

Recensione di Come funziona la psicoterapia

Davide Liccione



Fenomenologia, Ermeneutica, Teoria della Complessità e Intelligenza Artificiale per l'analisi del cambiamento in psicoterapia

libreriauniversitaria.it Edizioni • Prima edizione indicata ottobre 2026
ISBN 978-88-3359-861-1

Una teoria del cambiamento fondata sulla persona

Il contributo più interessante di «Come funziona la psicoterapia» è la costruzione di un rapporto esplicito fra la comprensione dell'esperienza e lo studio della sua trasformazione nel tempo. Davide Liccione sviluppa questa proposta mettendo in relazione fenomenologia ed ermeneutica con la teoria dei sistemi dinamici complessi. L'intelligenza artificiale interviene sul piano tecnico e metodologico: permette di analizzare le tracce linguistiche del processo terapeutico e di seguirne alcuni cambiamenti. L'innovazione del volume risiede nell'architettura che connette questi ambiti e nel tentativo di renderla operativa attraverso il lavoro clinico e l'analisi dei colloqui.

Il percorso muove da una domanda antropologica: chi è la persona di cui la psicoterapia si prende cura? La prefazione esplicita le concezioni dell'essere umano implicate nei modelli terapeutici. La premessa chiarisce poi il contributo e i limiti dei diversi linguaggi disciplinari. Questa impostazione rende comprensibile la scelta di fondo del libro: sintomi, vissuti corporei, relazioni e narrazioni vengono studiati nel loro organizzarsi in situazioni concrete, senza assumere che siano proprietà isolate di una mente separata dal mondo (pp. 7–29).

La struttura accompagna il lettore dalla fondazione teorica alla proposta di osservazione del cambiamento. I primi quattro capitoli introducono il Sé-campo, ridefiniscono la psicopatologia e presentano alcuni indici della sua organizzazione dinamica. I capitoli dal quinto al settimo discutono la ricerca sul processo, il testo terapeutico e ciò che può avere funzione trasformativa nella cura. Dall'ottavo capitolo, la storia di «Anna» sostiene l'esame degli indicatori. Il diciassettesimo torna alle sequenze concrete del dialogo; il diciottesimo considera la persona del terapeuta e la sua vita ordinaria. Postfazione e appendice precisano, rispettivamente, il programma metodologico e le formule degli indici.

Il Sé come campo di possibilità

Il concetto di Sé-campo costituisce il centro teorico della proposta. Il Sé viene pensato come un processo che emerge nell'intreccio fra corporeità, storia, relazioni, pratiche e situazione. L'ipseità, ossia il carattere immediatamente «mio» dell'esperienza, viene distinta dall'Io riflessivo e dall'identità narrativa, senza essere trasformata in una sostanza nascosta. Raccontarsi offre continuità alla propria storia, ma quella continuità resta aperta a nuove esperienze e a diverse interpretazioni del passato (pp. 37–44).

La nozione di campo consente così di interrogare quali possibilità una persona riesca effettivamente a vivere. Una situazione può apparirle come un'occasione, una minaccia o una conferma della propria inadeguatezza. La sofferenza riguarda anche il restringimento e la ripetitività di queste possibilità. Il cambiamento terapeutico viene pertanto descritto come una riorganizzazione dei modi di essere nel mondo, nella quale nuove possibilità diventano praticabili conservando una continuità riconoscibile di sé.

L'integrazione fra fenomenologia ermeneutica e sistemi dinamici

La parte teoricamente più innovativa del libro riguarda il modo in cui due aree distinte vengono articolate attorno al medesimo problema clinico. La fenomenologia descrive come accade l'esperienza: quale forma assumono il corpo vissuto, il tempo, l'incontro con gli altri e l'orizzonte del futuro. L'ermeneutica studia come quell'esperienza divenga comprensibile nella narrazione e nel movimento fra testo e contesto. La teoria dei sistemi dinamici complessi offre invece concetti per descrivere la stabilità delle configurazioni esperienziali, la loro resistenza alle perturbazioni e le condizioni della loro riorganizzazione.

Liccione definisce questo rapporto attraverso il dualismo semantico. I due registri si riferiscono alla stessa esistenza, pur formulando domande differenti e adottando differenti descrizioni. L'apertura di mondo riguarda il modo vissuto in cui una situazione acquista significato; il paesaggio degli attrattori riguarda l'organizzazione dinamica delle configurazioni che tendono ad attualizzarsi. Questa complementarità è enunciata nel primo capitolo e ripresa nella postfazione (pp. 37–39, 411–416). Essa evita di assumere che una descrizione matematica possa esaurire ciò che una persona vive.

