non può essere pensata come il prodotto di un cervello, ma bensì di più cervelli in interazione tra loro. Queste assunzioni

interazioniste hanno di fatto aperto al coinvolgimento dei familiari e di «altri significativi» nei percorsi di cambiamento, dato che costoro, al di là delle semplicistiche ipotesi causali sulla genesi dei problemi, vengono ad assumere per definizione un ruolo cardine nel funzionamento psicologico di ogni individuo.

Sul piano applicativo, le prassi delle psicoterapie strategiche hanno preso forma attraverso la costruzione di un vasto repertorio di tecniche, che in linea generale consistono nel prescrivere al soggetto una qualche forma di azione o altro processo psicologico con il fine di perturbare il sistema psicologico e indurre una sua ristrutturazione. Onde evitare fraintendimenti, va precisato che le prescrizioni sono leve per produrre cambiamento, in un sistema complesso di natura relazionale, nel modo più concreto possibile, e si focalizzano quindi sugli aspetti più accessibili del problema: per tale ragione sono spesso centrate sul «sintomo», in quanto esso rappresenta l'aspetto più concreto e immediatamente accessibile (la porta di ingresso) per entrare nel sistema psicologico e generare il cambiamento desiderato. In tal senso, il cambiamento del «sintomo» rappresenta il mezzo, e non il fine della terapia. Per comprendere appieno la natura di tale tecniche, si deve tener presente l'assunzione sistemica secondo cui, ogni parte del sistema è interrelata con tutto il resto, e quindi modificando certe parti del sistema, si può modificare "a cascata" tutto il resto: ne consegue che esistono potenzialmente molte parti la cui modificazione potrebbe avere come effetto il cambiamento desiderato, e dunque le tecniche possono essere focalizzate su differenti target per generare il cambiamento. In tal senso, le tecniche sono state suddivise in base al «principio attivo» prevalente, ovvero al processo psicologico prevalente che generano per indurre il cambiamento:

1. Tecniche di aumento dell'intensità del disfunzionamento
2. Tecniche di modifica delle qualità formali del disfunzionamento
3. Tecniche di contrasto del disfunzionamento
4. Tecniche di rilevamento sistematico del disfunzionamento
5. Tecniche di spostamento dell'attenzione dal disfunzionamento
6. Tecniche focalizzate sulle risorse e sulle soluzioni
7. Tecniche di modifica dei significati
8. Tecniche di modifica del sistema di relazioni

Al termine di questa corposa disamina degli aspetti epistemologici, teoretici e applicativi delle psicoterapie strategicamente orientate, sono state analizzate le criticità di questa impostazione, e infine le possibili linee di sviluppo, tra cui vanno certamente menzionate le fertili sinergie con la prospettiva interazionista.

*A cura di Alessandro Salvini*