

## ORALE GIANGRASSO

### SESSIONE INVERNALE 2020:

**-Cos'è il fallimento collusivo? Perché è importante? Che cosa significa? Avviene sempre in tutte le relazioni?** Il modello del fallimento della collusione: il fallimento della collusione è il modello che integra il racconto del là e allora (rapporto individuo-organizzazione) con quello del qui e ora (rapporto individuo-setting). Il fallimento collusivo è quando io e te non abbiamo la stessa condivisione emozionale, quindi entriamo nella fantasia di possesso, non considerando simbolizzazione affettiva dell'altro. Noi psicologi dovremmo costruire l'analisi della domanda, non rispondendo, ma attraverso il fallimento della collusione. Con il cliente ricostruiamo la sua domanda facendolo riflettere sulle sue simbolizzazioni.

**-Che cos'è il benessere psicologico? E' l'obiettivo finale del counseling**

### SESSIONE AUTUNNALE 2019:

**-Dialogo socratico** = Secondo la terapia cognitivo comportamentale, la sofferenza del paziente deriva da delle convinzioni e dei pensieri disfunzionali che è possibile modificare attraverso tecniche come il dialogo socratico. Un dialogo collaborativo ed attivo, guidato, empatico e razionale, volto a disconfermare gli errori di pensiero, le distorsioni cognitive o le false credenze del paziente, responsabile del suo disagio psichico, attraverso l'apprendimento di una modalità di pensiero più flessibile e razionale, adattiva e funzionale al suo benessere. Il dialogo socratico è una tecnica utilizzata all'interno della terapia cognitivo comportamentale, che consente di mettere in discussione le false credenze del paziente, i propri errori di pensiero, attraverso un approccio dialogico tra paziente e terapeuta, caratterizzato da domande e risposte che tendono a disconfermare quanto sostenuto fino a quel momento dal paziente stesso. Nata dalla maieutica socratica, viene descritta per la prima volta da Platone nei "Dialoghi". Il dialogo socratico infatti, si ritrova anche che tra le tecniche utilizzate all'interno della terapia cognitivo comportamentale, la quale, influenzata da capisaldi come A. Beck e A. Ellis, sostiene che il disagio è determinato da errori di pensiero, distorsioni cognitive, false credenze o belief e pertanto tale strumento diviene un valido ausilio alla loro individuazione, messo in discussione e disconferma.

### SESSIONE ESTIVA 2019:

**-Fantasia di possesso**

**-Come si costruisce l'analisi della domanda?** Secondo la tecnica di Carli e Paniccia chi si rivolge allo psicologo è l'organizzazione tra l'individuo e il contesto e si ha prima la costruzione della domanda, committenza, ecc. L'analisi della domanda è un modello teorico-tecnico per l'intervento psicologico-clinico di stampo dinamico-relazionale, messo a punto da Renzo Carli.

**-Il capitolo del manuale che parla delle culture (in sostanza nel counseling come ci si approccia nei confronti di un cliente di un'altra cultura e quale preparazione dovrebbe avere?)**

**-A cosa si riferisce esattamente con la domanda "asse fiducia-alleanza"?** = pag.96 del libro di counselling lo schema sulle differenze e comunanze tra psicoterapia e counselling

### PREAPPELLO MAGGIO 2019:

**-VISSI** = Sono comportamenti non collaborativi da parte del consulente. V sta per valutazione quindi opinione critica da parte del counselor; I sta per interpretazione, interpretare i pensieri del cliente in modo distorto; S sostenere: minimizzare l'accaduto, tipo compassione che causa dipendenza del cliente; S per soluzione: cercare una

soluzione veloce per sbarazzarsi del cliente; I indagare quindi fare delle domande indagatorie per spostare il colloquio dove vuole il counselor ma in maniera "invadente", si incolpa l'altro di non dire ciò che si vuole sapere.

L'antidoto è la collaborazione empatica.

**-L'interpretazione all'interno dell'analisi della domanda** = importanza di non dare interpretazioni personali durante i colloqui e poi mi ha chiesto di collegarlo con la collusione!

**-Come si arriva alla collusione e al fallimento collusivo?**

**-E' partita dal caso clinico per poi chiedermi la differenza tra amico noto ed amico ignoto e quale dei due è meglio** = l'amico ignoto non è conosciuto, corrispondendo così all'estraneo. Ciò permette di avere una relazione volta alla vera scoperta e conoscenza dell'altro, cosa che non succede con l'amico noto poiché viene dato per conosciuto e scontato

**-Concetto di solitudine e se la funzione della solitudine nel clinico nel momento del fallimento della collusione sia positivo o negativo (ma in realtà mi chiedeva più una mia impressione)** = nel momento della collusione non va bene perché il clinico ha bisogno di empatizzare con l'altro per poter colludere, ma che è indispensabile nel momento in cui si "scollude" per mantenere la sua individualità e porre fine alla collusione

**-Il concetto di solitudine nelle relazioni familistiche**

**-Resistenze e cambiamento** = Il cambiamento è la trasformazione di un individuo interpretata o come processo di autorealizzazione o come risultato della tendenza alla maturazione e alle resistenze ad esse. Modifica adattiva delle cognizioni e dei comportamenti in risposta agli stimoli ambientali, risultante del conseguimento della maggior consapevolezza degli altri. Apertura mentale alle informazioni, insight.