Il vantaggio clinico dell'integrazione emerge quando eventi differenti conducono ripetutamente allo stesso esito esperienziale. Una difficoltà lavorativa e una delusione affettiva possono diventare entrambe conferme del proprio «non valore». Il registro fenomenologico ed ermeneutico permette di comprendere come ciò accada nella storia della persona; il registro dinamico invita a studiare quanto quella configurazione sia dominante, quali passaggi la riattivino e che cosa avvenga dopo un intervento terapeutico. La stabilità della sofferenza diventa così un problema da descrivere anche nelle sue ricorrenze e transizioni.

Il cambiamento non coincide, in questa prospettiva, con la semplice comparsa di un contenuto nuovo. Occorre chiedersi se la nuova possibilità riesca a durare, a collegarsi ad altre esperienze e a modificare la configurazione complessiva. La distinzione fra perturbazione e trasformazione è feconda: uno scambio significativo può essere riassorbito rapidamente nelle consuetudini precedenti, oppure aprire una direzione che la persona riesce progressivamente a sostenere. Il libro cerca di descrivere questa differenza sia clinicamente sia mediante indicatori processuali.

La narrazione nella trasformazione dell'esperienza

L'ermeneutica ha una funzione costitutiva in questa architettura. Attraverso il riferimento alla mimesis di Ricoeur, il sesto capitolo descrive il circuito fra esperienza, configurazione narrativa e rfigurazione. Raccontare a un terapeuta è a sua volta un'esperienza: domande, esitazioni e risposte partecipano al modo in cui il passato viene incontrato nel presente. Una nuova comprensione può poi rendere accessibili esperienze successive differenti, che alimentano nuovi racconti (pp. 151–160).

Qui si trova una delle qualità del volume: la formalizzazione viene collegata a una teoria del significato e dell'incontro. L'originalità va riconosciuta nella specifica costruzione teorica e metodologica. Il testo esaminato non giustifica, da solo, una rivendicazione di priorità assoluta sull'incontro fra fenomenologia, complessità e ricerca computazionale.

L'intelligenza artificiale come strumento di analisi

L'intelligenza artificiale occupa una posizione precisa. La teoria orienta ciò che si cerca nei colloqui; l'analisi computazionale aiuta a riconoscere e quantificare configurazioni linguistiche e relazionali. La premessa indica applicazioni alla trascrizione, all'annotazione e all'analisi longitudinale, mantenendo al clinico e al ricercatore la responsabilità dell'interpretazione (pp. 28–30). Questa collocazione tecnica rende coerente il progetto: il calcolo sostiene l'osservazione del processo senza assumere il valore di una teoria dell'essere umano.

La postfazione fornisce un elemento concreto. Nel lavoro sul caso di Anna, il volume riferisce l'impiego di una rete neurale addestrata sull'analisi del testo dei colloqui trascritti per automatizzare la codifica delle categorie rilevanti e il successivo calcolo degli indici (p. 414). A partire da questa indicazione è corretto parlare di un'applicazione dell'IA all'analisi del processo. Non si possono invece attribuire al sistema un'architettura specifica, prestazioni predittive o un livello di accuratezza che quel passaggio non documenta.

Lo stesso testo distingue l'impiego descritto dalla prospettiva di automatizzare l'intera catena, dalla registrazione alla rappresentazione statistica del cambiamento. Quest'ultima viene presentata come direzione di sviluppo. L'autore richiama esplicitamente la necessità di controllare accuratezza della trascrizione, affidabilità della codifica automatica rispetto a valutatori esperti e generalizzabilità a persone e terapeuti differenti (pp. 414–415). La distinzione dà consistenza al progetto perché separa ciò che viene riferito come realizzato da ciò che resta da sviluppare e verificare.

Dalle categorie cliniche agli indicatori

La proposta di misurazione si articola su più livelli. IDRA, IPA e IAD riguardano, rispettivamente, la dominanza regionale degli attrattori, una descrizione del loro paesaggio e l'adattabilità dinamica. Nel quarto capitolo vengono discussi significato e formalizzazione, con gradi differenti di definizione operativa; per l'IAD il testo riconosce il carattere ancora generale della formulazione e la necessità di precisarne l'operazionalizzazione (pp. 95–115). È quindi opportuno evitare di presentare l'insieme come una batteria già compiutamente validata.

Gli indicatori testuali affrontano domande più circoscritte. La Topic Frequency rileva la presenza relativa dei temi; la Topic Entropy la loro distribuzione; SPS-Lock la probabilità che, partendo da un tema diverso, il discorso torni a Sofferenza/Patologia/Sintomi. Quest'ultimo indice si distingue dalla semplice frequenza del tema sintomatico: interessa la ricattura del discorso dopo un'apertura verso altri contenuti (pp. 271–284, 421). Altri indici riguardano agency e futuro, dipendenza dalla validazione altrui, rfigurazione narrativa, rotture e riparazioni della relazione e perturbazioni degli attrattori.

