

**N**el 1840, l'allora monumento vivente della chimica Justus von Liebig, stigmatizzava l'uso del termine «dinamico» da parte di chi studiava la materia vivente, in quanto nascondeva sempre la mancanza di una spiegazione. «Psicodinamico» compariva nel 1856 in pubblicazioni di area omeopatica, per indicare i «poteri mentali» del genere millantato dai mesmeristi. Nel 1874, il filosofo evoluzionista George Henry Lewes, chiamava "psicodinamica" la "scienza delle leggi dell'azione mentale". Poco più di due decenni dopo, Sigmund Freud caricava il termine di analogie idraulico-termodinamiche, ma per inventare una pseudoscienza e una pseudocura: la psicoanalisi.

Col tempo la semantica del termine «psicodinamico» non è migliorata e il funambolismo teorico è esploso. Fino a mezzo secolo fa nessun psicoterapeuta pensava di doversi confrontare con dati empirici, cioè di provare che davvero usando la parola si riesce ad accedere al mondo intrapsichico del paziente e ad aiutarlo. A chi gli proponeva di controllare la teoria della repressione, Freud aveva risposto che non serviva perché era del tutto evidente che era vera.

Via via che la medicina diventa *evidence based*, a seguito dell'uso dei trial clinici randomizzati e controllati, anche la psicoterapia cerca qualche strada per dimostrare di essere efficace. Queste ricerche e riflessioni sono riassunte nel libro curato da Paolo Migone. Il direttore di Psicoterapia e Scienze Umane ha ripubblicato alcuni saggi storicamente rilevanti che affrontano il problema di come, cioè con quali metodi, a fronte di quali critiche e con quali risultati, è stata studiata l'efficacia delle terapie psicodinamiche. I contributi riassumono e commentano i tentativi di mostrare che se anche le terapie psicodinamiche non sono controllabili usando i criteri previsti dalla medicina basata su prove di efficacia, alla fine esistono indicazioni spurie, e valide per approcci molto diversi, di una relativa efficacia (il cosiddetto «effetto Dodo» secondo Saul Rosenzweig (1930), da *Alice nel paese delle meraviglie* per cui «tutti hanno vinto e tutti devono ricevere un premio»).

Parte degli psicoerapeuti rifiuta la ricerca empirica. Fin quando il passaparola o la visibilità dei guru lacanianiani che parlano come le frasi dei cioccolatini garantisce un flusso di clienti poco informati, non si vede perché fare ricerca. Un'altra parte si avvita per fare apparire oggettivi metodi (es. uso del caso singolo, pseudoplacebo, etc.) che servono a cercare prove in quello che già si crede sia vero (bias di conferma). Una parte flirta con le neuroscienze: diversi neurobiologi misteriosamente rimangono

**Simbolico.** René Magritte, «Le thérapeute» (particolare, 1936)



## LE CHIACCHIERE POSSONO AIUTARE

**La terapia psicodinamica.** Per quanto non ci siano trial clinici per verificarne l'effettiva efficacia, esistono indicazioni che attestano il sorgere di qualche beneficio, perché si innescano effetti placebo

di **Gilberto Corbellini**

infatuati dalla psicoanalisi o da qualche teoria psicodinamica, ovvero pensano che l'inconscio freudiano e altri processi come i meccanismi di difesa, la rimozione, etc. possano trovare dei correlati neurali.

Oltre un decennio fa si è provato a guardare il problema da un punto di vista diverso, abbandonando il modello medico di efficacia, ovvero non cercando le spiegazioni a supporto dell'uso di una specifica psicoterapia, ma partendo dagli elementi che essa ha in comune con altre psicoterapie che danno gli stessi risultati. Bruce E. Wampold, uno psicologo che è stato a lungo allenatore di *wrestling*, ha pubblicato solide

prove statistiche che alcuni fattori comuni a diverse psicoterapie spiegano una percentuale più elevata della varianza negli esiti terapeutici. Questi elementi, comuni a tutte le psicoterapie autentiche, sono la capacità del terapeuta di stabilire una relazione di fiducia con il cliente, l'adeguatezza dell'ambiente della cura, la disponibilità a cambiare una spiegazione o adattarla ai problemi del cliente e l'uso di procedure per migliorare concretamente la vita del cliente. Perché proprio questi gli elementi sono decisivi? Le terapie della parola verosimilmente otten-

gono qualche beneficio perché innescano effetti placebo o di autocura, creando mediante le parole e il contesto forme di inganno e autoinganno, per cui conta il profilo di personalità o l'approccio del terapeuta nel saper costruire un'alleanza col cliente, che fa la differenza più della teoria in cui si riconosce.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**La terapia psicodinamica è efficace? Un dibattito e le evidenze empiriche**

A cura di **Paolo Migone**  
**Franco Angeli**, pagg. 208, € 28