**-Tecniche = Tecniche affettivo-emotive:** tecniche gestaltiche (drammatizzazione, tecnica della sedia vuota, uso del tempo presente e attenzione al "qui ed ora") tecniche di tradizione umanistico-esistenziale (ascolto attivo, riflessione empatica, parafrasi, amplificazione), tecniche di integrazione posturale (training di rilassamento muscolare); **tecniche affettivo-cognitive:** psicoanalitiche (interpretazione, insight), dell'analisi transazionale (esplorazione non giudicante, elicitazione del materiale, chiarificazione), della psicoterapia interpersonale (chiarimento di ciò che dice il cliente, feedback, incoraggiamento ad accettare i sentimenti dolorosi, miglioramento delle capacità comunicative); **tecniche cognitive** (dialogo socratico, riattribuzione, ristrutturazione cognitiva, compiti a casa, programmazione delle attività, paradosso, confronto diretto, ecc.); **tecniche comportamentali** (training dell'assertività, blocco del pensiero, estinzione, biofeedback, prevenzione della risposta, modellamento comportamentale); **tecniche cognitivo comportamentali** (blocco del pensiero, role-play, strategie paradossali, metafore, ampliamento); **tecniche ecologiche** (riformulazioni, scultura familiare, aumento della consapevolezza, insegnamento di abilità comunicative verbali e non verbali, compiti a casa, genogramma, ecomappa) **tecniche integrate** (fototerapia, diario clinico, agenda), **tecniche di gruppo** (modeling, feedback correttivi, comunicazione responsabile, apprendimento di abilità interattive, role play e tecniche di arteterapia come disegni, grafie, creta, pittura

**-Polisemia** = Si intende la sovra categorizzazione degli insiemi di aggettivi come amico-nemico che porta alla categorizzazione degli elementi, e dunque dell'organizzazione affettiva di quei simboli, entro criteri ristretti. Secondo questa breve spiegazione la relazione che si può avere con un'altra persona si limiterebbe all'amico conosciuto (e dunque scontato) o il nemico, con tutte le conseguenze e le implicazioni del caso. E' una parola che ha significati plurimi, quindi usando una certa parola ti riferisci a una varietà di significati. Se basi quindi una collusione su modalità primitive, come la polisemia, simbolizzerai il contesto e le persone in categorie polisemiche, tipo

amico/nemico, in cui ci rientra tanta roba. Allora questo tende alla simmetrizzazione della realtà, all'omogeneità, in cui le differenze si assottigliano. La simbolizzazione della realtà ad alta polisemia è una simbolizzazione affettiva primitiva (la realtà viene ricondotta a poche categorie molto ampie: es. una persona è amica o nemica). Il passaggio a una forma più organizzata e differenziata della realtà è possibile grazie al linguaggio, che è un forte strumento di riduzione dell'omogenizzazione polisemica perché introduce l'aspetto della relazione.

### -Collusione

-La difficoltà della tecnica della sedia vuota nel counseling (cap.7 "Counseling") = è molto facile, data la tecnica fortemente emotiva, cadere nell'interpretazione.

### -L'empatia

-Le tecniche narrative e gli scopi = es: diario clinico e agenda. L'agenda è una tecnica che permette, strutturando le attività settimanali, di sviluppare le abilità di pianificazione della propria vita. Il diario clinico è, invece, la registrazione di avvenimenti su base quotidiana, e serve a stimolare l'autorealizzazione e a promuovere la salute psichica attraverso lo sfogo e la possibilità di prendere una "distanza psicologica" dagli eventi.

