



## Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia: una rassegna aggiornata di studi sperimentali

Morena Danieli

### Introduzione

Nel febbraio scorso l'Istituto Superiore di Sanità (ISS) ha pubblicato un documento che riassume i risultati di una *Consensus Conference*, coordinata dall'Università di Padova e istituita per valutare i trattamenti terapeutici dei disturbi d'ansia e depressione. Alla Conferenza hanno contribuito numerosi accademici, rappresentanti degli Ordini professionali, dei servizi sanitari regionali e delle associazioni di utenti. La Conferenza ha elaborato un documento, recepito dall'ISS, contenente raccomandazioni circa le scelte terapeutiche per il trattamento dei disturbi d'ansia e depressione. Come sottolinea Francesco Gazzillo in una breve nota pubblicata sul sito web della Società Psicoanalitica Italiana (Gazzillo, 2022), i lavori della conferenza sono stati fortemente influenzati dai modelli di valutazione dell'efficacia terapeutica elaborati dal *National Institute for Clinical Excellence* (NICE) britannico e dalle associazioni statunitensi di psichiatria e psicologia. Com'è noto, in questi istituti si è affermato da tempo il paradigma della medicina basata sulle prove di efficacia: già nel 1993 l'*American Psychological Association* aveva creato una sezione di psicologia clinica con lo scopo di promuovere i trattamenti psicologici corredati da dati analizzati in studi controllati. Analogamente, nel resoconto dell'ISS viene raccomandato di privilegiare in modo omogeneo, su tutto il territorio nazionale e in strutture sia pubbliche che private, la somministrazione di trattamenti di psicoterapia basati su prove di efficacia. Viene inoltre raccomandato di monitorare gli esiti in modo sistematico e con opportuni strumenti psicometrici (Gruppo di Studio, 2022, pag. 92). Come esempi di approcci psicoterapeutici di "provata efficacia" il documento fa riferimento, in modo pressoché esclusivo, alla psicoterapia cognitivo-comportamentale. Le psicoterapie psicoanalitiche e la psicoanalisi non sono citate, mentre un breve cenno è riservato alla psicoterapia interpersonale.

Il documento affronta il problema delle scelte terapeutiche per ansia e depressione in modo molto ampio; infatti, include raccomandazioni sulla formazione accademica degli psicologi e degli psicoterapeuti, sugli schemi di trattamento erogabili nei servizi pubblici di salute mentale (da bassa ad alta intensità), sui costi che devono essere sostenuti dagli stakeholder, e così via. Non è noto come questo documento sarà recepito dal Ministero della Sanità e quali linee guida ne deriveranno. Ciò che tuttavia colpisce, ad una prima lettura, è l'assenza di riferimenti al modello psicoanalitico, nonostante negli ultimi anni la ricerca – anche sperimentale, in questo campo sia fiorita



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

e abbia fornito prove di efficacia paragonabili a quelle ottenute dagli approcci più tradizionalmente orientati verso paradigmi di ricerca sperimentale, come le terapie cognitive.

Nella sua breve nota, Gazzillo sottolinea come questo sia dovuto, tra l'altro, alla scarsa circolazione delle conoscenze ricavabili dagli studi di efficacia anche all'interno delle stesse istituzioni psicoanalitiche, il cui sapere stenterebbe a integrarsi nel sapere scientifico contemporaneo (Gazzillo, 2022).

Il problema della ricerca empirica in psicoanalisi e psicoterapia psicoanalitica ci è ben noto: negli anni esso ha dato origine a controversie e contrapposizioni. In questo articolo, dopo aver illustrato brevemente le diverse posizioni rispetto a questo tema, sarà fornita una rassegna aggiornata – anche se non esaustiva, di alcuni studi i cui risultati consolidati forniscono, a mio parere, osservazioni interessanti non solo per la dimostrazione dell'efficacia, ma anche per stimolare l'interesse verso la ricerca di metodi di ricerca sperimentale che siano rispettosi dello specifico oggetto di indagine a cui la psicoanalisi tradizionalmente si rivolge.

