

Indice

Prefazione di <i>Marilla Malugani</i>	5
Presentazione dell'edizione italiana di <i>Alessandro Bellin e Irmo Carraro</i>	9
Nota dei traduttori e glossario	13
Ringraziamenti	15
Introduzione	17
Parte 1 Una nuova metapsicologia dell'inconscio	
CAPITOLO 1 Trauma da attaccamento, transfert e controtransfert	23
CAPITOLO 2 Ansia e difese inconsce	27
CAPITOLO 3 Spettri dei pazienti trattabili con la ISTDP	43
Capitolo 4 Complesso dei sentimenti transferali e alleanza terapeutica inconscia	49
CAPITOLO 5 Esperienza somatica delle emozioni	57
Parte 2 Applicazioni cliniche	
CAPITOLO 6 Inizio del trattamento	63
CAPITOLO 7 Perché nessun segnale?	75
CAPITOLO 8 Basso <i>versus</i> medio <i>versus</i> alto aumento del transfert	81
CAPITOLO 9 La pressione: superando la resistenza	85

CAPITOLO 10	
Chiarificazione e confronto	93
CAPITOLO 11	
<i>Head-on collision</i>	99
CAPITOLO 12	
Il paziente con bassa resistenza: la porta aperta	111
CAPITOLO 13	
Il paziente mediamente resistente: la cantina custodita	117
CAPITOLO 14	
Il paziente altamente resistente: il castello fortificato	149
CAPITOLO 15	
Alta resistenza con rimozione: il prigioniero paralizzato	213
CAPITOLO 16	
La struttura di carattere fragile: il terrore nella prigione sotterranea	269
CAPITOLO 17	
La struttura di carattere altamente fragile: frammentato e impaurito	363
APPENDICE	
Base empirica per la psicoterapia psicodinamica a breve termine e la psicoterapia intensiva dinamica a breve termine	395
Lecture suggerite	401
Bibliografia	403
Indice analitico	409
Note sull'autore	429
Riconoscimenti	431

Prefazione

L'interesse del CISSPAT¹ per lo studio e la diffusione delle Psicoterapie Brevi Dinamiche copre un orizzonte temporale di oltre 45 anni.

Si era nel 1972 quando per Psicoterapia Breve, in Italia, si intendevano quelle metodologie che si svolgevano in un lasso di tempo contenuto. Erano per lo più metodi di rilassamento, in primis il T.A. (Training Autogeno di J. H. Schultz); quelli basati sull'uso di immagini mentali e di visualizzazioni guidate, e quelli che consentivano di realizzare stati modificati di coscienza con varie tecniche di induzione ipnotica, per citare solo i più diffusi in quegli anni. Si trattava di metodi psicoterapeutici di durata limitata, tuttora validi, ma diversi da ciò che è venuto sempre meglio precisandosi e si intende attualmente per psicoterapia dinamica breve in senso stretto.

Abbiamo seguito tutta l'evoluzione e lo sviluppo delle terapie brevi quali andavano affermandosi a livello internazionale.

Luigi Peresson, fondatore del CISSPAT, con notevole lungimiranza aveva saputo cogliere la validità e modernità di queste nuove forme di psicoterapia che meglio di altre avrebbero risposto alle esigenze di una nuova utenza e ai profondi cambiamenti sociali in atto.

Condividendo appieno il suo pensiero, abbiamo proseguito in questa direzione non senza dover affrontare tabù e pregiudizi che frenavano in Italia l'affermazione di questo nuovo modo di fare psicoterapia. Erano considerate trattamenti di serie B nei confronti della psicoanalisi classica ritenuta trattamento di elezione, una sorta di psicoanalisi abbreviata, interventi che potevano essere proposti a quei pazienti che, o per mancanza di tempo o di denaro, non potevano permettersi trattamenti più lunghi; terapie poco valide perché non analizzavano in profondità la personalità.