L'Indice di Trasformazione del Sé-campo sintetizza sei dimensioni del processo. Il libro lo presenta espressamente come una proposta metodologica esplorativa, ancora priva di validazione psicometrica, e chiarisce che il suo punteggio non equivale a una percentuale di guarigione (pp. 361–367). Il suo interesse attuale consiste nell'esplicitare quali dimensioni si intendono osservare congiuntamente.

Il caso di Anna fra storia clinica e osservazione longitudinale

La storia di Anna mette alla prova la leggibilità clinica dell'impianto. Nel racconto del volume, difficoltà affettive e professionali tendono inizialmente a convergere in un'esperienza di non valore. La sofferenza acquista una funzione organizzatrice: eventi differenti vengono vissuti e narrati come conferme della propria inadeguatezza. Nel corso della terapia diviene possibile contestualizzare questi passaggi, distinguere gli eventi dalle conclusioni identitarie e aprire spazi di scelta. Il cambiamento viene ricostruito come perdita del monopolio del sintomo sulla possibilità di riconoscersi (pp. 255–265).

Le analisi riguardano 63 sedute, aggregate in tre fasi di 21. Il capitolo decimo riporta una crescita della Topic Entropy da 0,475 a 0,546 e a 0,676; SPS-Lock diminuisce da 0,437 a 0,341 e a 0,163 (pp. 283–284). Sono dati che descrivono, secondo le procedure adottate nel volume, un discorso più distribuito e meno frequentemente ricatturato dal tema sintomatico. La loro interpretazione esperienziale richiede il confronto con la storia e con gli scambi clinici. La variazione numerica non fornisce una misura diretta della totalità del cambiamento della persona.

Questo accostamento è uno degli aspetti più riusciti del libro. Il racconto permette di comprendere che cosa potrebbe significare un andamento degli indicatori; gli indicatori rendono esplicite alcune regolarità che il solo resoconto clinico lascerebbe meno controllabili. Il diciassettesimo capitolo restringe ulteriormente l'osservazione alla sequenza degli scambi: riprese del racconto, contestualizzazioni e risposte vengono esaminate come momenti di un processo ricorsivo (pp. 373–400). La lettura conserva così un rapporto con il lavoro effettivo del terapeuta.

La portata delle evidenze e le verifiche necessarie

Il caso offre un'esemplificazione longitudinale approfondita del programma. La numerosità delle sedute, tuttavia, non equivale alla numerosità dei pazienti: le osservazioni appartengono allo stesso percorso e possono dipendere temporalmente l'una dall'altra. I confronti fra fasi sono utili a descrivere gli andamenti riportati; da soli non identificano un meccanismo causale del miglioramento né dimostrano la generalizzabilità del modello. La valutazione di queste inferenze richiede analisi adeguate alla struttura temporale dei dati e confronti su altri casi.

Una verifica ulteriore riguarda il passaggio dalle categorie interpretative alla codifica. Un indicatore di rifigurazione o di agency presuppone decisioni su ciò che conta come esempio della categoria. Per sostenere l'uso scientifico degli indici occorreranno criteri riproducibili, accordo fra valutatori e confronto fra codifica automatica e umana. Per valutarne il rapporto con l'esito serviranno misure cliniche indipendenti. Sono esigenze metodologiche coerenti con le cautele che la postfazione esplicita.

Anche il rapporto fra misura testuale e costruito dinamico richiede verifica. Una distribuzione di temi può essere compatibile con una maggiore apertura esperienziale senza dimostrarla automaticamente; una metafora di attrazione non basta a identificare un attrattore in senso matematico. La forza futura del programma dipenderà dalla precisione con cui questi collegamenti saranno definiti e sottoposti a controllo. Questa distinzione permette di apprezzare l'invenzione teorica senza attribuirle anticipatamente una conferma empirica completa.

Il contributo alla PCN e alla formazione clinica

Per la Psicoterapia il libro propone uno sviluppo riconoscibile. Il ciclo testo-contesto, l'attenzione all'esperienza situata e la rfigurazione narrativa vengono collegati a una descrizione dell'organizzazione dinamica e a strumenti per osservare sistematicamente il processo. Il problema clinico conserva la sua singolarità, ma alcune domande diventano traducibili in procedure di analisi: quali configurazioni prevalgono, quando si modifica la direzione del discorso e quanto una nuova possibilità resista al ritorno verso la configurazione precedente.

Questa articolazione può interessare anche lettori esterni alla PCN. Il volume offre un esempio di come un modello terapeutico possa esplicitare i propri presupposti, derivarne oggetti di osservazione e formulare ipotesi verificabili sul cambiamento. Il confronto con altri orientamenti sarebbe tanto più produttivo quanto più permettesse di distinguere ciò che è specifico della proposta da ciò che gli indici possono rilevare trasversalmente in differenti terapie. Questa possibilità resta un terreno di ricerca, non un risultato già stabilito dal caso presentato.

