

# La psicoterapia fa danni?

Pochi giorni fa, di domenica mattina, in edicola, vedo il titolo in prima pagina:

***“I danni della psicoterapia”*** . E' sul mensile *Mente e Cervello*.

Da psicoterapeuta non posso fare a meno di provare subito una risposta vegetativa: un rimorso! e la ricerca immediata delle mie colpe: avevo fatto dei danni ai miei pazienti?

Giuro sono innocente e, comunque, in buona fede. Così pensavo nel mio “dialogo interno”...

Mi affretto a tornare a casa, leggere e scoprire che si tratta di un articolo che parla più delle possibilità e difficoltà di verificare i casi in cui la terapia non funziona.

Eh no! mi dico, così non va!

Prendo carta e penna (desktop e tastiera) e scrivo al direttore della rivista.

Ecco la lettera:

a: [mente\\_cervello@lescienze.it](mailto:mente_cervello@lescienze.it)

alla cortese attenzione del Direttore Marco Cattaneo

Gentile Direttore,

sul numero 139 del corrente mese di luglio 2016 ho letto il suo editoriale e l'articolo di Giovanni Sabato su «I Danni della psicoterapia».

Dopo aver letto l'articolo mi permetto di aggiungere: «presunti danni»

Sono psicologo e psicoterapeuta e seguo la rivista da lei diretta con interesse. A mio giudizio la più seria – finora – nel panorama italiano delle riviste di settore.

Sono d'accordo che la ricerca debba esplorare meglio e di più le circostanze in cui la terapia non funziona e che, attraverso di essa, sarà proprio la psicoterapia a trarre beneficio.

Popper ha mostrato “inconfutabilmente” come l'inconfutabilità di una teoria non è un pregio ma un difetto.

Riporto in questa forma paradossale il contributo di Popper a sottolineare l'aspetto che sottopongo alla sua attenzione: ci troviamo in un'area, quella dell'umana esistenza, che meriterebbe più delicatezza, attenzione, rispetto.

Ricordo Bateson con il suo "Dove gli Angeli esitano".

E invece dell'esitazione trovo un articolo con un titolo che a me è sembrato un po' "sparato". Come nella tradizione dei quotidiani "pop" e, mi si perdoni l'accostamento: il titolo cattura, l'articolo evade.

Non è riportata alcuna evidenza dei danni così nettamente dichiarati in copertina. Anzi, nel testo, ci si affretta ad attenuare la portata delle affermazioni segnalando le difficoltà della ricerca a definire concretamente la miriade di variabili agenti in una psicoterapia a partire dalla decisione di iniziare un percorso fino alla valutazione degli effetti sul lungo periodo dopo la conclusione.

Si! ci vorrebbe più cautela.

Infine suggerisco di approfondire altre ricerche che hanno portato il servizio sanitario britannico a potenziare i servizi di psicoterapia dimostrando l'enorme potenziale umano ed economico che libererebbe un ricorso più diffuso alla psicoterapia.

[http://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(16\)30024-4/abstract](http://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(16)30024-4/abstract)

e i riferimenti che potrà trovare sull'articolo di Felice Torricelli, psicologo e presidente dell' ENPAP:

<http://www.altrapsicologia.it/editoriali/enpap-gli-psicologi-investono-sulla-psicologia/>

A me pare che è ora che un po' tutti ci muoviamo verso un atteggiamento, per dirla con Bacone, construens

Con i miei più cordiali saluti e immutata stima.

Ersindo Nuzzo Psicologo e psicoterapeuta Consigliere di indirizzo generale Enpap.

Per dovere di cronaca: al momento in cui scrivo non è arrivata risposta.

Ora aggiungo solo una breve considerazione relativa alla

nostra professione. Siamo circa centomila psicologi che già qualcuno dice essere "troppi" e di cui – sembra – la metà psicoterapeuti. Versiamo le quote di iscrizione, obbligatorie per legge, agli Ordini regionali o provinciali che altrettanto obbligatoriamente versano una parte di queste quote al Consiglio Nazionale degli Ordini degli Psicologi C.N.O.P. .  
Mente e Cervello non è un giornalino di quartiere, è una rivista qualificata della nostra area professionale a larga diffusione nazionale.

SE questa rivista titola in prima pagina "I danni della psicoterapia", dico io, il CNOP è lì per fare cosa ?

Mi piacerebbe molto ascoltare i pareri di tutti: psicologi, psicoterapeuti, studenti di psicologia, blogger di vario orientamento clinico e politico-professionale.

Insomma, che dire? sveglia!!!