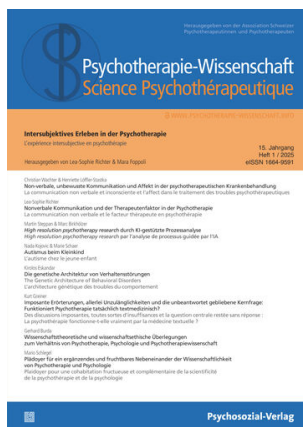


Mara Foppoli

Recensione di: Rizzolatti, G. & Sinigaglia, C. (2005). So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio



Psychotherapie-Wissenschaft
15. Jahrgang, Nr. 1, 2025, Seite 96–97
DOI: 10.30820/1664-9583-2025-1-96
Psychosozial-Verlag

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
15. Jahrgang Heft 1/2025
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2025-1>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen
und Psychotherapeuten
Geschäftsstelle ASP
Riedtlistr. 8
CH-8006 Zürich
Tel. +41 43 268 93 00
www.psychotherapie.ch

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einschbaren Mediadaten.
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an
die ASP-Geschäftsstelle: asp@psychotherapie.ch

Datenbanken

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft wird regelmäßig
in der Abstract-Datenbank PsycInfo der American Psycho-
logical Association (APA), im Directory of Open Journals
(DOAJ) und in den Publikationsdatenbanken PSYINDEX und
PsychArchives des Leibniz-Institut für Psychologie/Leibniz
Institute for Psychology (ZPID) erfasst.



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

PTW im engeren Sinn jene Bereiche von einem externen Standpunkt aus erforscht und reflektiert» (S. 233).

Ich empfehle dieses gut verständlich geschriebene Buch allen Praktizierenden, Studierenden und Lehrenden sehr zur Lektüre.

Peter Schulthess

Rizzolatti, G. & Sinigaglia, C. (2005). *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*
Editore Raffaello Cortina Editore, 216 p.
20.90 EUR
ISBN: 978-8-8603-0002-7

Psychotherapie-Wissenschaft 15 (1) 2025 96–97
www.psychotherapie-wissenschaft.info
CC BY-NC-ND
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2025-1-96>

Nonostante la rilevanza dei neuroni specchio nella cognizione sociale e nell'empatia, le loro implicazioni nel rapporto tra paziente e terapeuta sono ancora poco conosciute. Questo volume offre una base scientifica e interdisciplinare essenziale per comprendere meglio i meccanismi di rispecchiamento, imitazione e sincronizzazione emotiva che avvengono nella relazione terapeutica. Approfondire questo tema significa dotare i professionisti di strumenti teorici e pratici per migliorare l'alleanza terapeutica e favorire il successo del trattamento. Per questo motivo la scelta di recensione è andata su questo testo nonostante sia stato pubblicato 20 anni fa. Il testo è suddiviso in più capitoli, ciascuno dei quali affronta un aspetto specifico dei neuroni specchio e delle loro implicazioni. Rizzolatti e Sinigaglia guidano il lettore lungo un percorso che, partendo dalle basi neuroscientifiche, approda a una riflessione interdisciplinare tra neuroscienze, psicologia e filosofia. Inoltre, il libro non si limita a descrivere la biologia sottostante, ma esplora le implicazioni di questa scoperta in diversi ambiti, con particolare attenzione all'applicazione in psicologia e psicoterapia.

Così, nel panorama delle neuroscienze contemporanee, pochi fenomeni hanno suscitato tanto interesse quanto la scoperta dei neuroni specchio, una rete di neuroni che si attivano non solo quando si eseguono azioni, ma anche quando si osservano le azioni compiute da altri. Questo volume, *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio per psicologi*, scritto da Giacomo Rizzolatti, uno degli scopritori di questa classe di neuroni, e Corrado Sinigaglia, filosofo della scienza, offre un'introduzione comprensibile e rigorosa a questo tema cruciale. Il libro non si limita a descrivere la biologia sottostante, ma esplora le implicazioni di questa scoperta in diversi ambiti, con particolare attenzione all'applicazione in psicologia e psicoterapia.

