

LA PSICOTERAPIA ESISTENZIALE E L'ISTITUTO DI SCIENZE UMANE ED ESISTENZIALI

L'Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali è il rappresentante italiano della World Confederation of Existential Therapy, la Confederazione mondiale di Istituti e Scuole di Psicoterapia Esistenziale; essi sono riportati in un'importante review di Edgar Correia¹ che si allega alla presente (all. 1). Le scuole che fanno parte della confederazione internazionale sono in costante dialogo tra loro attraverso una mailing list posta da Ernesto Spinelli e strutturata da Digby Tantam, che ha infine realizzato una World Confederation of Existential Therapy List (WCET List).

Attraverso questo scambio costante di idee e procedure la confederazione ha elaborato una definizione comune di Terapia Esistenziale attraverso la regia di Stephen Diamond, il cui testo, in inglese ed in italiano, è qui allegato (all. 2).

Gli psicoterapeuti di riferimento internazionale del modello assunto dall'I.S.U.E. sono, tra gli altri, Yrvin D. Yalom (USA), Ernesto Spinelli (UK) e Alfried Längle (A). Altri riferimenti sono Stephen A. Diamond (USA), Kirk J. Schneider (USA), ambedue discepoli di Rollo May, Andres Yaqui Martinez (MEX) e Mick Cooper (USA); un riferimento esterno alla confederazione è Paul T.P. Wong (CAN).²

Caratteristiche del modello

La PSICOTERAPIA ESISTENZIALE, nelle sue diverse modalità propositive, nasce sia da conoscenze clinico-scientifiche che da riflessioni umanistiche e filosofiche.

In particolare la psicoterapia esistenziale ha come riferimento epistemologico l'Antropologia Clinica Esistenziale.

ANTROPOLOGIA CLINICA ESISTENZIALE

La base teorico-clinica dell'Antropologia Clinica Esistenziale si fonda sulla Analisi Esistenziale, che affonda le sue radici nella Daseinsanalyse (di M. Heidegger e M Boss), nella Existenzerhellung (di K. Jaspers) e nella Existenzanalyse (di V. E. Frankl).

Il suo fine specifico è quello di offrire aiuto a chi vive (a vario grado e livello) l'esperienza della crisi esistenziale, attraverso la stimolazione e facilitazione di una adeguata

¹ International Journal of Psychotherapy: 2015, Vol. 19, No. 1, pp. 105-113: ISSN 1356-9082 (l'indicazione ISUE è a pag. 109).

² L'estensore di queste note, Gianfranco Buffardi, attuale presidente dell'I.S.U.E., è stato uno dei promotori della Confederazione mondiale. È membro del Comitato Scientifico del II World Congress of Existential Therapy che si svolgerà nel maggio 2019 in Buenos Aires (Argentina)

chiarificazione e ristrutturazione dei sistemi di riferimento interiori (“mappa interna”), all’origine del proprio atteggiamento e vissuto intimo, nonché del corrispondente stile di vita.

La psicoterapia esistenziale, nell’accezione internazionale che ha raccolto la WCET anche se con metodologie operative differenti, è risultata chiaramente efficace nella psicoterapia e nella terapia integrata di problematiche squisitamente esistenziali, psicologiche, psichiatriche e nell’angoscia di morte che accompagna molte malattie sistemiche (si veda, a conferma, la bella meta-analisi di Vos, Craig e Cooper).

ALCUNI ASPETTI ESSENZIALI DEL MODELLO ESISTENZIALE

ETICA DEL RAPPORTO

Il modello esistenziale presuppone un rapporto duale, professionista/cliente, altamente etico.

Ciò avviene grazie all’intreccio di almeno tre fondamenti epistemologici:

- 1) Il riconoscimento della singolarità della persona, nella sua unicità, indivisibilità e irripetibilità.
- 2) La gestione del rapporto in funzione dell’epochè (sospensione del giudizio: pur non potendo esimersi dal giudicare, il professionista è formato al fine di mettere da parte il proprio giudizio, a cui eventualmente può tornare in seguito per un eventuale confronto con quanto emerge dal rapporto); questa è favorita dall’utilizzo dei particolari strumenti comunicativi (logoanalisi coscienziale).
- 3) La condizione di rapporto a due livelli che si crea tra cliente e professionista: rapporto complementare, in cui le competenze del professionista determinano una condizione di up/down con il cliente che è compensata da un rapporto simmetrico tra i due, in quanto singoli, persone uniche ed irripetibili. Tale condizione favorisce la sintonia tra cliente e professionista.