## Il problema della ricerca sperimentale

Nel 2006 *l'International Journal of Psychoanalysis* pubblicò un articolo di Otto Kernberg (Kernberg 2006a) in cui l'autore richiamava l'attenzione della comunità psicoanalitica sulla necessità di produrre e condividere ricerche scientifiche sull'efficacia dei trattamenti psicoanalitici. La sollecitazione di Kernberg muoveva dalla considerazione della progressiva sfiducia verso l'approccio psicodinamico e psicoanalitico da parte dei servizi sanitari nazionali e degli enti che sostengono i costi e gli investimenti per la salute mentale in diversi paesi, in particolare Stati Uniti d'America e Regno Unito. Tale sfiducia sarebbe basata, secondo Kernberg, su due fattori principali: da un lato la frequenza e la durata dei trattamenti con orientamento psicoanalitico, dall'altro la mancanza di un numero sufficiente di studi controllati sugli effetti terapeutici dei trattamenti psicodinamici o psicoanalitici. Quest'ultima constatazione avrebbe contribuito a creare e mantenere nella comunità dei policy makers sanitari una diffidenza profonda, soprattutto in concomitanza con l'affermarsi del paradigma basato sulle prove di evidenza in medicina. A partire dagli anni Novanta del secolo scorso, il paradigma della medicina basata sull'evidenza si è affermato largamente nella comunità scientifica ed è stato sostenuto da enti di ricerca, per esempio l'Istituto Cochrane, che periodicamente diffondono, per ogni campo della medicina, rassegne e meta-analisi di studi scientifici i cui protocolli sperimentali soddisfano specifici requisiti, portando evidenze circa l'efficacia o l'inefficacia degli approcci terapeutici studiati. Si è quindi stabilita nelle comunità scientifiche una sorta di gerarchia di attendibilità delle prove di efficacia, al cui vertice si collocano quelle ottenute mediante meta-analisi di numerosi studi randomizzati e controllati (RCT), mentre, in ordine di attendibilità decrescente, troviamo le prove ottenute da un RCT il cui protocollo sperimentale sia giudicato eccellente, quindi le prove ottenute da un solo RCT di buona qualità, e infine quelle provenienti da ricerche quasi-sperimentali. Le prove di efficacia ottenute da studi non



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

sperimentali, in cui si confrontano approcci diversi, quali gli studi di caso singolo e i dati provenienti dalla pratica clinica, sono presi in considerazione ma giudicati meno attendibili.

Si noti che il paradigma sperimentale più vicino alla ricerca psicoanalitica è proprio lo studio di caso singolo, ma anche che questo tipo di disegno di ricerca è stato prevalente anche in neuropsicologia clinica, perlomeno fino all'avvento della diagnostica per immagine, e in entrambi i casi ha fornito contributi essenziali all'avanzamento delle conoscenze in entrambe le discipline.

Gli approcci psicoterapeutici di ispirazione comportamentista e cognitivista hanno avuto, per tradizione, una propensione maggiore a produrre e pubblicare studi controllati sull'efficacia terapeutica dei loro protocolli di cura, mentre in ambito psicodinamico e psicoanalitico si è spesso ritenuto che i requisiti stessi dei protocolli RCT – randomizzazione e controllo, fossero inapplicabili al tipo di dati che emergono nel lavoro psicoanalitico. Questa preoccupazione è stata espressa ed argomentata, per esempio, da Hinshelwood nel suo libro *Research on the Couch* (Hinshelwood, 2013). Robert D. Hinshelwood, psicoanalista britannico e professore di studi psicoanalitici all'Università dell'Essex, pur essendo convinto della giustificazione etica e scientifica di un approccio orientato alla ricerca in psicoanalisi, ritiene che il protocollo di ricerca e validazione dell'efficacia più congeniale nel nostro campo sia la ricerca concettuale. Quest'ultima sarebbe congeniale alla psicoanalisi di derivazione freudiana molto più che una validazione in termini di risoluzione del sintomo. Infatti, piuttosto provocatoriamente, Hinshelwood afferma nel suo libro che molti casi clinici trattati da Freud non furono esempi di trattamenti terminati con successo: se si dovesse misurare, alla luce di questa metrica, il tasso di successo delle analisi condotte da Freud, questo si aggirerebbe probabilmente intorno al 20 per cento. Tuttavia, i suoi studi di casi singoli sono all'origine di avanzamenti incommensurabili nella comprensione della realtà psichica e delle sue dinamiche.

