Settimanale
17-07-2022
Pagina 8
Foglio 1

Raffaello Cortina Editore

Il Sole 24 ORE DOMENICA

Diffusione: 148.583

www.ecostampa.it

PEGGIORARE DOPO LA PSICOTERAPIA? A VOLTE SUCCEDE

Trattamenti clinici

di **Paolo Legrenzi**

Gli oltre 100mila laureati italiani in psicologia si dedicano per lo più a una qualche forma di psicoterapia. E lo fanno per passione, se non per missione, visto che tra tutte le professioni è quella con redditi minori a cinque anni dalla fine degli studi. La psicoterapia non sempre ha successo: il 50%-60% dei pazienti migliora, il 10% peggiora, per circa il 30% è irrilevante, almeno secondo i dati riportati da Jeremy Holmes che ha lavorato per 35 anni come psicoterapeuta nel sistema sanitario britannico e ha scritto molti libri nella stessa collana in cui è uscita quest'ultima opera.

Freud cercò inizialmente di ripercorrere la via aperta nel 1861 dal neurologo francese Paul Broca collegando le patologie del linguaggio a lesioni cerebrali. I contributi di Freud riguardarono anche i disturbi della percezione (le agnosie, termine da lui inventato). Freud supponeva che a ogni capacità mentale corrispondessero strutture cerebrali specializzate e indipendenti tra loro. Quando si mise a curare le persone si accorse però che non riusciva a trovare ponti che collegassero le varie forme di disadattamento dei pazienti a malfunzionamenti localizzabili nei loro cervelli. Cambiò quindi radicalmente strada e inventò la psicoanalisi, una cura che si serve dell'analisi del contenuto delle storie raccontate al terapeuta. Freud continuava a pensarsi come uno scienziato sebbene i trattamenti psicoanalitici non si possano studiare mediante trial clinici randomizzati, e cioè tramite il confronto delle prestazioni di due o più gruppi di persone partecipanti a un esperimento in cui si controlla l'influenza di una variabile nel determinare i comportamenti dei diversi gruppi. Ecco perché, dichiara Holmes, ciò che avviene all'interno dei triangoli formati da terapeuti, pazienti e terapie rimane misterioso e non si arriva a capire come e perché una data cura sia risultata efficace.

Il secolo trascorso dopo Freud ha dimostrato che il nodo metodologico cruciale non è consistito tanto nello studio delle (in)capacità mentali prescindendo dai meccanismi del cervello, ma nell'impossibilità di tradurre un problema in quesiti controllabili sperimentalmente. In effetti la psicologia nella prima metà del secolo scorso ha fatto grandi progressi semplicemente mettendo in relazione gli stimoli dell'ambiente con le risposte fornite da un organismo, prescindendo così dal funzionamento interno di quest'ultimo. Per esempio, le tecniche di condizionamento introdotte da Pavlov sono talmente potenti e versatili che ancor oggi vengono utilizzate per il cosiddetto *machine learning*. Si tratta dell'apprendimento di categorie da parte di sistemi artificiali nutriti con miriadi di esempi positivi e negativi di quelle stesse categorie. Quasi per miracolo la quantità diventa qualità: i computer, se alimentati con incredibili quantità di casi, producono capacità a loro volta incredibili. Per esempio, imparano le regole per dialogare con una persona al punto che quest'ultima riesce con difficoltà a capire se ha a che fare con un interlocutore artificiale o con un altro essere umano. Non solo: i computer fanno meglio di noi in molti altri tipi di compiti che richiedono intelligenza.

All'inizio di questo secolo il sogno iniziale di Freud ha finalmente cominciato ad avverarsi: per la prima volta il progresso delle tecniche di risonanza magnetica ha permesso di osservare in tempo reale il lavorio del cervello umano. Si possono isolare e studiare le sezioni del cervello dedicate a specifiche attività mentali: un progresso che non è di alcun aiuto per analizzare gli effetti delle psicoterapie. Troppe le variabili intrecciate, come sottolinea Holmes: lo psicoterapeuta, la sua personalità e capacità, il carattere e le motivazioni del paziente, natura e gravità della malattia, modello di trattamento, durata e frequenza delle sedute, nonché il contesto sociale più ampio nel quale si collocano i processi di (dis)adattamento.

Holmes suggerisce un approccio diverso per ricondurre le terapie psicologiche al quadro teorico oggi prevalente nelle scienze cognitive. In primo luogo Holmes si rifà all'impostazione originaria di Hermann von Helmholtz (1821-1894). Il fisico e fisiologo tedesco, ben prima di Freud, aveva concepito le capacità mentali come l'esito di processi di giudizio che non affiorano alla coscienza e che possono emergere solo grazie ad esperimenti. Ma dato che questi non sono effettuabili per studiare l'efficacia o meno delle psicoterapie, Holmes fa sua una seconda ipotesi teorica che risale al lavoro di Thomas Bayes (1702-1761), un presbiteriano scozzese che inventò quello che è oggi noto come il teorema di Bayes. Si tratta di una formula che permette di calcolare come dovremmo correggere le nostre ipotesi probabilistiche su eventi di cui non siamo certi. La correzione è possibile via via che veniamo a sapere nuovi dati che ci permettono di ridurre la nostra incertezza. In questa chiave la psicoterapia è un'attività che rende accettabili eventi che erano stati delle sorprese negative e che avevano sconvolto il paziente.

Questa interpretazione riconduce la psicoterapia nel vasto alveo delle scienze della cognizione naturale e artificiale. Non spiega però in dettaglio quando e come avvenga il passaggio dal disadattamento a un nuovo adattamento grazie al lavoro del terapeuta. Resta il dubbio sollevato da Alessandro Zennaro, professore di psicologia dinamica a Torino, nell' introduzione: il tentativo di rendere omaggio a Freud riattualizzandolo non avrà vincolato Holmes nella ricerca di un paradigma teorico post-psicoanalitico? Arduo uccidere il padre e onorare al contempo i propri antenati.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il cervello ha una mente propria. Attaccamento, neurobiologia e la nuova scienza della psicoterapia

Jeremy Holmes
Raffaello Cortina, pagg. 117, € 17

NON SI RIESCE ANCORA A CAPIRE COME E PERCHÉ UNA DATA CURA SIA EFFICACE O NO PER IL PAZIENTE

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

005345

L'ECO DELLA STAMPA
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE

Raffaello Cortina