

Roberto Anchisi\* e Mia Gambotto Dessy\*\*

\* Direttore scientifico di ASCCO, Accademia di Scienze Comportamentali e Cognitive di Parma

\*\* Responsabile dell'Istituto di Scienza del Comportamento di Torino

**Corrispondenza**

Roberto Anchisi

E-mail: roberto.anchisi@gmail.com

Volentieri abbiamo accolto l'invito di Teresa Cosentino e Francesca Baggio a condividere il tema dei lavori presentati in questo numero della rivista *Cognitivism Clinico*, perché sin dagli anni '70 ci siamo interessati alle potenzialità che la teoria e la pratica dell'assertività rappresentavano in ambito clinico e della formazione.

Nel 1978 esce quello che crediamo sia stato il primo lavoro pubblicato in Italia sul ruolo dell'assertività nel trattamento di disturbi quali la depressione e il doc: "La tecnica implosivo-assertiva nel trattamento della depressione". Si trattava di un capitolo del volume "Le nevrosi apprese" curato da Ezio Sanavio, con prefazione di H.J.Eysenck e pubblicato da FrancoAngeli.

L'assertività veniva presentata come una pratica spesso risolutiva dei casi di depressione ad eziologia complessa "proprio perché articolata in modo da comprendere procedure sia di ristrutturazione delle contingenze di rinforzo sia di contro-condizionamento delle risposte di evitamento, sostituite da altre realisticamente adattive".

Il tema dell'assertività come forma di terapia veniva poi ripreso in un articolo per la rivista di Psicologia Sociale di Angiola Massucco-Costa: "L'assertive training: terapia a largo spettro" (Anchisi e Gambotto Dessy, *Psicologia e Società*, 1-2, 1983, 85-86). L'articolo così presentava l'assertività: "Nell'ambito delle terapie di gruppo il training assertivo si distingue per le sue caratteristiche di trattamento a largo spettro, poiché agisce sia sugli aspetti alterati del comportamento individuale sia sulle conseguenze che un tale comportamento determina nell'ambiente sociale circostante".

Nel 1989 esce il "Manuale per il training assertivo: Immagine di sé e comunicazione efficace" (Anchisi e Gambotto Dessy, Edizioni Libreria Cortina di Torino). Il sottotitolo indicava gli aspetti salienti del costrutto dell'assertività, neologismo tratto dall'inglese e introdotto da noi in Italia, mentre altri parlavano piuttosto di affermatività.

È importante legare l'ambito dell'assertività a quello della comunicazione efficace, perché l'espressione dei sentimenti in ordine alla realizzazione personale e alla soluzione dei conflitti richiede di conoscere "le parole per dirlo".

Di qui l'ispirazione del nostro secondo volume sull'assertività: "Non solo comunicare: Teoria e pratica del comportamento assertivo" (1992), frutto dell'esperienza maturata in centinaia di corsi sulla comunicazione e sull'assertività, da noi progettati e tenuti in ambito scolastico, aziendale e sanitario.

Infine, nel "Manuale di assertività. Teoria e pratica delle abilità relazionali: alla scoperta di sé e degli altri" (2013) l'assertività viene presentata come elemento essenziale delle terapie di *terza generazione*, basate sulla *Relational Frame Theory* (RFT), direttamente connessa con il processo

DOI: 10.36131/COGNCL20250101

definito dall'ACT "Sé come contesto".

Gli articoli proposti dagli Autori di questo numero della rivista *Cognitivismo Clinico* sottolineano l'importanza per il terapeuta dell'empatia e dell'assertività, perché i due processi stanno insieme: essere assertivi significa infatti riconoscere l'altro come Persona, come canta anche Marco Mengoni in una sua canzone: "Siamo esseri umani, con il coraggio di essere umani!".

Per utilizzare l'empatia il terapeuta deve essere in grado di affrontare le richieste che gli vengono rivolte dal cliente: invece di fare domande inutili, deve "buttarsi in acqua per aiutare il cliente ad uscire dalle acque minacciose che rischiano di farlo affogare". E come la metafora dell'acqua suggerisce, per salvare il naufrago il terapeuta deve "saper nuotare", deve avere quelle conoscenze e quelle abilità che, trasferite al cliente, consentono a entrambi di "uscir fuor del pelago alla riva" (*Divina Commedia, Inferno I*) (Anchisi e Gambotto Dessy, *Il colloquio clinico*, Firenze, Hogrefe, 2017).

Con l'assertività il terapeuta si mostra come modello per il cliente. perché l'assertività riguarda non solo la teoria e la pratica delle abilità relazionali, ma tutto ciò che attiene al valore dell'essere umano in quanto Persona: emozioni, sentimenti, diritti e immagine di sé.

Essere assertivi non significa affermare se stessi, ma agire secondo il principio di reciprocità, nel rispetto di sé e degli altri. La portata di questo principio è compiutamente espressa dall'imperativo categorico di Immanuel Kant (1788): "Agisci sempre in modo che la tua azione possa essere regola per il comportamento di ogni persona in ogni tempo e in ogni luogo".

Pertanto riteniamo che la scelta dei temi trattati negli articoli seguenti sia molto oculata e attualissima, come suggeriscono i titoli che portano a riflettere sull'importanza di un'educazione assertiva nell'ambito dei rapporti di coppia, della sessualità e delle dipendenze.