Una posizione molto vicina alle argomentazioni di Hinshelwood era stata sostenuta, sempre nel 2006, da Roger Perron (Perron, 2006). Sulle pagine dell'*International Journal of Psychoanalysis*, in risposta all'articolo citato sopra di Kernberg, Perron affermava che le metodologie di ricerca basate sull'evidenza sono inadatte all'applicazione in campo psicoanalitico perché richiedono la selezione di un campione omogeneo e la disponibilità di misure statistiche che valutino le variazioni in termini quantitativi. Secondo Perron la natura squisitamente soggettiva del lavoro analitico si sottrae inesorabilmente a questo tipo di indagine.

In un secondo articolo (Kernberg 2006b), Kernberg obiettò a Perron che le sue considerazioni trascuravano di considerare gli sviluppi più recenti delle ricerche in ambito psicoanalitico, la loro sofisticazione, lo sviluppo di strumenti di test basati sull'evidenza clinica, volti a render conto delle caratteristiche specifiche del cambiamento intrapsichico e non semplicemente della risoluzione del sintomo. La comunità psicoanalitica, concludeva Kernberg, ha "una responsabilità sociale nel rassicurare il pubblico a proposito dell'efficacia del lavoro analitico e



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

nel dimostrare lo sforzo continuo per ampliare l'ambito e l'efficacia di tale lavoro: senza questo sforzo si corre il rischio di essere esclusi dai sistemi dei servizi di salute mentale" (Kernberg, 2006a, traduzione mia).

A partire dalla controversia originata dall'articolo di Kernberg, numerose società psicoanalitiche hanno inserito nei loro protocolli di formazione il tema della ricerca in psicoanalisi e psicoterapia psicoanalitica. Per esempio, dal 2011 l'istituto di formazione londinese WPF, membro del *British Psychoanalytic Council*, ha inserito nel proprio programma di training degli psicoterapeuti seminari regolari sulle metodologie di ricerca, coordinati da Ann Scott (Scott, 2015). Analoghe iniziative sono state avviate in altri istituti che si occupano del training di psicoanalisti e psicoterapeuti con orientamento psicoanalitico, quali il Centro per il training in psicoanalisi della Columbia University, gli analoghi programmi del Tavistock Institute e del King's College a Londra, i programmi post-dottorato della New York University, il training della IPU di Berlino tra gli altri. In Italia alcuni Centri psicoanalitici regionali della SPI, alcuni membri dell'AiPsi e psicoanalisti con incarichi accademici – come Francesco Gazzillo e Vittorio Lingiardi, sono da anni impegnati nell'estendere le metodologie di ricerca anche all'ambito della ricerca empirica.

Lo scopo di queste iniziative non è tanto quello di dimostrare che la psicoanalisi e la psicoterapia psicoanalitica siano efficaci, quanto di fornire nuovi impulsi ad una cultura scientifica che consenta ai soci e ai candidati di saper giudicare, anche tecnicamente, il valore degli studi sperimentali e di capire quali siano quelli che illustrano i fattori curativi intrinseci e la loro applicabilità.