PRINCIPI ESSENZIALI

Riteniamo che possano essere fondanti e dirimenti i seguenti quattro principi:

- 1) La centralità della persona, riconosciuta come unica, irripetibile ed irriducibile, immersa in un mondo di possibilità.
- 2) La professionalità che agisce in un rapporto duale tra consultante e consulente; i due partecipanti al dialogo possono essere due persone come due gruppi o un gruppo consultante che si rivolge ad un consulente professionista d’aiuto.
- 3) L’atteggiamento del professionista d’aiuto che è fondato sulla pratica della “epoché”: il professionista non giudica e consiglia, ma aiuta l’altro all’emersione delle sue possibilità nascoste, per una risoluzione delle problematiche del

momento, ampliando i propri sistemi di riferimento esistenziale (mappe interne).

- 4) L'attenzione specifica alla comunicazione come strumento principale su cui si fonda l'intervento: diverse modalità d'approccio possono riconoscere diversi strumenti comunicativi.

SCUOLA DI PSICOTERAPIA neoESISTENZIALE (S.P.Es.): UN APPROCCIO METODOLOGICO PER LA PSICOTERAPIA ESISTENZIALE

Per consentire anche ai giovani laureati in Medicina o Psicologia l'accesso ad un cursus studiorum per diventare psicoterapeuta esistenziale, l'Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali propone ora l'avvio di una propria scuola, denominata Scuola di Psicoterapia neoEsistenziale (S.P.Es.).

La S.P.Es. è una Scuola di Psicoterapia Esistenziale che presenta un corpo docenti ricco anche di esperti internazionali del campo.

Saranno, infatti, docenti non italiani della scuola:

- Ernesto Spinelli (UK), psicologo e psicoterapeuta canadese-inglese, considerato con Y. Yalom il riferimento principale della psicoterapia esistenziale mondiale.
- Alfried Längle (A), medico e psicoterapeuta austriaco, allievo di Viktor Emil Frankl e prosecutore del modello logoterapeutico dell'analisi esistenziale.
- Daniel Sousa (P), psicologo e psicoterapeuta lusitano, ISPA Instituto Universitário ISPA, Department of Health and Clinical Psychology.
- Paola Pomponi (UK e I), psicoterapeuta di origine italiana che vive e lavora a Londra.
- Dietrich von Engelhardt (D), bioeticista e filosofo, professore emerito dell'Università di Lubeca, già presidente del comitato bioetico della Germania.

IL MODELLO PSICOTERAPEUTICO DI RIFERIMENTO DELLA S.P.Es. E L'APPROCCIO METODOLOGICO

Riferendoci alla tripartizione concettuale che abbiamo proposto in esergo descriviamo sinteticamente i tre aspetti relativamente all'impostazione della S.P.Es.

Il modello psicoterapeutico di scuola è quello proprio della Psicoterapia Esistenziale così come riconosciuto internazionalmente e condensato nella definizione condivisa dalle scuole che fanno parte della W.C.E.T., edita da Stephen Diamond (allegato alla presente relazione, all. 2).

Gli strumenti sono quelli del dialogo e dell'incontro.

Il metodo prevede un intervento in più fasi (incontro, narrazione, focusing, cognitivizzazione, ampliamento delle mappe interne, chiarificazione esistenziale) con modalità specifiche di utilizzo degli strumenti per le diverse fasi operative.

L'approccio metodologico neoesistenziale è il risultato dell'applicazione degli strumenti metacomunicativi alla psicoterapia esistenziale.

Questa sintesi, avanzata da Ferdinando Brancaleone nei primi anni '80, è stata realizzata ed implementata nel tempo, oltre che da Brancaleone, da Gianfranco Buffardi e da tutti i partecipanti alle attività dell'Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali (ISUE).

La S.P.Es. non innova il modello ma interviene sul metodo operativo, privilegiando (ma non assolutizzando) quale strumento operativo di dialogo la Metacomunicazione di Bandler e Grinder.

Il metamodello comunicativo³, appreso dallo studente attraverso un ampio percorso esercitativo, diventa di fatto un atteggiamento dialogico in luogo di più usuali modalità dialogiche non strutturate e non codificate, come spesso avviene nelle psicoterapie umanistico-esistenziali.

IL METODO neoESISTENZIALE

Il metodo operativo neo-esistenziale si propone di coniugare i presupposti teorico-filosofici dell'approccio esistenziale con i principi della Psicolinguistica generativo-trasformativa, per fini eminentemente terapeutici e di sostegno.

Il livello linguistico-operativo riprende e adatta alla psicoterapia esistenziale i principi del Metamodello comunicativo, proposto da J. Grinder e R. Bandler, fondato sull'applicazione psicologica della Grammatica Generativo-Trasformativa di N. Chomsky.