Il testo è suddiviso in più capitoli, ciascuno dei quali affronta un aspetto specifico dei neuroni specchio e delle loro implicazioni. Rizzolatti e Sinigaglia guidano il lettore lungo un percorso che, partendo dalle basi neuroscien-

tifiche, approda a una riflessione interdisciplinare tra neuroscienze, psicologia, e filosofia.

I primi capitoli forniscono una solida introduzione al funzionamento dei neuroni specchio, spiegando come siano stati scoperti nei macachi durante esperimenti sui movimenti motori. Da qui, gli autori si addentrano nella spiegazione di come questi neuroni siano presenti anche negli esseri umani, in particolare nelle aree motorie e premotorie del cervello. Ma non si fermano qui: mettono in luce il ruolo di questi neuroni nella comprensione delle azioni altrui, nell'imitazione e, cosa più rilevante per il campo della psicologia, nel riconoscimento delle emozioni e nell'empatia.

Uno degli aspetti più affascinanti del libro è la capacità degli autori di spiegare come la scoperta dei neuroni specchio possa trasformare la nostra comprensione della cognizione sociale. Gli autori dimostrano che, grazie ai neuroni specchio, il nostro cervello è naturalmente predisposto a «rispecchiare» le azioni e le emozioni degli altri, rendendo il riconoscimento delle intenzioni e delle emozioni una funzione di base del cervello umano.

Un aspetto interessante è l'idea che i neuroni specchio forniscano una base neurobiologica per quella che la filosofia chiama «intenzionalità», ovvero la capacità di riconoscere le intenzioni dietro le azioni altrui. La capacità di vedere qualcuno che sta compiendo un'azione e comprendere immediatamente perché lo sta facendo è, secondo gli autori, una delle funzioni chiave dei neuroni specchio.

Questa riflessione introduce temi che appartengono al campo della filosofia della mente, come il rapporto tra corpo e mente e la natura della coscienza. Gli autori suggeriscono che la nostra comprensione dell'intenzionalità e della cognizione non può più essere separata da quella del corpo e delle sue interazioni con l'ambiente sociale. In questo senso, i neuroni specchio sembrano fornire la chiave per riconciliare corpo e mente in un'ottica unitaria.

Per i professionisti della salute mentale, uno dei contributi più importanti di questo libro risiede nelle sue implicazioni pratiche. La scoperta dei neuroni specchio può aiutare i terapeuti a migliorare il processo terapeutico attraverso una maggiore comprensione dei meccanismi empatici e imitativi che si verificano durante la terapia. Ad esempio, sapere che esiste una rete neuronale dedicata al rispecchiamento delle emozioni altrui può rendere più consapevoli i terapeuti della loro reazione emotiva ai pazienti e del modo in cui queste reazioni possono influenzare il trattamento.

Inoltre, il testo fornisce spunti importanti per riflettere sulla sincronizzazione emotiva tra paziente e terapeuta. Studi dimostrano che una buona sincronizzazione emotiva, favorita dall'attivazione dei neuroni specchio, è uno dei fattori predittivi del successo della psicoterapia. Questo meccanismo consente di costruire fiducia e stabilire una connessione profonda, facilitando l'esplorazione dei vissuti emotivi del paziente.

Uno degli aspetti più interessanti di «So quel che fai» è l'approccio interdisciplinare adottato dagli autori. Giacomo Rizzolatti porta il rigore della ricerca neuroscien-

tifica, mentre Corrado Sinigaglia esplora le implicazioni filosofiche della scoperta dei neuroni specchio, cercando di integrarla in un quadro teorico più ampio.

