

NUOVE FRONTIERE (PSICO)TERAPEUTICHE

Ipnosi vigile, il sintomo passa in fretta

La salernitana Giovanna Celia e il marito Mauro Cozzolino sono gli unici italiani scelti dalla rivista della Erickson Foundation

di Barbara Cangiano

Dimenticate i lettini in pelle in stile Woody Allen, quelli sui quali, pazienti nevrotici e tormentati, si adagiavano prima di vomitare al cospetto del proprio analista, le più antiche fratture consumate nel nucleo familiare. Cancellate pure pendoli per indurre la trance, stock di benzodiazepine e antipsicotici, gruppi di auto aiuto e interminabili viaggi nella propria psiche alla ricerca di qualcosa che assomigli a un principio di realtà. La nuova frontiera si chiama psicoterapia strategica e promette risultati in tempi rapidissimi, da otto sedute a sei mesi, a seconda ovviamente dei casi da trattare. Scettici? Al di là dell'Oceano non lo sono, al punto che la rivista ufficiale della Milton Erickson Foundation ha scelto come protagonisti della rubrica The Power of Two, per la prima volta in vent'anni, due italiani: Mauro Cozzolino e la consorte salernitana Giovanna Celia, entrambi figli dell'innovativo lavoro di Milton H. Erickson e della scuola californiana di Ernest Lawrence Rossi. «Si tratta di una rubrica che ha ospitato le grandi coppie della psicoterapia strategica nel mondo. Un onore riservato a colleghi del calibro di Jay Haley e Madeleine Richeport Haley, Robert e Deborah Dilts, Jeffrey e Lilian Zeitg, i coniugi Yapko, Ernest e Kathryn Rossi, i Simpkins, i Barretta», spiega Celia. L'autrice Marilla Baker non si risparmia: «Giovanna Celia e Mauro Cozzolino rappresentano su molti livelli il vero spirito del potere della coppia. I loro lavori innovativi sviluppati presso il Centro internazionale di psicologia e psicoterapia strategica dimostrano l'evoluzione energetica e l'approfondimento di approcci psicoterapeutici radicati nel lavoro di Milton Erickson», contribuendo in questo modo in maniera significativa «all'avanzamento e all'evoluzione dell'ipnosi clinica e della psicoterapia». Ma non si tratta di una forma di ipnosi tradizionale. Quella praticata è una forma di «ipnosi vigile», adoperata in particolare per debellare in tempi molto brevi sintomatologie che possono rivelarsi invalidanti, come nel caso degli at-



“ L'approccio strategico consente di avere risultati molto rapidi da otto sedute a sei mesi a seconda delle patologie

“ Da ottobre la metodologia sarà applicata su un gruppo di donne malate di tumore al seno in cura al Pascale per verificare l'approccio sulle cure

Da sinistra Mauro Cozzolino, Ernest Rossi e Giovanna Celia



tacchi di panico: «Se il paziente traduce sul piano corporeo un suo malessere interiore, è perché rifiuta di toccare la propria dimensione psicologica – spiega Celia – e vuole evitare di scavarci in cose sulle quali non ha governo o delle quali non vuole cederlo ad altri. La persona resta vigile durante la seduta e sa benissimo quello che fa, ma

senza fare leva sulla ragione che ha organizzato il sintomo». La peculiarità di questo indirizzo neuroscientifico, che rappresenta la frontiera della moderna psicoterapia, è quella di mettere insieme diversi approcci, superando l'evoluzione storica che dalla psicoanalisi ha portato al cognitivismo, al comportamentismo e agli approcci siste-

mico-relazionali. «Prima negli Stati Uniti e in tempi più recenti in Italia si è determinata la convinzione che separare le sfere non ha alcuna utilità, se non per questioni "politiche" o di potere delle singole scuole – specifica la psicoterapeuta salernitana – I problemi esistono a livello sistemico, cognitivo, comportamentale e occorre in-

tervenire su tutti gli aspetti contemporaneamente. Per questo noi dialoghiamo continuamente con biologi, medici ed informatici, tenendo come punto di riferimento particolare le neuroscienze». Gli sforzi finora compiuti sono stati premiati da una pubblicazione illustre, «che ci spinge ad andare avanti nonostante queste discipline

siano guardate con un certo pregiudizio soprattutto nel Mezzogiorno». La speranza è che si possa finalmente superare un gap culturale, in modo «da formare generazioni di professionisti in gamba e moderni, perché spesso i nostri giovani escono dalle università già vecchi e senza stimoli. Per la coppia, unita anche nella vita privata, non è una novità: già nel 2013 furono scelti come unici italiani a relazionare nell'ambito di Evolution of psychotherapy, il più importante convegno al mondo. Merito anche delle ricerche sperimentali condotte all'Università di Salerno su un campione di pazienti sottoposti ad analisi del sangue per dimostrare come la psicoterapia funzioni a livello non solo psicologico ma anche biologico/organico. Nel 2015 a Phoenix Celia e Cozzolino hanno ricevuto un premio per la loro attività e ora sono entrati nella rubrica delle coppie di psicoterapia strategica più importanti nel mondo. Al timone di due scuole di psicoterapia, una a Roma con il Seraphicum, aperta nel 2003 e una a Salerno, il Centro internazionale di psicologia e psicoterapia strategica, aperta nel 2012, sono diventati un punto di riferimento collezionando richieste di tirocinio da tutto il mondo. L'ultima conquista, in ordine cronologico, riguarda l'Istituto Pascale di Napoli, con il quale il team collaborerà, a partire da ottobre, per sperimentare questa particolare metodologia su un gruppo di pazienti affette da tumore al seno, con l'obiettivo di valutare la riduzione di sintomi e recidive. «Ci sono studi americani che hanno dimostrato come ci sia una stretta correlazione tra l'aspetto psicologico e quello patologico», conferma Celia, alla quale si rivolgono persone affette da crisi di panico, depressione, tendenze suicide, ma anche vittime di dolori cronici o in difficoltà con la gestione dei minori. Per avvicinarsi al metodo strategico, infatti, non occorre essere necessariamente "malati", dal momento che si tratta di un approccio capace di ottimizzare il comportamento complessivo, ad esempio per migliorare il proprio stile di vita.