LOGOANALISI-LOGODINAMICA

L'obiettivo dell'Antropologia Clinica Esistenziale non può prescindere dal modo e dall'incidenza con cui viene attuata la comunicazione nell'incontro tra l'individuo-terapeuta e l'individuo-paziente. Pertanto, l'approccio metodologico elaborato nel tempo dalla Scuola di Psicoterapia Esistenziale ha visto il progressivo inserimento di tecniche linguistico-comunicative, quali la Logoanalisi Coscienziale, la Logodinamica Subliminale e la Logodinamica analitico-esistenziale, tutte proprie della Psicolinguistica generativo-trasformativa ed alla base del metamodello comunicativo in psicoterapia, studiato primariamente da Richard Bandler e John Grinder.

Qui di seguito riporto una sintesi descrittiva delle tre tecniche più utilizzate:

La Logoanalisi Coscienziale è una metodica comunicativa volta a rendere sempre maggiormente chiara ed esplicita la "struttura profonda" della comunicazione, sottesa alle

³ (l'espressione metamodello è traduzione dell'originale in lingua inglese tratto dai testi di Bandler e Grinder e genera, purtroppo, ambiguità: non si tratta di un MODELLO PSICOTERAPEUTICO, ma di uno STRUMENTO PER LA PSICOTERAPIA).

“strutture superficiali” attraverso cui ha luogo la comunicazione dell’individuo-paziente.

La Logodinamica Subliminale è l’uso di strategie comunicative che facilitino e stimolino l’utilizzazione di meccanismi spontanei di elaborazione dei messaggi del terapeuta, in modo da attivare nel paziente processi creativo-generativi, per il recupero potenziali significati, risorse e capacità, che sono alla portata del livello subliminale del suo essere e della sua mente.

La Logodinamica analitico-esistenziale, in realtà il risultato delle due precedenti metodiche comunicative applicate al processo di analisi esistenziale, si propone come obiettivo specifico quello di individuare e focalizzare gli ambiti esistenziali entro i quali intervenire al fine di aiutare a chiarire valori, significati e scopi del proprio essere nel mondo.

Specificità e valore aggiunto della S.P.Es.

La Scuola di Psicoterapia neoEsistenziale è il risultato dell’applicazione dei moderni metodi di comunicazione efficace alla psicoterapia esistenziale, realizzando un metodo operativo che può applicarsi anche ad altri approcci psicoterapeutici umanistico-esistenziali, agli approcci terapeutici bionomici ed a quelli logoterapici.

È uno strumento complesso, adattabile, in grado di interagire con la maggior parte degli altri modelli psicoterapeutici, potenziando e velocizzando la loro intrinseca capacità terapeutica.

La Psicoterapia (neo)Esistenziale può operare in tempi brevi, può essere focalizzata, può integrarsi con altri interventi sia medici, come l’intervento psichiatrico, sia di aiuto, come il counseling o l’attività educativa. In Italia sono presenti POCHE altre scuole di psicoterapia esistenziale; una scuola che si rifà al modello esistenziale nel titolo di recente autorizzazione ministeriale è, in realtà, orientata su una metodologia propria di una psicoterapia psicodinamica.

Sia il modello psicoterapeutico esistenziale, che è il modello di scuola, sia il “metamodello” comunicativo, che è il principale strumento comunicativo utilizzato nel nostro lavoro, sono ampiamente acclarati dalla letteratura scientifica internazionale.

Abbiamo integrato la bibliografia internazionale sul modello esistenziale presentata precedentemente, con alcuni recenti lavori sulle applicazioni cliniche della psicoterapia esistenziale. Tra gli altri sono importanti i lavori che trattano di psicoterapia esistenziale e cancro, quelli dedicati all’età infantile e adolescenziale e l’importante meta-analisi, il cui testo è free in internet, condotta da Vos, Craig e Cooper.

Presentiamo, qui allegati e parte integrante della presente relazione: copia del lavoro di Edgar Correia con le indicazioni degli enti internazionali di studio e sviluppo della Psicoterapia Esistenziale (l'ISUE è alla pag. 109); la definizione di Psicoterapia Esistenziale, cui il nostro Istituto ha partecipato con il contributo di Gianfranco Buffardi; ed il breve commentario del modello di scuola, presentato al congresso S.E.A. di Londra del 2011 a firma di Ferdinando Brancaleone e Gianfranco Buffardi.

Infine proponiamo due bibliografie allegate; la prima (all. 4) è una bibliografia internazionale parziale su recenti articoli e volumi in tema di psicoterapia esistenziale e sulle sue applicazioni cliniche; la seconda (all. 5), una bibliografia sul metamodello linguistico.

ALLEGATI

Allegato 1: E. Correia: Existential Psychotherapy Institutes List; pdf.

Allegato 2: Existential Therapy Definition (WCET, a cura di Stephen Diamond).

Allegato 3: booklet presentato al congresso europeo di Londra, 2011, nella traduzione italiana.

Allegato 4: bibliografia internazionale sul modello esistenziale.

Allegato 5: bibliografia internazionale sullo strumento del metamodello comunicativo (o linguistico).