

Edoardo Giusti & Florinda Barbuto (Eds.). (2014). *Cambiamento e resistenza in terapia: L'aderenza veloce al trattamento*. Roma: Sovera. Pagine: 416; € 39.00.

Il presente volume si focalizza e approfondisce il tema del cambiamento e della resistenza in terapia, evidenziando in particolare come la resistenza al processo trasformativo rappresenti un fattore rilevante da considerare in relazione all'efficacia degli interventi. Il testo rappresenta infatti un'unione tra teoria e prassi, sottolineando l'importanza dell'attività clinica ma anche della comprensione del fondamento empirico alla base di tale attività come garanzia per una pratica basata sull'evidenza scientifica.

Relativamente alla sua articolazione, il volume è composto da sei capitoli e da un'appendice. Il primo capitolo delinea il concetto di cambiamento e in particolare si centra sul cambiamento in terapia, presentando differenti modelli di cambiamento.

Il capitolo successivo tratta gli ostacoli che possono impedire il cambiamento e in particolare la resistenza al cambiamento, approfondendo la resistenza psicologica e la resistenza alla persuasione con un focus sull'etica dell'intervento.

Nel terzo capitolo vengono presentati i diversi modelli teorici in relazione alla resistenza: la teoria della reattanza, la prospettiva psicoanalitica, la prospettiva cognitivo-comportamentale, la prospettiva umanistico-esistenziale, la prospettiva delle terapie familiari, la prospettiva culturale, la prospettiva integrativa. Tali modelli teorici vengono delineati in modo da evidenziarne similitudini, differenze, punti di forza, criticità, fino a sottolineare la modalità con cui questi diversi contributi sono confluiti nel Modello Pluralistico Integrato.

Nel capitolo successivo vengono descritte le varie tecniche presenti in letteratura per ridurre la resistenza e aumentare l'aderenza con la finalità di aiutare il professionista a selezionare le strategie di intervento più adeguate per accrescere la motivazione e l'aderenza del cliente e adattare il più possibile alle specifiche esigenze della persona con cui il professionista si trova a interagire.

Il quinto capitolo si focalizza sul professionista e sul suo possibile ruolo nel facilitare il cambiamento o al contrario generare resistenza. Vengono approfonditi il controtransfert, la controresistenza e i possibili errori che il professionista potrebbe commettere e che potrebbero influire negativamente sulla qualità della relazione e sull'esito dell'intervento. Viene inoltre analizzata l'alleanza terapeutica con le possibili rotture ed eventuali riparazioni.

Nel capitolo conclusivo vengono proposte alcune riflessioni, delineando possibili prospettive future per la ricerca e l'intervento. In particolare viene presentata una panoramica sulla resistenza in differenti ambiti, come la resistenza nel cambiamento auto-diretto, la non-aderenza in ambito medico, la resistenza nel counseling e nel coaching, la resistenza nelle organizzazioni, la procrastinazione. Tale panoramica offre promettenti stimoli teorico-metodologici per aiutare i professionisti dei diversi ambiti a realizzare interventi sempre più efficaci. Al termine di questo capitolo conclusivo viene descritto inoltre uno strumento per il monitoraggio degli interventi per aiutare il professionista a individuare in maniera tempestiva possibili fattori che possono generare resistenza al cambiamento.

Il volume si chiude con un'appendice che presenta inoltre alcuni strumenti per misurare e monitorare alcuni fenomeni precedentemente descritti nel testo: la resistenza, la reattanza, la non-aderenza agli *homework*, le reazioni del terapeuta, l'alleanza, gli esiti e il processo del trattamento, la non-aderenza in ambito medico, la procrastinazione.

Al termine della lettura si comprende bene come il volume, affrontando in una prospettiva teorica e applicativa i temi del cambiamento e della resistenza trasversali a diversi ambiti di intervento, si configuri come un contributo prezioso per quanti vogliono apprendere e sviluppare operativamente le competenze essenziali per svolgere una pratica professionale efficace, basata sull'evidenza scientifica e soprattutto di grande utilità riflessiva per molteplici e differenti tipi di interventi e non soltanto per gli interventi riconducibili alla psicoterapia.