



(/it/)

Qi, il magazine online di Hogrefe Editore.

Ogni mese, cultura, scienza ed aggiornamento in psicologia.

NUMERO 50 - SETTEMBRE 2017



RECENSIONI

Rimuginio. Teoria e terapia del pensiero ripetitivo

Condividi



Gabriele Caselli, Giovanni M. Ruggiero, Sandra Sassaroli

Rimuginio. Teoria e terapia del pensiero ripetitivo

Prefazione di Marcantonio M. Spada. Introduzione di Sandra Sassaroli.

Raffaello Cortina, Milano, 2017. Pp. XIV+352, € 32,00

Questo lavoro può ben essere rubricato sotto un'etichetta spesso abusata, cioè quella di un libro che colma un vuoto preesistente, almeno nell'ambito della letteratura in lingua italiana.

Rimuginio, ruminazione, pensiero perseverante - sul pensiero e sul disturbo ossessivo-compulsivo vedi l'importante lavoro curato da Francesco Mancini *La mente ossessiva* (Raffaello Cortina, 2016) – costituiscono una triade complessa di sofferenza psicologica, peraltro assai articolata e differenziata, collegata con altre situazioni di disagio mentale (ansia e depressione, ad esempio), una triade che per il clinico costituisce spesso un rompicapo o, comunque, un "avversario" difficile da battere, se non su tempi lunghi (che sono generalmente quelli impiegati scegliendo la strada della psicoanalisi "classica").

Nella *Introduzione*, Sandra Sassaroli ripercorre le fasi dello sviluppo del lavoro, a partire dalla sua personale esperienza che data dall'inizio degli Anni Novanta a Roma sulle tracce del *cognitivismo clinico* di Vittorio Filippo Guidano (nato a Roma il 4 agosto 1944 e prematuramente scomparso il 31 agosto del 1999 a Buenos Aires) e si snoda poi a Milano con l'incontro di altri punti di vista e di colleghi come Gabriele Caselli.

La prima parte del volume è dedicata agli sviluppi della teoria e si apre con un interessante capitolo sull'evoluzione storica della psicoterapia cognitivo-comportamentale in cui risaltano in modo molto chiaro i contributi (e le differenze di vedute) delle "due divinità maggiori" (p. 4), vale a dire Aaron Temkin Beck e Albert Ellis (definiti anche "i nostri eroi"!). Gli altri tre capitoli di questa sezione introducono il lettore al tema specifico del rimuginio incastonato nella matrice di riferimento dei sistemi di regolazione cognitiva (e del loro mal funzionamento).

La seconda parte approfondisce l'aspetto della clinica del pensiero perseverante affrontando cinque tematiche: il rimuginio ansioso e desiderante, la ruminazione depressiva e rabbiosa, e le intrusioni mentali. I sette capitoli che compongono la terza sezione dedicata alla terapia sono senza dubbio centrali ma il lettore farebbe bene a non sottovalutare le altre parti del libro e "saltare" subito a questi, perdendosi il gusto di seguire il ragionamento degli autori dall'inizio (le radici storiche e teoriche) fino in fondo. Si tratta, comunque, della parte essenziale del volume, la parte più "pratica" se vogliamo, lì ove sono indicate tutte le tappe della psicoterapia, dalla definizioni degli obiettivi fino alla conclusione, passando attraverso momenti fondamentali come lo sviluppo della consapevolezza del paziente, gli interventi orientati a far abbandonare la tendenza a ruminare, riorganizzando le credenze del paziente e aumentando il controllo di questa forma di sofferenza mentale, fino alla modificazione degli scopi sottesi al rimuginio.