Per gli specializzandi, l'utilità maggiore sta nel collegamento fra concetto e domanda clinica. Parlare di rigidità diventa più preciso quando si cerca quale passaggio riporti costantemente il paziente allo stesso modo di sentirsi. Parlare di apertura del futuro richiede di osservare se compaiano possibilità vissute come praticabili. Gli indici possono sostenere questa disciplina dello sguardo, purché la formazione includa anche la discussione delle decisioni di codifica e delle interpretazioni alternative. La densità filosofica e la quantità di indicatori rendono il volume più adatto a uno studio progressivo che a una consultazione rapida.

Una valutazione complessiva

La conclusione dedicata al terapeuta amplia la portata clinica del lavoro. L'attenzione alla vita ordinaria, alla gratuità delle relazioni e alla possibilità di non essere continuamente investiti di una funzione di cura richiama il carattere situato anche di chi cura. La persona del terapeuta partecipa al campo che il libro intende descrivere e conserva un'esistenza che eccede la funzione professionale (pp. 403–408). Questa scelta conclusiva è coerente con l'antropologia che sostiene l'intero progetto.

Come funziona la psicoterapia merita di essere letto per il tentativo di rendere reciprocamente pertinenti la comprensione del significato e l'osservazione delle dinamiche del cambiamento. La sua innovazione più convincente consiste nell'integrare fenomenologia ed ermeneutica con la teoria dei sistemi dinamici complessi entro una proposta clinica esplicita, assegnando all'intelligenza artificiale il compito tecnico di rendere analizzabili alcune tracce del processo. Il risultato è un programma teorico e metodologico articolato, accompagnato da un'applicazione clinica esplorativa. Il valore della proposta emerge con maggiore precisione proprio quando si conservano distinti la sua coerenza concettuale, l'interesse dei dati presentati e le verifiche ancora necessarie.

Fonte della recensione

Liccione, D. (2026). Come funziona la psicoterapia. Fenomenologia, Ermeneutica, Teoria della Complessità e Intelligenza Artificiale per l'analisi del cambiamento in psicoterapia. libreriauniversitaria.it Edizioni.

Quarta di copertina

DAVIDE LICCIONE, psicologo e psicoterapeuta, è direttore dell'Associazione degli Istituti Italiani di Psicoterapia Cognitiva Neuropsicologica, che comprende la Scuola Lombarda di Psicoterapia (SLOP) e l'Istituto di Psicoterapia Cognitiva Neuropsicologica (IPCN). Dirige il MiCAL (Milan Institute for Health Care and Advanced Learning) e insegna Psicoterapia cognitiva presso l'Università degli Studi di Pavia. La sua attività scientifica riguarda principalmente i fondamenti epistemologici della psicoterapia, l'identità personale, la psicopatologia, la fenomenologia clinica, le neuroscienze e, più recentemente, l'applicazione della teoria dei sistemi dinamici complessi e dell'intelligenza artificiale allo studio del processo psicoterapeutico. È autore di libri, capitoli e pubblicazioni scientifiche su riviste nazionali e internazionali.

L'autore dell'innovativo paradigma della Psicoterapia Cognitiva Neuropsicologica (PCN) presenta in questo volume un ulteriore sviluppo del modello, ampliandone l'orizzonte epistemologico attraverso un dialogo originale tra cognitivismo, fenomenologia, ermeneutica, neuropsicologia, teoria dei sistemi dinamici complessi e intelligenza artificiale.

L'esperienza umana non viene più considerata come il prodotto di una mente isolata, né la sofferenza psicologica come semplice insieme di sintomi, schemi o rappresentazioni disfunzionali.

La persona viene invece descritta come un sistema incarnato, storico, relazionale e situato, continuamente organizzato nel rapporto con il mondo e con gli altri. Da questa prospettiva emerge una nuova cornice teorica per lo studio della psicopatologia e del cambiamento terapeutico che integra la comprensione dell'esperienza vissuta in prima persona, propria della fenomenologia e dell'ermeneutica, e la spiegazione dei processi dinamici in terza persona, resa possibile dalle neuroscienze, dalla teoria della complessità e dai nuovi strumenti di analisi computazionale propri dell'intelligenza artificiale. Il risultato è una proposta che ridefinisce l'oggetto stesso della psicoterapia: non più soltanto il sintomo, ma l'organizzazione dinamica dell'esperienza e la trasformazione del Sé nel corso della cura.

libreriauniversitaria.it
edizioni

ISBN 978-88-3359-861-1
€ 34,90 9 788833 598611

Riproduzione della quarta di copertina dal file editoriale fornito