## RCT e meta-analisi

Negli ultimi quindici anni sono stati pubblicati numerosi studi sperimentali sull'efficacia della psicoterapia psicoanalitica: molti sono RCT e altri meta-analisi di RCT i cui protocolli soddisfano i requisiti classici di attendibilità: scelta del campione, presenza di un gruppo di controllo, rigore dell'analisi statistica, replicabilità. Le meta-analisi aggregano i risultati di precedenti ricerche controllate, li analizzano statisticamente e forniscono i propri risultati in termini di *effect size* (dimensione dell'effetto). L'*effect size* è una misura statistica della forza della relazione tra due variabili osservate. Esistono diverse formule per calcolarla, sia per variabili quantitative che categoriali. Per alcune statistiche sono stati anche forniti descrittori di magnitudine: per esempio, per la cosiddetta '*d* di Cohen' si ritiene che la dimensione, la forza associativa, sia grande quando il valore calcolato di *d* è superiore a 0.80.

In generale i risultati delle meta-analisi più rigorose mostrano che i trattamenti di psicoterapia psicoanalitica e/o psicodinamica hanno effetti positivi alla pari di altri approcci, riportando dimensioni tra 0.73 e 0.85 (Solms, 2018).



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

Inoltre, a differenza degli approcci basati sulla terapia cognitivo-comportamentale, alcune analisi mostrano come gli effetti positivi a lungo termine di tali terapie possano essere più stabili (cfr. Steinert et al. 2017, Solms 2018). Una delle meta-analisi più significative in questo campo è stata pubblicata nel 2005: era basata su diciassette RCT di buona qualità (Leichsenring 2005). Gli studi analizzati riguardavano trattamenti di psicoterapia psicodinamica brevi rivolti a pazienti con sintomi di rilevanza psichiatrica. Lo studio dimostrava che le psicoterapie psicodinamiche brevi (da 7 mesi a non più di un anno) ottenevano miglioramenti significativi della sintomatologia legata a stati ansiosi (*effect size*: 1.39) e alla depressione maggiore (0.90), mostrando anche un miglioramento del funzionamento sociale (0.80). Queste dimensioni dell'effetto erano stabili e tendevano a crescere nel tempo (1.57, 0.95 e 1.19 rispettivamente). La dimensione dell'effetto dei trattamenti psicoterapeutici era inoltre significativamente maggiore rispetto al solo trattamento farmacologico.

Un altro studio importante risale a poco più di dieci anni fa ed è stato coordinato da Shedler (2010). L'autore riportava i risultati di una meta-analisi di RCT giudicati eccellenti, riscontrando dimensioni dell'effetto tra 0.78 e 1.46 per i trattamenti di psicoterapia psicoanalitica. Shedler osservava che la convinzione che i trattamenti psicodinamici non siano supportati da evidenze scientifiche sperimentali non sia dovuta all'oggettiva mancanza di dati, ma a carenze nella diffusione dei risultati.

Un'importante meta-analisi è stata condotta da Abbass e dai suoi collaboratori (2006). Il loro studio era basato sulla valutazione di ventitré RCT che confrontavano i risultati ottenuti da trattamenti di psicoterapia psicodinamica sia con interventi condotti con altri approcci che con la sola cura farmacologica. Gli autori riportavano una dimensione dell'effetto di 0.97 per quanto riguarda il miglioramento della sintomatologia trattata al termine di una psicoterapia psicoanalitica breve, e di 1.51 ad una valutazione successiva a distanza di nove mesi. Un aggiornamento di questo studio longitudinale è stato condotto nel 2014 (Abbass et al. 2014) e ha riportato una *effect size* di 0.71, confermata in successive rivalutazioni. Un'utile rassegna per chi sia interessato agli studi pubblicati fino al 2012 è l'ampio resoconto di Gazzillo, Lingiardi e Genova nel volume *Psicoanalisi in Trincea* (2012).

