

Sfide inedite per la psicologia e la psichiatria

Riportiamo alcune pagine del capitolo conclusivo del libro di Francesco e Anna Giulia Bottaccioli, *La rivoluzione in psicologia e psichiatria. Il tempo del cambiamento*, Edra, Milano 2024. Estratto dalle pagine 220-222. I titoletti sono redazionali.

Le scienze e le professioni psicologiche, a nostro avviso, devono cogliere l'altezza delle sfide attuali, uscendo definitivamente da una collocazione marginale nell'ambito delle scienze e delle professioni della cura. Si esce dalla crisi e dalla marginalità delle scienze e delle professioni "psi" se si adotta una solida base scientifica non riduzionista che consenta alla psicologia di collocarsi saldamente sul terreno della scienza senza schiacciarsi sulla biologia e, al tempo stesso, che ponga su un nuovo piano il dialogo tra le diverse tradizioni culturali nell'ambito della psicologia e della psichiatria (Bastianelli et al., 2021).

Platone nel *Filebo* (IV secolo a.C.) paragona la psiche a un libro dove le sensazioni, le emozioni e la memoria scrivono discorsi sotto forma di parole e immagini (Platone, 2001, pp. 426-481). Nel *Carmide* (ivi, pp. 690-712), Socrate cita un medico trace secondo cui, nell'essere umano, tutto prende le mosse dalla psiche, compresa la salute e la malattia del corpo, cosicché ogni terapia dovrebbe partire dalla psiche. Oggi possiamo confermare con prove scientifiche (di cui abbiamo dato conto in questo libro) che *effettivamente quello che la vita scrive nella psiche di ognuno di noi non solo influenza gli stati d'animo, le funzioni cognitive e i comportamenti, ma anche i sistemi biologici e la salute in generale. E viceversa: quello che accade nei sistemi biologici ha effetti non solo sulla salute fisica ma anche in quella psichica.*

Il nostro filo rosso

Come è noto, questa visione sistemica su basi scientifiche dell'essere umano viene promossa con sempre maggior vigore dalla Psiconeuroendocrinoimmunologia, che porta a compimento il programma scientifico di Franz Alexander e di George L. Engel (F. Bottaccioli, A.G. Bottaccioli, 2024) e si riallaccia alla variegata ricerca e all'intenso dibattito scientifico e culturale che ha pervaso il XX secolo. In ambito psicologico e psichiatrico, diversi studiosi hanno cercato, da angolazioni diverse, di superare gli scogli del riduzionismo biomedico e, al tempo stesso, l'inadeguatezza delle teorizzazioni psicologiche dominanti. Lo scoglio fondamentale da superare riguardava la biologia, le relazioni tra biologico e psicologico, tra organismo umano e ambiente: una montagna fatta di scienza hard, nutrita di fisiologia chimico-fisica, biologia molecolare,

neuroscienze, genetica, su cui si era edificata una medicina che pareva lanciata verso un progresso inarrestabile e inarrivabile per le scienze della psiche.

Di fronte a questo scoglio, le teorizzazioni psicologiche si sono divise tra chi non rinunciava a includere la biologia, come è il caso della libido di Freud, della energia vitale di Jung, dell'orgone di Reich o degli istinti fondamentali di Perls, e chi accettava il divorzio dalla biologia, come è il caso di certi settori del cognitivismo, della psicologia della personalità e del filone "mentalista" della psicoanalisi.

Ci pare evidente che fare psicologia senza biologia sia un errore riduzionista, simmetrico a quello biologista che riduce la psicologia a biologia.

Oltre i vincoli delle tradizioni

La psicologia ha oggi la possibilità di realizzare un salto di paradigma, fondato su una scienza sistemica come la Psiconeuroendocrinoimmunologia, che consente la sperimentazione di una reale unità, operativa e di ricerca, con la biomedicina.