Al di là di questi pregiudizi le Psicoterapie Brevi andavano sempre più affermandosi arrivando anche in Italia gli echi di esperienze, studi e ricerche internazionali.

Vanno ricordati in Europa i lavori di David Malan presso la Tavistock Clinic di Londra e, prima di lui, di Michael Balint che aveva messo a punto la Psicoterapia Focale e, già dal 1955, aveva promosso il I Workshop sulle psicoterapie brevi cui partecipò lo stesso David Malan. Di quest'ultimo autore nel 1981 esce il libro *Psicoterapia in pratica*, testo fondamentale per

¹ Centro Italiano Studio e Sviluppo di Psicoterapie A Breve Termine, Piazza A. de Gasperi 41, 35131 Padova.

chi si occupa di terapie brevi. Malan intraprese una stretta collaborazione, che prosegue tuttora, con Habib Davanloo.

I contributi più significativi provengono dagli USA e dal Canada. Gli autori di maggior spicco che hanno impresso un notevole impulso allo sviluppo e alla affermazione delle terapie brevi sono Peter Sifneos (Harvard Medical School di Boston) che propone la STAPP (Short-Term Anxiety-Provoking Psychotherapy); e Habib Davanloo con la ISTDP (Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy) che prevede una tecnica innovativa di apertura-accesso (*Unlocking*) all'inconscio denominata "Sequenza Dinamica Centrale".

Nei numerosi seminari e workshop tenuti da Davanloo si è formata una folta schiera di allievi i quali hanno ampliato e sviluppato il suo pensiero elaborando metodi propri che si differenziano tra loro per il maggiore o minore accento posto su alcuni aspetti del processo terapeutico.

Noi del CISSPAT abbiamo sempre creduto nella validità e attualità delle Psicoterapie Brevi e abbiamo continuato a diffonderne i metodi più avanzati e all'avanguardia aggiornando via via i programmi formativi, adeguandoli ai contributi e agli studi più recenti.

Ai nostri Convegni, agli Workshop, agli incontri di Supervisione e di Aggiornamento sono intervenute alcune tra le personalità di maggior rilievo a livello internazionale nel settore specifico delle terapie dinamiche brevi. Tra questi Allan Abbass del cui libro *Reaching through Resistance* abbiamo curato la traduzione e la pubblicazione in Italia, come nel 1993 avevamo fatto con il libro di Peter Sifneos *Short-Term Dynamic Psychotherapy*. Questo richiamo per ribadire la lunga tradizione che ci vede interessati alle psicoterapie dinamiche brevi.

Il libro di Abbass che abbiamo il piacere di presentare al pubblico italiano mostra una grande ricchezza di contenuti. Esso è il risultato di un lavoro assiduo frutto di sperimentazioni accurate, di ampie ricerche e di studi non disgiunti da molti anni di pratica clinica realizzati con "instancabile passione" sia per la cura dei suoi pazienti, sia per l'insegnamento di una psicoterapia intensiva efficace. Ne risulta un quadro completo del suo modello la cui presentazione non si limita ad una semplice esposizione teorica o ad una pura descrizione tecnica, ma ci mostra gli aspetti più specificamente terapeutici, dove la prospettazione dei presupposti teorici viene utilizzata come riferimento essenziale per sostenere ed avvalorare la pratica clinica. La presentazione accurata di casi tratti dalla ricca casistica personale porta il lettore, passo dopo passo, all'interno di un processo terapeutico che vede paziente e terapeuta reciprocamente coinvolti in una esperienza di forte impatto emotivo.

L'autore si mostra acuto e profondo conoscitore della ISTDP, psicoterapeuta scrupoloso e attento ai risultati e alla loro applicazione per realizzare formulazioni teoriche sempre più precise. Questo volume è basato su molti anni di esperienza di psicoterapia intensiva breve con i suoi pazienti. Ci mostra paziente e terapeuta *vis à vis*, le modalità di impostazione terapeutica, le manovre tecniche, definisce e descrive le tecniche terapeutiche e l'efficacia del trattamento quale risulta da sperimentazioni e ricerche.