Nel corso degli anni numerose meta-analisi si sono inoltre occupate di indagare l'efficacia delle psicoterapie psicodinamiche e psicoanalitiche per problematiche specifiche, oltre che per l'ansia e la depressione. Per esempio, la ricerca di Briggs e dei suoi coautori (Briggs et al. 2019) ha analizzato l'efficacia delle terapie orientate psicoanaliticamente nella prevenzione del suicidio. Gli autori hanno selezionato 12 RCT i cui risultati aggregati dimostrano un'efficacia significativa di tali psicoterapie nel ridurre la ripetizione di atti anticonservativi dopo un primo tentativo di suicidio. Questo risultato è significativo entro i sei mesi dalla fine del trattamento, mentre dopo dodici mesi la significatività statistica decade. I trattamenti analizzati nella ricerca di Briggs hanno verificato anche



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

una significatività statistica nel miglioramento del funzionamento psicosociale e nella riduzione del numero di ospedalizzazioni.

Mentre buona parte delle meta-analisi fino ad oggi pubblicate ha preso in considerazione ricerche in cui venivano somministrati trattamenti a breve termine, Woll e Schönbrodt (2019) si sono occupati di aggregare i dati provenienti da psicoterapie psicoanalitiche a lungo termine (almeno un anno e non meno di quaranta sedute). I due ricercatori hanno cercato di replicare lo studio di Leichsenring e dei suoi coautori, citato sopra, ottenendo una dimensione dell'effetto lievemente inferiore rispetto allo studio originale. In un secondo momento, i due autori hanno condotto una meta-analisi confrontando i risultati di 14 RCT, condotti su trattamenti a lungo termine, con altri tipi di trattamento per disturbi mentali complessi, concludendo – sia pure con una certa cautela, che se condotta a lungo termine la psicoterapia psicoanalitica potrebbe essere superiore a altre forme di psicoterapia confrontate in questo studio.

Leuzinger-Bohleber (2019) ha coordinato recentemente uno studio sul trattamento della depressione cronica con psicoterapia psicoanalitica a lungo termine. Questo studio è importante perché è il primo che confronta l'approccio psicoanalitico a lungo termine con trattamenti cognitivi comportamentali anch'essi a lungo termine. È stato esaminato un campione di 252 pazienti adulti, tra i 21 e 60 anni, con sintomi di depressione maggiore e distimia. Il trattamento è continuato per almeno ventiquattro mesi. La valutazione dei pazienti per l'assegnazione nei gruppi e per la misurazione degli esiti era stata condotta da professionisti che non avevano partecipato alla ricerca e che non sapevano quale tipo di trattamento i pazienti avessero ricevuto. I risultati dell'analisi statistica, anch'essa condotta da esperti indipendenti, hanno mostrato che la somministrazione di trattamenti a lungo termine, sia psicoanalitici che cognitivo-comportamentali, conduce a un miglioramento significativo dei pazienti con depressione cronica.

Altri studi hanno indagato quali tecniche psicoterapeutiche siano maggiormente predittive di risultati efficaci. Blagys e Hilsenroth (2000) hanno fornito un elenco di fattori curativi che comprendeva il dialogo non strutturato tra paziente e terapeuta, la capacità di identificare modelli mentali ricorrenti basati su esperienze passate, l'identificazione nel paziente di strategie di evitamento, l'attenzione verso che cosa avviene 'qui-e-ora' nella relazione psicoterapeutica. È utile notare che queste tecniche, normalmente considerate fondamentali nella formazione in psicoterapia psicoanalitica, possono essere parzialmente applicate anche in altri modelli fornendo comunque risultati efficaci. Risultati analoghi furono anticipati dagli studi di Hayes e collaboratori nel 1996 (Hayes et al. 1996). Recentemente, un altro risultato interessante è rintracciabile nella meta-analisi coordinata da Hayes nel 2018 (Hayes et al. 2018) sulla correlazione tra controtransfert del terapeuta ed efficacia della terapia.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

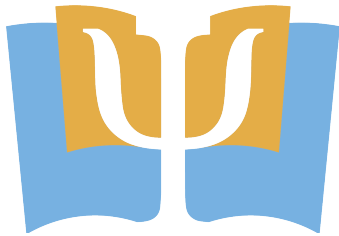
Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

