

Silvia Marchesini*

Commento al libro ‘La terapia psicodinamica è efficace? Il dibattito e le evidenze empiriche’

di Paolo Migone (a cura di)
FRANCOANGELI, MILANO, 2021

In questo libro Paolo Migone raccoglie alcuni articoli sul tema dell’efficacia della terapia psicodinamica pubblicati negli anni sulle pagine di *Psicoterapia e Scienze Umane*. Dopo una introduzione in cui presenta il libro e un primo capitolo in cui discute questioni generali sul problema della ricerca in psicoterapia (cosa significa ricerca ‘scientifica’ in psicoterapia e la differenza tra ricerca clinica ed empirica, la questione della replicabilità con anche un esempio clinico, e cenni sulla storia del movimento di ricerca in psicoterapia), vi sono i restanti nove capitoli. Essi sono i seguenti, con tra parentesi il numero dei fascicoli di *Psicoterapia e Scienze Umane* in cui sono stati pubblicati: la meta-analisi di Shedler sull’efficacia della terapia psicodinamica (1/2010); l’articolo di Leichsenring e Steinert che mettono in dubbio la maggiore efficacia della terapia cognitivo-comportamentale (4/2017); il contributo di Solms ‘Psicoanalisi e ricerca scientifica’ (1/2018), che poi fu anche discusso con l’autore ai ‘Seminari internazionali di *Psicoterapia e Scienze Umane*’ di Bologna il 18 gennaio 2020; la *review* di Westen sulle ricerche sperimentali sull’inconscio psicoanalitico (4/2001) che, per la sua lunghezza, Migone riassume in una quindicina di pagine; un altro articolo di Shedler, dal titolo ‘Dove sono le evidenze della terapia «basata sulle evidenze»?’ (3/2018); la critica di Westen, Morrison Novotny & Thompson-Brenner alla metodologia degli EST, cioè dei ‘trattamenti supportati empiricamente’ (1/2005), anche questo riassunto perché troppo lungo da essere pubblicato integralmente (l’edizione sulla rivista era di 84 pagine!); la relazione di Kächele ‘Lo studio del caso singolo dalla ricerca clinica alla ricerca sperimentale: un eterno dilemma?’

*Psicologa e Psicoterapeuta, Centro di Psicoterapia Integrata Parma, Italia.
E-mail: slvmarchesini@gmail.com

(2/2017), tenuta ai ‘Seminari Internazionali di *Psicoterapia e Scienze Umane*’ di Bologna il 18 febbraio 2017; e infine l’articolo di Fornaro ‘Come validare le interpretazioni e le spiegazioni in clinica senza ricorrere alla ricerca empirica’ (4/2013). Il decimo e ultimo capitolo (‘Conclusioni’) è l’unico che non contiene materiali pubblicati su *Psicoterapia e Scienze Umane*, ed è una versione della prefazione di Vittorio Lingiardi e Franco Del Corno all’edizione italiana del libro a cura di Levy, Ablon e Kächele, del 2012, *La psicoterapia psicodinamica basata sulla ricerca* (Milano: Raffaello Cortina, 2015). È un volume di estremo interesse, di 600 pagine, che nell’edizione originale aveva il suggestivo sottotitolo *Evidence-Based Practice and Practice-Based Evidence*, cioè ‘Pratica basata sulle evidenze ed evidenze basate sulla pratica’ [Lingiardi, coautore di questo capitolo, è l’attuale presidente della sezione italiana della *Society for Psychotherapy Research* (SPR), che raccoglie i ricercatori del settore – fu Migone, peraltro, a fondare la sezione italiana della SPR nel 1996].

Come si legge nell’introduzione, questo libro è nato dietro suggerimento di alcuni colleghi che facevano notare all’Autore quanto fosse importante raccogliere in un volume i lavori più significativi che mostrano che la terapia psicodinamica non è meno efficace della terapia cognitivo-comportamentale, perché tanti continuano a ribadire che essa è invece la più efficace, con i *mass media* che fanno da cassa da risonanza. Emergono infatti sempre più evidenze, pubblicate anche in riviste accademiche prestigiose, secondo le quali la terapia psicodinamica non solo non è inferiore alla terapia cognitivo-comportamentale, ma spesso produce risultati più duraturi e con meno ricadute.

Gli articoli pubblicati in questo volume sono solo alcuni di quelli che avrebbero potuto essere inclusi, ma che, per motivi di spazio, sono stati sacrificati, infatti tanti sono gli articoli pubblicati sulla rivista, fin dalla metà degli anni 1980, sul tema della ricerca empirico-sperimentale in psicoterapia. È questo un filone che *Psicoterapia e Scienze Umane* ha sempre seguito con attenzione, e alcuni articoli sono anche serviti a preparare il terreno per dibattiti avvenuti negli anni seguenti (tra i vari esempi, si pensi alla pubblicazione, nel n. 3/2001, degli elenchi ufficiali degli EST prodotti dall’*American Psychological Association* – che servì da stimolo per un convegno organizzato dall’Università di Firenze a Palazzo Vecchio il 17 maggio 2003 – seguita dalla critica alla metodologia degli EST da parte di Westen e collaboratori nel n. 1/2005, inserita nel libro).

Sono così tanti i temi trattati in questo libro che è difficile selezionarne alcuni e commentarli. I lettori interessati a questi argomenti possono reperirli su *Psicoterapia e Scienze Umane*. L’editore, molto utilmente, ha pubblicato *online* una anticipazione delle prime 20 pagine del libro (dove si possono vedere l’indice, la presentazione e parte del primo capitolo): https://francoangeli.azureedge.net/fa-contenuti/area_pdfdemo/1250.324_demo.pdf.

Dal punto di vista della psicoanalisi, questo libro rappresenta una tappa

significativa nel dibattito contemporaneo sulla pratica clinica e la ricerca empirica. L'analisi critica delle evidenze, affiancata da un'approfondita esplorazione teorica, offre una prospettiva articolata sulla complessità dell'esperienza psicologica e sottolinea l'importanza di considerare i processi inconsci e relazionali nella pratica terapeutica. Attraverso una lente psicodinamica, si evidenzia la centralità del *setting* terapeutico, della relazione transferale e della comprensione simbolica nella promozione di cambiamenti significativi e duraturi nei pazienti. Pertanto, questo volume si rivela prezioso non solo per i clinici, ma anche per i ricercatori interessati a una visione più ampia e integrata della salute mentale e della pratica terapeutica.

Nella ricerca sull'efficacia delle terapie psicodinamiche emerge la necessità di considerare non solo gli esiti superficiali, ma anche i processi profondi e sottili che sottendono alla trasformazione psicologica, in questo modo si può ottenere una visione più completa e accurata della pratica clinica.

Conflitto di interessi: l'autore dichiara che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto: 7 maggio 2024.

Accettato: 7 maggio 2024.

Nota dell'editore: tutte le affermazioni espresse in questo articolo sono esclusivamente quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle delle loro organizzazioni affiliate, né quelle dell'editore, dei redattori e dei revisori o di qualsiasi terza parte menzionata. Tutti i materiali (e la loro fonte originale) utilizzati a sostegno delle opinioni degli autori non sono garantiti o avallati dall'editore.

©Copyright: the Author(s), 2024

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2024; XXXV:914

doi:10.4081/rp.2024.914

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.