Nel libro abbiamo fornito gli elementi per un nuovo approccio alla sofferenza psichica e in generale alle malattie, dove la psicologia può svolgere un ruolo di battistrada per l'innovazione. Dentro il modello di assessment e di cure integrate, che abbiamo illustrato e di cui abbiamo fornito il razionale scientifico, la consulenza psicologica e la psicoterapia ricevono nuovi input, sono indotte a rivedere schemi consolidati, a confrontarsi con evidenze empiriche e studi scientifici, che emergono dalla relazione terapeutica e dal rapporto con i colleghi medici e con la letteratura scientifica. La psicoterapia può andare oltre i vincoli delle diverse tradizioni e formazioni professionali, semplicemente cambiando terreno di gioco.

Quando, per trattare un'ansia generalizzata, lo psicoterapeuta scopre che un cambio di alimentazione, un programma di trattamenti di agopuntura, l'uso dei probiotici, o altri interventi sulla dimensione biologica possono dare una mano sostanziale al suo lavoro, egli è su un terreno nuovo. Non è più incastrato nei modelli interpretativi consueti. Userà le suggestioni di quei modelli per accompagnare il paziente alla costruzione di una nuova percezione di sé come essere umano intero.

Secondo i teorici della "mentalizzazione" (Bateman, Fonagy, 2019), solo un paziente che si sente al sicuro trova il coraggio di cambiare. A nostro avviso, solo un paziente, che si sente al sicuro e che ha la percezione di sé come organismo intero e che quindi, con l'aiuto dell'équipe terapeutica, conosce i punti forti e quelli deboli del suo network psicobiologico, trova il coraggio e la gioia di cambiare.

Riprendere il lavoro di Alexander e di Engel

Una ultima notazione. Il movimento innovativo, che abbiamo disegnato in psicologia, potrà produrre conseguenze rilevanti anche sull'altra metà della scienza e della pratica della cura, sulla medicina, liberando energie creative innanzitutto, ma non solo, in psichiatria, che potrebbe tornare ad essere un luogo dove si ragiona sull'essere umano. Il risultato sarebbe una cura più efficace per le persone che chiedono aiuto e anche una controtendenza alla disgregazione sociale in corso.

Nel secolo scorso, Franz Alexander e George L. Engel hanno avviato un lavoro di cambiamento del paradigma in medicina e in psicologia, il cui esito non è assolutamente scontato poiché «dipenderà da coloro che hanno il coraggio di provare nuove strade e dalla saggezza di fornire loro il necessario supporto» (Engel, 1977).

Ci auguriamo che i lettori trovino coraggio e che cresca il supporto economico e culturale a tutti coloro che vogliono battere nuove strade.

Riferimenti bibliografici

Bastianelli L., Bianchi A., Bottaccioli F. et al. (2021), “Un nuovo paradigma per le scienze e le professioni psicologiche e psichiatriche”, *PNEI Review*, 9, 1:12-69. L'articolo è scaricabile gratuitamente su www.francoangeli.it/rivista/getArticolo-Free/68436/It.

Bateman A., Fonagy P. (2019), *Mentalizzazione e disturbi di personalità. Una guida pratica al trattamento*, Milano: Raffaello Cortina Editore.

Bottaccioli F., Bottaccioli A.G. (2024), “Franz Alexander, uno scienziato contemporaneo: un nuovo paradigma per la psicologia e la medicina”, *Psicoterapia e Scienze Umane*, 58 (2): 251-280. DOI: 10.3280/PU2024-002003

Engel G.L. (1977), “The need for a new medical model: A challenge for biomedicine”, *Science* 196, 4286: 129-136 (trad. it.: “La necessità di un nuovo modello di medicina: una sfida per la biomedicina”, *Pnei News*, 2012; 3-4:22-32).

Platone (IV sec. a.C. [2001]), *Tutti gli scritti*, a cura di G. Reale, Milano: Bompiani.



F. Bottaccioli, A.G. Bottaccioli
La rivoluzione in psicologia e psichiatria.
Il tempo del cambiamento
Edra, Milano 2024
pp. 220-222