Il libro è in sostanza una summa del percorso di ricerca di un gruppo di studiosi, clinici e terapeuti che si sono confrontati sul tema nel corso di decenni (i tre curatori sono peraltro tutti impegnati in attività didattiche e di coordinamento presso la *Sigmund Freud University*). Sono numerosi i richiami alla *terapia metacognitiva* di Adrian Wells, un esponente fondamentale per questo settore di studi, che ha pubblicato estesamente (e alcuni dei suoi libri sono stati tradotti in italiano, a cura di editori diversi, a partire dalla fine degli Anni Novanta). Il processo terapeutico si articola, infatti, intorno alle credenze meta cognitive (o metacredenze) con lo scopo finale di portare il paziente ad apprendere nuove strategie, sviluppando nuove finalità meta cognitive.

Il testo si chiude con una *Appendice* di interesse, dal titolo *Strumenti di assessment del rimuginio*, a firma di Chiara Manfredi. Qui sono presentate ben dodici scale self-report di valutazione suddivise in due aree, quella propria del rimuginio e quella delle metacredenze (una *Bibliografia* specifica accompagna questa disamina); segue la presentazione della versione italiana di tre di queste scale.

Concludo questa recensione segnalando all'attenzione del lettore un altro testo che si inquadra nella medesima corrente teorico-clinica e che rappresenta un prezioso aiuto di genere operativo, non soltanto per gli psicologi e i medici psicoterapeuti che si trovano alle prime armi: si tratta de *Il colloquio in psicoterapia cognitiva*, a cura di Giovanni Maria Ruggiero e Sandra Sassaroli (Milano: Raffaello Cortina, 2013), un lavoro che offre una serie di indicazioni serie e competenti sulla conduzione del colloquio clinico cognitivo, partendo dalla constatazione, sicuramente condivisibile, che troppe volte questa ed altre materie *Psy* sono avvolte da un velo di mistero e di iniziazione che non ha senso continuare a promuovere, in nessun ambito teorico e clinico. Una maggiore serietà nell'insegnamento delle psicoterapie, e un minore interesse all'aspetto "commerciale" da parte delle scuole di psicoterapia, sarebbero sicuramente auspicabili, come peraltro ebbi modo di segnalare in un mio articolo all'inizio degli anni Ottanta: "Osservazioni sulle 'Nuove Scuole' di psicoterapia in Italia". *Giornale Italiano di Psicologia*, X, 2, 381-394, 1983 - <https://www.mulino.it/riviste/issn/0390-5349>(<https://www.mulino.it/riviste/issn/0390-5349>)

L'autore

Andrea Castiello d'Antonio

È psicologo epsicoterapeuta(<http://www.castiellodantonio.it>),

professore straordinario presso

l'Università Europea diRoma(<http://www.universitaeuropediroma.it>),

esercita attività professionale in

psicoterapia, psicologia clinica, del

lavoro e giuridica. Esperto di diagnosi

psicologica e testing, si occupa di campi

specifici come la psicologia militare e

dell'aviazione, e svolge attività di

coaching, counseling e orientamento. E'

consulente di management e gestione

del capitale umano in qualità di

consulente indipendente. Ha pubblicato

centinaia di articoli e numerosi libri: i

più recenti sono *Interviste e colloqui**nelle organizzazioni* (2015), *La selezione**psicologica delle risorse umane*"(2015), *Come quando e perché la**formazione non funziona*(2014), *L'assessment delle qualità**manageriali e della leadership*(2013) e *La paura di volare* (2012).

[//www.mulino.it/riviste/issn/0390-5349](http://www.mulino.it/riviste/issn/0390-5349))).

Acquistabile presso Raffaello Cortina Editore(<http://www.raffaellocortina.it/scheda-libro/gabriele-caselli-giovanni-m-ruggiero-sandra-sassaroli/rimuginio-9788860309020-2543.html>)



Qi - Questioni e idee in psicologia è un progetto Hogrefe Editore

© 2012 • All Rights reserved

Hogrefe Editore Srl • V.le A. Gramsci 42 • 50132 Firenze, Italia • Tel.: +39 055 5320680 • info@hogrefe.it • www.hogrefe.it (<http://www.hogrefe.it>)
CF/P.IVA: 06267580485 • REA: FI – 614260 • Capitale sociale € 10.000,00 interamente versato

Powered by ZUMEDIA(<http://www.zumedia.it>)