## Gli studi di processo

Nella sezione precedente abbiamo riportato una breve rassegna di meta-analisi di studi basati su protocolli RCT. Una delle obiezioni più frequenti avanzate in ambito psicoanalitico verso tali protocolli sperimentali riguarda, come accennato sopra, la presunta incompatibilità tra i protocolli RCT, basati sull'assegnazione casuale di campioni omogenei ai gruppi sperimentali, e la metodologia psicoanalitica, focalizzata invece sul caso singolo idiosincratico: specifici pazienti con specifiche storie di sofferenza mentale. Sebbene non tutti gli psicoanalisti ritengano inconciliabili le due modalità di ricerca, questa obiezione è molto seria, al punto da segnare in qualche modo il destino del modello psicoanalitico nei servizi pubblici.

Nel 1997 Emde e Fonagy sostenevano che la psicoanalisi dovrebbe decidere se rimanere sospesa tra scienza e arte, privilegiando un metodo di ricerca ermeneutico, oppure se rientrare nel *main stream* delle scienze biopsicosociali. Ci vorrebbero molte pagine anche solo per accennare alle complesse questioni epistemologiche sottese a questa dicotomia, ma nei limiti di questo scritto è importante ricordare che alcuni psicoanalisti intravedono una "terza via", quella del dialogo con le altre discipline scientifiche – *in primis* le neuroscienze, adottando metodologie di ricerca che siano consonanti con l'oggetto di studio psicoanalitico. Questa 'terza via' è esplorata attualmente e attivamente in Germania da Marianne Leuzinger-Bohleber e dai suoi collaboratori e da alcuni ricercatori della nuova International Psychoanalytic University di Berlino. Tra le metodologie sperimentali utilizzate da alcuni di questi ricercatori vi è la verifica delle ipotesi con la metodologia degli studi di processo.

Gli studi di processo in psicologia consentono di analizzare i diversi meccanismi psicologici (processi) nella misura in cui questi ultimi influenzano i risultati del trattamento o le reazioni che il paziente o il terapeuta possono avere nel corso del trattamento. Il fine degli studi di processo in psicoterapia è l'identificazione dei processi terapeutici che dimostrano maggiore efficacia nel produrre un cambiamento positivo o, al contrario, identificare i fattori che possono ostacolare tale cambiamento. In letteratura è possibile trovare alcuni esempi di studi di processo che rivestono un grande interesse per la psicoterapia psicoanalitica. Per esempio, Ablon e Jones (1999) hanno confrontato le trascrizioni di sedute di psicoterapia interpersonale breve e di psicoterapia cognitiva annotando gli interventi dei terapeuti con lo schema PQS (Psychotherapy Process Q Set, Ablon et al. 2011), uno strumento che fornisce un insieme di etichette volte a descrivere il processo terapeutico. Le trascrizioni erano state raccolte nell'ambito di un processo di ricerca sulla depressione del *National Institute of Mental Health*. Lo studio ha mostrato che i risultati positivi del trattamento correlavano significativamente con quello che si potrebbe definire uno "stile psicodinamico" degli interventi, indifferentemente dall'approccio teorico adottato dal terapeuta. Uno studio più datato è quello di Crits-Christoph e Cooper (1988), nel quale veniva dimostrata una relazione tra l'accuratezza delle interpretazioni del terapeuta e il risultato positivo del trattamento.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

Un altro esempio di studio di processo è quello di Joyce e Piper (1993): gli autori si chiedevano se l'utilizzo dell'interpretazione di transfert potesse essere utile anche nel corso di psicoterapie brevi.

In letteratura sono disponibili numerosi studi di processo per la DIT (*Dynamic Interpersonal Therapy*), una psicoterapia breve per il trattamento di ansia e depressione che prevede sedici sedute (Leonidaki e Lemma, 2018 è il più recente), e per la *Transference-Focused Psychotherapy* (Carsky, 2020; Clarkin et al. 2018, tra gli altri).