Ciò che caratterizza principalmente questo libro e lo differenzia da altri sullo stesso argomento è l'abbondanza di materiale clinico tratto dalla videoregistrazione delle sedute. Un'opera veramente esaustiva nella quale i casi proposti offrono l'opportunità di vedere un abile terapeuta al lavoro con i suoi pazienti, occasione preziosa per quanti si avvicinano per la prima volta alla ISTDP e al metodo di Abbass e per quanti già la praticano.

Sono sicura che questo volume di Allan Abbass risulterà di grande utilità al lettore italiano e che ad esso corrisponderà il successo che indubbiamente merita.

Marilla Malugani
Direttrice CISSPAT - Padova

Presentazione dell'edizione italiana

Come spesso accade nella vita, quando si fanno certi incontri, il nostro modo di operare e di relazionarci può cambiare profondamente.

Negli ultimi anni, molti di noi, docenti del CISSPAT di Padova che hanno approfondito le psicoterapie dinamiche brevi intensive ed esperienziali, pur percorrendo strade diverse, hanno potuto talvolta riconoscere nel proprio modo di operare gli insegnamenti di Allan Abbass.

Seguire le sue lezioni, vedere i suoi video, leggere e approfondire le sue ricerche non può non incidere sul modo di operare di ciascun terapeuta al di là della sua formazione di base. Di questo sono testimoni molti colleghi clinici esperti che, pur adottando la tecnica analitica più tradizionale, spesso incuriositi e desiderosi di poter sperimentare anche solo alcune parti di questo approccio psicoterapeutico intensivo, hanno riscontrato fin da subito dei risultati molto positivi all'interno del processo terapeutico, superando interminabili stalli e inespugnabili resistenze.

Questo manuale raccoglie il prezioso contributo che, negli ultimi vent'anni, l'autore ha fatto conoscere a tutta la comunità scientifica. Lo dimostrano i numerosi riconoscimenti ricevuti da autorevoli nomi della scena mondiale.

In particolare, uno dei suoi meriti è quello, a nostro parere, di saper insegnare e trasmettere con profondità e chiarezza una tecnica avanzata di psicoterapia intensiva, che può permettere agli psicoterapeuti (dopo un'adeguata formazione) di reiterare opportuni ed efficaci interventi, a seconda delle circostanze cliniche.

La ISTDP (*Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy*), formulata da Habib Davanloo grazie alle sue grandi intuizioni cliniche e poi corroborata dal solido impianto teorico e metapsicologico di David Malan, fin dagli inizi si era dimostrata una delle tecniche psicoterapeutiche intensive assolutamente rivoluzionaria nel panorama di allora. Fu a partire dagli anni '50 che Davanloo la sviluppò per arrivare verso la fine degli anni '80 alle sue importanti pubblicazioni nell'*International Journal of Short-Term Psychotherapy*.

All'epoca, soprattutto nella realtà italiana, la tecnica analitica o comunque le diverse tecniche di derivazione psicoanalitica faceva da padrona nel panorama clinico delle psicoterapie. Era senz'altro fuori dall'ortodossia pensare ad una tecnica di psicoterapia "attiva", implicante un "attacco" alle difese (e mai al paziente!) insieme ad una puntuale regolazione

dell'ansia, così da permettere allo stesso di esperire con il terapeuta intense emozioni e sentimenti sepolti nell'inconscio e imprigionati nel corpo sviluppando molta sofferenza e conflitto. In realtà questo approccio stava realizzando in termini di tecnica il concetto di *esperienza emotiva correttiva* di Franz Alexander e Thomas M. French.

In molti convegni e seminari si ricordano ancor oggi le considerazioni che D.H. Malan ha espresso in più occasioni. In particolare quando l'autore (riferendosi agli apporti di Davanloo) a fine degli anni '70 avrebbe affermato che la psicoterapia si sarebbe rivoluzionata. Per poi rettificare e parlare della difficoltà della trasmissibilità della tecnica.

La tecnica dell'ISTDP, infatti, prevede fin da subito la "messa in discussione" delle difese al fine di creare una "breccia" che permetta al paziente di vivere determinate emozioni e sentimenti, rimossi o inconsci. Affetti che, in termini maladattivi, hanno creato sofferenza nelle relazioni passate e attuali. Si tratta di andare a 'scardinare' le difese fin dal primo colloquio, al fine di permettere al paziente stesso di mettere in discussione un sistema che il proprio Sè ha messo in piedi per far fronte alla sofferenza, determinando un malfunzionamento talora egosintonico. Una tecnica psicoterapeutica estremamente potente che, come ogni strumento, abbisogna di un terapeuta altrettanto capace di 'maneggiare' i vissuti che egli stesso rivivrà (applicandola) nel suo profondo.

Non a caso chi si avvicina a questo approccio sovente ne rimane 'spaventato' e sviluppa molte resistenze o addirittura arriva ad attaccarlo. Per questo motivo, l'insegnamento di tale tecnica intensiva richiede notevole prudenza e responsabilità.

La tecnica dell'ISTDP, dai suoi inizi ad oggi, continua peraltro ad essere perfezionata ed è opinione comune, fra i suoi maggiori sostenitori, che Allan Abbass sia da annoverare fra i clinici e i teorici oggi più accreditati. Questa affermazione, al di là dell'affetto professionale che molti di noi conservano verso l'autore, è dimostrabile e riassumibile in due semplici osservazioni: innanzitutto, la sua capacità di semplificare e rendere 'accessibili' i concetti fondamentali della tecnica e della metapsicologia ISTDP; e, in secondo luogo, le sue caratteristiche personologiche, che permettono di far emergere in modo chiaro gli interventi effettuati sul paziente, lasciando in primo piano quest'ultimo e la tecnica, senza 'inquinare' la scena. Queste due caratteristiche consentono di rendere la tecnica acquisibile e trasmissibile ai più, in quanto rende possibile apprendere la teoria visionando una pratica 'neutra' che permette a ciascun clinico di rivedersi nel praticarla.

Tutto questo lo possiamo cogliere in questa ricca raccolta che l'autore ha sviluppato nella sua attività professionale mediante numerose videoregistrazioni, i cui stralci significativi sono stati fedelmente riportati nel ma-

nale sotto forma di puntuali e approfondite vignette cliniche attraverso cui il lettore può assaporare in vivo l'applicazione del modello "standard" e "graduato" di Allan Abbas. Una metodica psicoterapeutica intensiva che riprende il lavoro di Davanloo e lo approfondisce, intessendolo con gli assunti teorici sul controtransfert di Otto Kernberg (1965, 1976a) e con quelli sul triangolo del conflitto e delle persone di David Malan (1979). Ne risultano delle stimolanti vignette cliniche che mostrano come utilizzare opportunamente gli interventi di pressione, confronto, scontro, accesso e sblocco verso l'inconscio nel duro lavoro con le resistenze, in modo da avere accesso all'affettività inconscia o rimossa del paziente. Un modello psicoterapeutico che vede, quindi, un intervento attivo e "instancabile" di un terapeuta attento e incalzante che, in modo ponderato, va a sollecitare nel qui e ora della relazione duale, intensi movimenti pulsionali, emozionali e rappresentativi (immagini), facendoli sperimentare intensamente al paziente in modo da liberarlo dal 'blocco' in cui da tempo è 'aggrovigliato', aprendogli così la strada verso un sano divenire espressivo, relazionale e creativo.

L'assunto teorico-clinico di base sottostante a tale approccio è che, a causa di precoci traumi infantili, insorti nel rapporto con le figure di attaccamento primarie, il soggetto ha eretto una massiccia corazza difensiva che gli ha impedito di contattare e attingere dalla sua affettività più profonda, determinando un impoverimento emotivo e cognitivo che ha disturbato il riconoscimento e l'espressione delle sue emozioni e sentimenti.

Ma a quale concetto di inconscio fa riferimento Allan Abbas?

Si tratta di un inconscio costituito da struggenti e indomabili pulsioni e affetti inconsci o rimossi che hanno spaventato l'apparato psichico immaturo del bambino, spingendolo a utilizzare in modo massiccio tutta una serie di difese primitive che hanno 'imbrigliato' e bloccato le sue forze intrapsichiche, infragilendo in modo più o meno grave la sua struttura di carattere. Allan Abbas mostra con chiarezza l'applicazione del modello ISTDP standard e graduato con cui affrontare clinicamente il malfunzionamento psichico dei pazienti psiconevrotici e di quelli con carattere leggermente, mediamente e gravemente fragile, liberando questi ultimi dalle catene e dal carcere in cui sono da tempo rinchiusi da un terribile tiranno interno che impedisce con le sue guardie qualunque tentativo di fuga liberatoria.

L'approccio di Allan Abbas si differenzia molto dalla psicoanalisi classica nella misura in cui non propone un graduale avvicinamento del mondo interno del paziente mano a mano che si esprime e matura all'interno della matrice relazionale transferale/controtransferale, con un setting che fa ricorso al divano, alle associazioni libere, ad un ascolto prevalentemente

empatico, poco interattivo, che utilizza l'“attenzione fluttuante” e, soprattutto, l'interpretazione come superamento della resistenza. Anzi, la sua proposta clinica è di un modello attivo, *vis à vis*, da parte di un terapeuta che non attende, ma va a sollecitare e smuovere le forze dinamiche attive nel processo terapeutico, come l'alleanza terapeutica inconscia, quella conscia e la resistenza, portandole a un confronto diretto nel transfert, così da indebolire e superare la resistenza, raggiungendo le profondità affettivo-emotive del soggetto. In questo modo, si evita l'insorgenza della “nevrosi di transfert” e si accede rapidamente al mondo inconscio del paziente, abbreviando notevolmente la durata del trattamento.

Non si tratta comunque di un intervento psicoterapeutico ‘selvaggio’, ‘muscolare’ o ‘superficiale’ come alcuni psicoanalisti affermano, ma di una metodica clinica strutturata, chiara nei suoi obiettivi e nei suoi strumenti da quelli più conosciuti nella clinica psicodinamica, come la chiarificazione, il confronto, l'interpretazione e la rielaborazione, a quelli meno conosciuti come la pressione, lo scontro, lo sblocco, l'accesso, il rinforzo e la ricapitolazione. Una metodica psicoterapeutica rigorosamente sistematizzata, sperimentata e validata da numerose ricerche cliniche. (Vedi Appendice)

Una metodica che il terapeuta, attentamente e flessibilmente, può ‘modulare’ a seconda del grado di tolleranza dell'ansia e di psicopatologia del soggetto, utilizzando una particolare forma di ‘graduazione’, costituita da ponderati cicli di pressione, rinforzo delle capacità psichiche e ricapitolazione del processo terapeutico in corso, a seconda del bisogno, delle resistenze e delle risorse interne del paziente.

Dopo la lettura di questo manuale, molti colleghi psicoterapeuti avvertiranno l'esigenza di partecipare ai periodici seminari e workshop di Allan Abbass al fine di visionare *de visu* le sue stimolanti sedute videoregistrate e familiarizzare da vicino con questo approccio psicoterapeutico intensivo.

Alessandro Bellin

Psicologo psicoterapeuta

Direttore della CTR “Cosmo” di Vicenza

Direttore Centro Clinico “la Quercia” di Creazzo (Vi)

Docente di “Psicoterapia intensiva dinamica breve ed esperienziale” presso il CISSPAT di Padova

Irmo Carraro

Psicologo psicoterapeuta. Psicoanalista CIPA di Parigi

Membro del Centro studi del CART di Milano

Docente di “Clinica psicoanalitica” presso il CISSPAT di Padova