Uno dei punti di forza di «So quel che fai» è la sua capacità di comunicare concetti complessi in modo chiaro e accessibile. Sebbene gli argomenti trattati siano profondi e sofisticati, gli autori utilizzano uno stile divulgativo che rende il testo fruibile anche a un pubblico non specializzato. Questo è un grande merito del libro, poiché permette di avvicinare lettori di diverse discipline – dalla psicologia alla filosofia, dalle neuroscienze all'educazione – a un tema di grande rilevanza.

Mara Foppoli

**Kaul, Eva & Fischer, Markus, (Hg). (2024).
Einführung in die Integrative Körperpsychotherapie
IBP (Integrative Body Psychotherapy)
2., vollst. überarb. u. erw. Aufl.
Hogrefe, 344 S.
58.50 CHF, 45.– EUR
ISBN: 978-3-456-86327-6**

Psychotherapie-Wissenschaft 15 (1) 2025 97
www.psychotherapie-wissenschaft.info
CC BY-NC-ND
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2025-1-97>

In dieser zweiten, erweiterten Auflage wird der Ansatz der Integrativen Körperpsychotherapie IBP (Integrative Body Psychotherapy) in ausführlicher Weise vorgestellt. Das Buch ist nicht bloss eine Einführung in diesen spezifischen Ansatz, sondern enthält auch viele generelle Ausführungen zur Körperpsychotherapie. IBP vertritt, wie der Name sagt, einen integrativen Ansatz mit einem ganzheitlichen Menschenbild, wo Körper, Psyche und Geist als untrennbare Ganzheit verstanden werden.

Insgesamt 13 AutorInnen haben Beiträge zu diesem Lehrbuch verfasst. Es deckt ein breites Spektrum an Themen ab. Einleitend werden Ausführungen zu Ge-

schichte, dem Menschenbild und den Grundlagen der IBP gemacht. Danach folgt ein Kapitel «Der Mensch in seiner Lebenswelt», das auch Ausführungen zum Gesundheits- und Krankheitsverständnis enthält. Unter dem Titel «Praxistheorie der IBP» werden Ausführungen zur therapeutischen Grundausrichtung gegeben, dem Verhältnis von Körper und Wort bzw. der therapeutischen Kommunikation, der Steuerung des Therapieprozesses, der therapeutischen Beziehung und nicht zuletzt der Risiken und Grenzen der Methode.

IBP fusst auf humanistischen und psychodynamischen Grundkonzepten, die in je einem Kapitel erläutert werden. IBP verfügt über ein ausgearbeitetes Persönlichkeitsmodell. Die damit verbundenen speziellen Arbeitsweisen mit verschiedenen Aspekten dieses Persönlichkeitsmodell werden anschaulich und mit Praxisbeispielen geschildert. Ein eigenes Kapitel enthält die Reflexion neurobiologischer Aspekte der Stressregulation. Ausführlich wird die konkrete Atem- und Körperarbeit der IBP beschrieben. Phasen des therapeutischen Prozesses werden unterschieden und dargestellt. Den Abschluss bildet ein Kapitel über die Arbeit mit Sexualität in der Psychotherapie.

Den AutorInnen ist es gelungen, in anschaulicher Weise den Ansatz der IBP umfassend darzustellen. Wer sich für ganzheitliche Körperpsychotherapie interessiert, der/die findet in diesem Buch eine Fülle anregender Informationen. Ulrich Geuter, ein Experte der Körperpsychotherapie, meint in seinem Geleitwort gar, dass die Fülle der Themen und die Verbindung von Konzepten mit wissenschaftlichen Erkenntnissen «das Buch zu einem der besten und instruktivsten Bücher zur Körpertherapie im deutschen Sprachraum» machen (S. 12).

Ich habe durch die Lektüre einen anschaulichen Einblick in die Konzepte und Arbeitsweise der IBP erhalten und empfehle das Buch gern als Einführung und Lehrbuch. IBP wird meiner Meinung nach in der Schweiz zu Recht als wissenschaftlich fundierter Ansatz der Psychotherapie anerkannt. Diese Publikation belegt das.

Peter Schulthess