In generale gli studi di processo sono utili per l'avanzamento della ricerca in psicoterapia psicoanalitica perché consentono di individuare i fattori che possono influenzare i risultati della cura, permettendo lo studio di correlazioni significative. Inoltre, intraprendere uno studio di processo su materiale clinico richiede un'organizzazione dei dati clinici che favorisca la formulazione di ipotesi di ricerca consistenti. Come sappiamo quest'ultima attività ha tanto maggior successo quanto più i costrutti concettuali applicati e studiati sono descritti chiaramente.

## Conclusioni

Il tema della ricerca sperimentale in psicoanalisi e psicoterapia psicoanalitica è stato, anche recentemente, fonte di discussioni e controversie. Se da un lato la psicoanalisi, in quanto teoria scientifica, non ha bisogno di cercare verifiche delle proprie ipotesi teoriche al di fuori della propria disciplina, dall'altro l'organizzazione sempre più interdisciplinare della ricerca sul funzionamento della mente richiede che sia possibile scambiare dati clinici, comunicare gli esiti dei trattamenti e individuare i fattori terapeutici più promettenti. Laddove la ricerca sperimentale viene eseguita, nel rispetto della specificità degli approcci terapeutici, i trattamenti con orientamento psicoanalitico risultano efficaci al pari di altri approcci e, probabilmente, più efficaci nel lungo periodo. L'importanza del trovare una via che consenta ai trattamenti orientati psicoanaliticamente di mostrare la loro efficacia terapeutica non è solo, come sostenuto da Kernberg, un dovere etico nei confronti dei pazienti, ma anche un mezzo per consentire un avanzamento del sapere psicoanalitico e per evitare un progressivo isolamento del nostro approccio nei luoghi di cura e nel dibattito scientifico.

## Bibliografia

Abbass A. A., Hancock J. T., Henderson J., et al (2006), *Short-term psychodynamic psychotherapies for common mental disorders*. Cochrane Database Syst Rev, 4, CD004687.

Abbass A. A., Kisely S. R., Town J. M., et al (2014), *Short-term psychodynamic psychotherapies for common mental disorders* (update). Cochrane Database Syst Rev, 7, CD004687.





# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

- Ablon, J. S., & Jones, E. E. (1999), *Psychotherapy process in the national institute of mental health treatment of depression collaborative research program*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67(1), 64.
- Ablon, J. S., Levy, R. A., & Smith-Hansen, L. (2011), *The contributions of the psychotherapy process Q-set to psychotherapy research*. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 14(1), 14-48.
- Blagys M. D. & Hilsenroth M. J. (2000), *Distinctive activities of short-term psychodynamic-interpersonal psychotherapy: a review of the comparative psychotherapy process literature*. *Clin Psychol*, 7, 167–188
- Briggs, S., Netuveli, G., Gould, N., Gkaravella, A., Gluckman, N., Kangogyere, P., . . . Lindner, R. (2019), *The effectiveness of psychoanalytic/psychodynamic psychotherapy for reducing suicide attempts and self-harm: Systematic review and meta-analysis*. *The British Journal of Psychiatry*, 214(6), 320-328. doi:10.1192/bjp.2019.33
- Carsky, M. (2020), *How treatment arrangements enhance transference analysis in transference-focused psychotherapy*. *Psychoanalytic Psychology*, 37(4), 335.
- Clarkin, J. F., Cain, N. M., & Lenzenweger, M. F. (2018), *Advances in transference-focused psychotherapy derived from the study of borderline personality disorder: clinical insights with a focus on mechanism*. *Current opinion in psychology*, 21, 80-85.
- Crits-Christoph, P., A. Cooper, and L. Luborsky. "The accuracy of therapists' interpretations and the outcome of dynamic psychotherapy." *Journal of consulting and clinical psychology* 56.4 (1988), 490.
- Cuniberti, P., Caparrotta, L. (2012), *Psicoanalisi in Trincea*. Franco Angeli, Roma.
- Emde, R. and Fonagy, P. (1997), *An Emerging Culture For Psychoanalytic Research?* *International Journal of Psychoanalysis*, 78 (1), 643-651.
- Fonagy, P. (2015), *The effectiveness of psychodynamic psychotherapies: An update*. *World Psychiatry*, 14(2), 137-150.
- Gazzillo, F. (2022). *Psicoanalisi, terapia e metodo scientifico*. Società Psicoanalitica Italiana (disponibile nella sezione Ricerca del sito web della SPI).
- Gazzillo, F., Lingiardi, V., Genova, F. (2012), "L'efficacia delle psicoanalisi alla luce della ricerca empirica". In Cuniberti, P., Caparrotta, L. (2012), *Psicoanalisi in Trincea*. Franco Angeli, Roma, 307-342.
- Gruppo di lavoro "Consensus sulle terapie psicologiche per ansia e depressione" (2022), *Consensus Conference sulle terapie psicologiche per ansia e depressione*. Roma: Istituto Superiore di Sanità, (Consensus ISS 1/2022)
- Hayes A. M., Castonguay L. G. & Goldfried M. R. (1996), *Effectiveness of targeting the vulnerability factors of depression in cognitive therapy*. *J Consult Clin Psychol*, 64, 623–627.
- Hayes, J. A., Gelso, C. J., Goldberg, S., & Kivlighan, D. M. (2018), *Countertransference management and effective psychotherapy: Meta-analytic findings*. *Psychotherapy*, 55(4), 496–507.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Morena Danieli, Psicoterapia psicoanalitica e ricerca sull'efficacia:  
una rassegna aggiornata di studi sperimentali

