

Recensioni

Francesco Bottaccioli, Anna Giulia Bottaccioli, La rivoluzione in psicologia e psichiatria. Il tempo del cambiamento, Edra; 2024 pp 248, € 24.00

PNEI NEWS (Rivista della società italiana di psico-neuro-endocrino-immunologia, diretta da Francesco Bottaccioli) n. 5-6, pp 15-38, 2024, pubblica un dibattito sul libro “La rivoluzione in psicologia e psichiatria”. Le recensioni che vi si possono leggere mettono in evidenza i molti temi che, con competenza, sono affrontati nel libro, segnalando gli aspetti più originali del metodo di approccio illustrato dagli AA. Troviamo, nei vari testi, alcune formule che efficacemente esprimono l’entusiasmo provocato dalla lettura. Viene sottolineato:

- la fine della mente ripiegata su sé stessa;
- l’unione di medicina e psicologia;
- la lettura della storia del paziente nella sua interezza;
- il rimpossessarsi del corpo da parte della psicologia.

Nella raccolta compaiono anche alcune notazioni critiche di Baldoni e di Migone. Il primo rilancia il problema, sempre sullo sfondo della scienza moderna, della complessità; il secondo puntualizza che è la psicoterapia l’asse portante del complesso intervento proposto. A parte queste precisazioni c’è un riconoscimento unanime e incondizionato dell’originalità dell’impianto e dello sviluppo del libro, fino a giungere a un giudizio che parla di “una pietra miliare da cui partire”.

Le recensioni pubblicate sono un riconoscimento dei meriti del libro, ed esauriscono ciò che di bene si può dire su di esso. Mi sono chiesto: cos’altro potrei dire? Potrei assumere un punto di vista più ristretto: guardare al testo a partire da ciò che suggerisce il mio lavoro di psichiatra, da decenni occupato nella psicoterapia delle psicosi (e quindi sempre molto preoccupato). Dare troppo peso ai miei bisogni potrebbe attirarmi l’accusa di essere soggettivo perché ho rinunciato a quell’oggettività che una vera recensione richiede. È però un rischio che vale la pena di essere corso.

Ma andiamo con ordine. Va ribadita l’accuratezza della ricerca bibliografica; il che è di estrema utilità perché offre strumenti non sempre facilmente raggiungibili da chi si occupa di questi temi. In questa stessa linea molto illuminante è la revisione sistematica delle varie teorie sul rapporto mente-corpo. Essa suggerisce pensieri sorprendenti: la sintesi necessaria fa sì che le affermazioni dei vari studiosi siano staccate dall’apparato di osservazione e di sperimentazione a cui si appoggiano: questo però le rende di fatto inconfondibili se non come contrapposizione di opinioni che rischiano di apparire più testimonianza di polemiche che portatrici di progressi; viene la tentazione di pensare che siano più un prodotto di un fantasticare intorno al cervello e alla mente che dimostrazioni certe. È inevitabile non andare agli illustri precedenti costituiti da tanti filosofi che avevano sentito il bisogno di esporci le loro teorie sull’uomo. Anch’essi certamente erano partiti da rilevazioni empiriche, ma molto parziali. Si pensi alla teoria della ghiandola pineale di Cartesio, o alle affermazioni degli empiristi Locke, Hume e altri. Tutti, da singoli

fenomeni che avevano isolato, avevano sviluppato, applicando una logica ineccepibile, immagini di mondi possibili; il che poi aveva influenzato lo sviluppo ulteriore della filosofia benché gli elementi su cui ciascuno si appoggiava si siano dimostrati inconsistenti. Ma ciò che siamo disposti a perdonare ai filosofi non lo accettiamo dagli scienziati. Bisogna riconoscere che anche il problema di che cosa sia accettabile dagli scienziati viene affrontato dagli AA, con la citazione di alcuni testi fondamentali di filosofia della scienza. A tal fine vengono assoldati anche pensatori che abitualmente nel dibattito attuale, sono trascurati, come Hegel e Marx. Rimane tuttavia il sospetto che i filosofi della scienza siano interessati più alle reciproche scomuniche e alle proprie fantasie sulla scienza che ad analizzare i metodi degli scienziati reali che hanno portato a innovazione tecnologiche rivoluzionarie.

Altrettanto ben fatto è il capitolo dedicato a “Le tradizioni psicologiche”, dove troviamo un panorama molto ricco degli infiniti fiumi e ruscelli che hanno caratterizzato i vari approcci all’attività mentale. Un particolare interesse è riservato al quadro teorico nel campo psicoanalitico. La metafora del campo suggerisce quella delle piante e molte sono le piante prese in esame, con un interesse prevalente alle loro radici teoriche filosofiche, ma viene trascurato lo studio di ciò che, più specificamente, attiene a una teoria della cura. Ma sfortunatamente è proprio l’esplicitazione delle rispettive teorie della cura che permetterebbe di confrontare in concreto le diverse posizioni. Non è solo questo che illustrerebbe le differenze. Si può dire che la diversificazione delle scuole, instauratasi precocemente con la prima grande scissione tra Freud e Jung, sia legata alla valorizzazione di aspetti diversi dell’attività mentale: è come esplorare un continente approdando su sponde diverse. Siamo forse ancora lontani dall’aver intuito cosa sia fondamentale e i diversi esploratori, isolati tra loro, sviluppano linguaggi che poi sono incomunicabili: nessun termine ha un significato univoco e molti hanno più significati contemporaneamente.

Giustamente gli AA sottolineano che a cercare di assumere il monopolio sulla ricerca concernente l’attività mentale non c’è solo la psicoanalisi ma è necessario fare i conti con tradizioni stabilizzate che sono di tutt’altro colore. È necessario partire, ci dicono gli AA, dalla nascita della cosiddetta psicologia scientifica (il “cosiddetto” l’ho aggiunto io). Per poi passare a Janet, Jung, Bateson; e ancora Reich, Fromm, Vygotski, Lurija, Alexander, Bowlby, Winnicott. Bisogna riconoscere che non abbiamo a che fare qui con una ricostruzione disincarnata. Lo prova la denuncia di Jung come collaboratore del regime nazista (quella che viene qualificata come la *macchia di Jung*, anche se non sembra che abbia avuto conseguenze negative sulla fortuna della sua scuola).

La seconda parte è intitolata “Le basi teoriche e scientifiche del cambiamento”; un titolo che denuncia la finalità principale di questo volume, che è il cambiamento del paradigma stesso della psichiatria e della psicologia. È lo sviluppo del tema sulla psiche e i sistemi biologici quello che si presenta come il più originale. Anche qui è la letteratura mondiale che fa da base per una serie di conclusioni che si potrebbero sintetizzare con l’affermazione che non siamo poi tanto lontani dalla comprensione (termine che qui include anche quello che Dilthey intendeva per spiegazione, seguito in ciò da Jaspers) delle connessioni tra il corpo e una delle sue funzioni vitali che chiamiamo psiche. Forse siamo sulla buona strada (salvo il rischio che, nel futuro cammino sarà necessario imboccare nuove strade) ma non siamo arrivati.

Benché gli AA siano molto attenti a evitare i condizionamenti ideologici (e, per garantirsi da questa forma di inquinamento prestano attenzione a tutte le ideologie comprese quelle di Marx ed Engels) a essere pignoli qualche volta li si coglie in castagna, come quando dicono: «Riguardo all’inconscio sembra possibile affermare che la classica visione freudiana, di derivazione platonica e nietzschiana, dell’inconscio come un ‘crogiuolo di sentimenti ribollenti’, un’entità fuori controllo, dominata dalla libido e dall’aggressività, non abbia evidenza scientifica.» Si potrebbe far notare che la mancanza di evidenza scientifica non è un’evidenza negativa; e, si potrebbe aggiungere con Shakespeare che “Ci sono più cose in cielo e terra, Orazio, di quante ne sogni la tua filosofia”. Ma forse, a impedirci di integrare le varie conoscenze,

sono le eccessive diversità tra i vari modi di delimitare l'attività mentale.

Non mancano, in questa revisione omnicomprensiva, i lampi gettati sulle varie condizioni che influenzano la salute mentale, a partire dalle modalità di esistenza e convivenza, dallo status sociale, dal genere di appartenenza. Ma ciò che caratterizza più a fondo questo capitolo è l'affermazione dell'esistenza di un circuito tra mente e corpo: la vita emotiva, con i suoi condizionamenti relazionali, è in connessione reciproca con l'assetto biologico, a tutti i livelli, compresi quelli dei neurotrasmettitori e del patrimonio genetico.

Ci sono anche indicazioni pratiche che conseguono a queste conoscenze. È valorizzata la funzione del «cibo come modulatore epigenetico delle cellule immunitarie e cerebrali» (p. 142). Ne consegue che la nutrizione è anche una terapia in psicologia e psichiatria. La serie delle indicazioni comprende l'affermazione dell'importanza dell'attività fisica per ottenere un miglioramento dei disturbi psichiatrici. Non mancano, tra gli elementi da tenere sotto controllo, l'ambiente fisico, il calore, il rumore, l'inquinamento dell'aria. E, *dulcis in fundo*, viene considerata una terapia psichica formidabile l'esposizione al verde e al silenzio. (p. 157). È inevitabile notare una curiosa coincidenza tra questa prescrizione e ciò che dicevano gli antichi alienisti, che realizzarono ospedali psichiatrici nell'800, spesso immersi nel verde, (con alberi a foglia perenne, come i lecci), lontano dalla confusione cittadina, luoghi in cui si sarebbe potuto vivere una vita morigerata e tranquilla.

A concludere la ricerca troviamo un capitolo dedicato allo sviluppo della civiltà, teso a illustrare i profondi cambiamenti che stanno avvenendo, in tutti i parametri sui quali si regge la vita umana, con una visione pessimistica riguardo agli effetti sul destino dell'umanità. La conclusione porta a pensare che non ci sia nessuna speranza che nasca un'azione collettiva, un diverso modo di fare politica, a livello mondiale, in grado di impedire il declino inevitabile che condurrà alla distruzione, prima psichica e poi fisica, dell'essere umano. Di fronte a questa annunciata catastrofe ci viene da dire che tutta la potenza curativa della medicina e della psicologia appaiono come quasi superflue, se non addirittura cure palliative. Vale la pena impegnarvi tante risorse? Evidentemente sì per gli AA che propongono un metodo riparativo nuovo.

L'ultimo capitolo è dedicato alla illustrazione di casi clinici. Sono esempi, non casi esemplari: descrivono cioè percorsi diagnostici e terapeutici integrati che hanno avuto un buon esito. Come è noto ogni singola evoluzione è legata a tanti fattori, molti dei quali sconosciuti, per cui è sempre difficile trarre conclusioni ineccepibili. Ognuno resta libero di pensare che il miglioramento, o la guarigione, avrebbe potuto realizzarsi con altre modalità di intervento. Ma queste note metodologiche non inficiano l'utilità dei racconti. Se invece una critica deve essere fatta riguarda la psicoterapia: quando se ne parla ciò non avviene con quella precisione che accompagna la descrizione dell'uso dei farmaci. Ritenerne che non valga la pena specificare le modalità dell'intervento psicologico sposta verso il polo somatico l'attenzione del lettore con la possibile impressione che la mente sia svalutata rispetto al corpo; ma soprattutto la possibile deduzione che una psicoterapia valga quanto un'altra, il che metterebbe una nuova arma nelle mani di chi ritiene che la psicoterapia sia un intrattenimento e non una cura.

Avremmo desiderato che fosse illustrato il passaggio tra basi scientifiche e una pratica coerente, il che però non può avvenire senza una teoria della cura. Cosa intendo per teoria della cura? - chiederanno i lettori. È presto detto. L'elemento di partenza è la messa a confronto, nel concreto dell'intervento, del rapporto tra il prendersi cura e il curare: il primo influenza il secondo per quanto riguarda praticabilità, efficacia, permanenza degli effetti positivi. È anche vero, come dicono gli AA che, a volte, prendersi cura correttamente di qualcuno rende non più necessaria la cura (medica e/o psicologica). Si è parlato molto, fino a qualche tempo fa, di presa in carico del paziente (sembra che adesso, di fronte alla povertà delle risorse che dovrebbero essere dedicate al compito, si stia criticando addirittura il concetto consi-

derandolo frutto di una vecchia medicina e di una vecchia psichiatria). Ma se ritorneremo a una pratica utile a salvaguardare la salute dei cittadini, con una maggiore disponibilità di risorse, dovremo ricordarci che una presa in carico passivizzante si contrappone a una attivante, con conseguenze molto diverse. La locuzione “presa in carico” non vuol dire nulla se non l’analizziamo nelle sue componenti. Vi è, innanzi tutto, un’accoglienza cui segue un ascolto del paziente, in funzione dello stabilirsi di un’alleanza con lui. Veniamo ora alla cura: è scontata la necessità di una molteplicità di interventi con una pluridisciplinarietà dell’equipe con un certo numero di specialisti presenti sulla scena. Nell’esame di tali casi si valorizzano le sinergie ma non sempre si tiene conto del possibile conflitto. Ad esempio: quando si associano farmacoterapia e psicoterapia, si mettono in atto anche interferenze non sempre positive (stiamo parlando di buone psicoterapie e corrette psicofarmacologie, non di quelle malfatte). Le diverse prestazioni sono anche in concorrenza tra loro o addirittura in contrasto. Per usare una metafora, offerta dalla scrittura, diremo che il farmaco è una gomma che cancella, l’interazione personale è una penna che corregge un testo ammalorato.

Ultima notazione. Personalmente non avrei scelto il titolo «la rivoluzione in psicologia e psichiatria»: per non deludere quelli che ancora hanno speranza e si aspettano prove più consistenti dei successi ottenuti, e per non irritare gli scettici che sarebbero spinti a non tener conto dei pregevoli contributi che il libro contiene. Mi sembrerebbe più pertinente il sottotitolo: “Il tempo del cambiamento (in psichiatria e psicologia)”.

Francesco Scotti