
RECENSIONI

M.F. Hoyt, F. Cannistrà.
Brief Therapy Conversations. Routledge, New York,
2023, pp. 194, 31.49 £, ISBN:
9781032310282

Traduzione italiana:
Conversazioni di terapia breve.
EPC Editore, Roma, pp. 240, 25
Euro, ISBN: 978-88-9288-249-2

Questi due terapeuti di due differenti generazioni e con molte esperienze e conoscenze iniziano a incontrarsi, viaggiare e discutere, ne esce qualcosa di molto interessante. L'interesse reciproco degli autori per la Terapia Strategica, la Terapia Breve Centrata sulla Soluzione e la Terapia a Seduta Singola li ha fatti iniziare a discutere e ad elaborare idee e prospettive sulla Terapia Breve. Gli autori condividono con generosità le loro idee e invitano i lettori a partecipare alla loro conversazione.

Dei due, Michael Hoyt è il più anziano, maestro della Terapia Breve, mentre Flavio Cannistrà è il più giovane, curioso, che vuole espandere i suoi pensieri e la sua pratica. Le loro conversazioni illustrano questo aspetto e danno al lettore diversi spunti di riflessioni sulla Terapia Breve.

La prima parte del libro è focalizzata su alcuni importanti temi riguardanti la terapia in generale e la terapia breve in particolare, come l'*alleanza* (come si costruisce l'alleanza, richiede molto tempo ed energia?), la *diagnosi* (quanto è utile una diagnosi e l'assenza di scritti sulla diagnosi nei libri di terapia breve), il *mindset* (aspettative, empowerment e il rischio che il mindset diventi ideologia) e le tecniche terapeutiche (le logiche delle tecniche e le tecniche preferite). Le loro conversazioni sono interessanti e talvolta sorprendenti. Il capitolo sulla *storia della terapia breve* è ricco di brevi racconti e aneddoti e dà al lettore la possibilità di incontrare le persone che stanno dietro ai diversi modelli terapeutici.

La seconda parte del libro è costituita da articoli precedentemente pubblicati e riguarda i fattori di autoguarigione, le logiche sottostanti la Terapia Breve e gli errori comuni nella Terapia a Seduta Singola. Questi capitoli sottolineano ulteriormente alcune delle più importanti caratteristiche della terapia breve: considerare la risposta del cliente, più che l'intervento del terapeuta, focalizzarsi sui piccoli cambiamenti, il concetto di "adattamento", le abilità del cliente di autoguarigione e molto altro.

Come gli autori sottolineano, il libro è di tipo conversazionale e non strettamente accademico. È un mix di conversazioni, brevi letture e casi di studio, con molti riferimenti e citazioni a storie personali. Questo rende la lettura molto vivace e variegata. Mi ci sono volute alcune pagine per entrare nelle loro conversazioni (cosa che talvolta accade a tutti noi nelle sedute terapeutiche e in altri contesti sociali), ma presto mi sono ritrovato a unirmi alla loro conversazione.

Un libro o diverse conversazioni non possono approfondire tutto, ma il libro di Michael e Flavio offre un mix di importanti aspetti della Terapia Breve descritti in diversi modi. Può sembrare un po' dispersivo, ma credo che esemplifichi la diversità della Terapia Breve. L'idea dei riquadri intervallati nel testo con riassunti dei diversi modelli di Terapia Breve, citazioni delle persone che li hanno ideati – inclusi Milton Erickson, Steve de Shazer, Jay Haley, Mary e Bob Goulding, Carl Withaker e l'MRI – e molti altri riferimenti è brillante. Questi riquadri danno al lettore l'opportunità di continuare ad imparare di più sulla Terapia Breve.

Gli autori sono dei veri e propri fautori della Terapia Breve – semplificare, focalizzarsi sui piccoli cambiamenti, essere flessibili e aperti, concentrarsi

su una terapia efficace ed efficiente e soprattutto: l'importanza cruciale dei punti di forza e delle risorse dei clienti. Questo è evidente lungo tutto il libro e lo consiglio vivamente a chiunque abbia un interesse rispetto le diverse prospettive e idee della Terapia Breve.

Martin Söderquist