Hinshelwood, R. D. (2013), *Research on the Couch Single-case studies, subjectivity and psychoanalytic knowledge*. Routledge: London.

Joyce, A. S., & Piper, W. E. (1993), *The immediate impact of transference interpretation in short-term individual psychotherapy*. *American Journal of Psychotherapy*, 47(4), 508-526.

Kernberg, O.F. (2006a) *The pressing need to increase research in and on psychoanalysis*. *International Journal of Psychoanalysis*, Vol. 87(4): 919-26.

Kernberg, O.F. (2006b), *Research anxiety: a response to Roger Perron's comments*. *International Journal of Psychoanalysis*, *International Journal of Psychoanalysis*, Vol. 87(4): 933-37

Leichsenring, F. (2005), 'Are psychodynamic and psychoanalytic therapies effective? A review of empirical data', *International Journal of Psychoanalysis*, Vol. 86(3): 841-68

Leuzinger-Bohleber M., et al. (2019), *Outcome of psychoanalytic and cognitive-behavioral therapy with chronic depressed patients. A controlled trial with preferential and randomized allocation*. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue Canadienne de Psychiatrie*. Vol. 64(1) 47-58.

Leonidaki, V., A. Lemma & I. Hobbis (2018), *The active ingredients of dynamic interpersonal therapy (DIT): an exploration of clients' experiences*, *Psychoanalytic Psychotherapy*, 32:2, 140-156

Perron, R. (2006), *How to do research? Reply to Otto Kernberg*, *IJP* 87(4), 927-32.

Scott, A. (2015), *The centrality of research: A BPC policy document*. British Psychoanalytic Council, London (disponibile on line sul sito BPC).

Shedler J. (2010), *The efficacy of psychodynamic psychotherapy*. *Am Psychol*, 65, 98-109.

Solms, M. (2018), *The scientific standing of psychoanalysis*. *BJPsych International*. Vol.15(1), 5-8.

Steinert C., Munder T., Rabung S., Hoyer J. & Leichsenring F. (2017), *Psychodynamic Therapy: As Efficacious as Other Empirically Supported Treatments? A Meta-Analysis Testing Equivalence of Outcomes*. *Am J Psychiatr*, doi: 10.1176/appi.ajp.2017.1701005

Woll, C. F. J., & Schönbrodt, F. D. (2019), *A series of meta-analytic tests of the efficacy of long-term psychoanalytic psychotherapy*. *European Psychologist*.



Quest'opera è distribuita con Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale