

L'aderenza alla psicoterapia: la controversia tra processi, personalità e relazione.

Sandra Sassaroli

In molte tradizioni cliniche quando il terapeuta si trova di fronte a un problema di alleanza con il paziente è abituato a ricorrere a spiegazioni che si basano su modelli focalizzati sulla relazione terapeutica oppure sulla psicopatologia della personalità. Questi modelli, sicuramente sofisticati e complessi, privilegiano l'indagine di stati mentali meno controllabili e soggetti alle capacità proattive del paziente e ricercano il fattore curativo in esperienze emozionali correttive e nella loro analisi in seduta in termini di dinamiche relazionali. Il modello cognitivo ha affrontato questo aspetto in maniera diversa con la svolta processuale. Questa svolta mantiene l'interesse proprio del modello cognitivo per il lavoro sulle funzioni mentali più padroneggiabili e proattive, come quelle di adattamento continuo e modulazione metacognitiva dei sistemi ai contesti in cui vivono. Il modello teorico processuale si traduce in seduta nell'attenzione alla condivisione continua tra paziente e terapeuta del funzionamento psicopatologico, al monitoraggio continuo dell'andamento della terapia e la possibilità di gestire l'alleanza come aderenza o discostamento dalla condivisione del progetto clinico.