-Costruzione della committenza = è lo spostamento del focus e ridefinizione del problema

### -Mandato sociale

### -Controllo

-Inconscio e analisi della domanda = L'inconscio è uno dei presupposti dell'analisi della domanda in quanto la modalità di organizzazione relazionale della fantasia di possesso è inconscia, nel senso pensato da Freud nella prima topica, ovvero che emerge senza che ci sia consapevolezza e/o traccia di ricordo del suo passaggio da parte di chi la opera

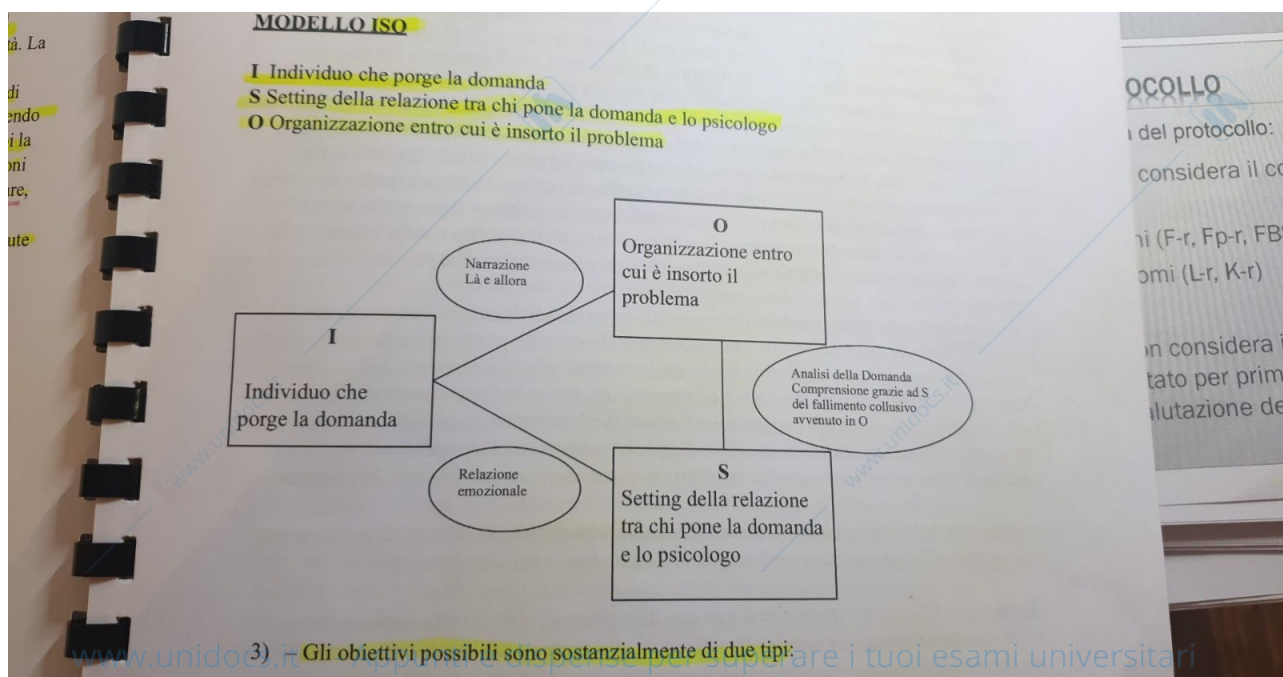
-Il modello transteorico di Prochaska = individua 6 stadi di cambiamento:

precontemplazione, contemplazione, determinazione-preparazione all'azione, azione, mantenimento, conclusione o ricaduta.

### -La solitudine (e un esempio)

-Differenza tra analisi della domanda e committenza = L'analisi della domanda è un modello teorico-tecnico per l'intervento psicologico-clinico di stampo dinamico-relazionale, messo a punto da Renzo Carli. L'analisi della domanda è l'esplorazione delle simbolizzazioni affettive.

-Triangolo ISO = L'ISO è una parte dell'analisi della domanda, dove "i" sta per "individuo" che pone la domanda e si concentra sul racconto del problema, degli eventi che accadono nel "là e allora", entro le relazioni che il soggetto intrattiene nei vari contesti di appartenenza e nella dinamica relazionale con lo psicologo che si dispiega nel "qui ed ora" della relazione. "S" sta per "setting" della relazione tra chi pone la domanda e lo



psicologo. "O" sta per "organizzazione" in cui è insorto il problema. L'analisi della domanda si colloca nell'ISO come rapporto organizzazione-setting. ISO là e allora è il rapporto individuo-organizzazione e l'ISO qui e ora è il rapporto individuo-setting.

-Fantasia di possesso

-Collusione

-**Simbolizzazione affettiva**

-Polisemia

-**Tecnica della sedia vuota/bollente** = il cliente parla nel "qui ed ora" con persone, eventi o cose del suo passato, contattando quei sentimenti e parti del Sé che possono essere state negate e permettendo così il raggiungimento di un livello superiore di integrazione e la chiusura della gestalt.

La sedia vuota, che occupa uno spazio ben preciso nell'ambiente, si utilizza quando il protagonista deve dire delle cose ad un altro che egli immagina occupare lo spazio offerto dalla sedia. L'elemento concreto, ma vuoto, rappresentato dalla sedia si presta ad essere riempito da tutto ciò che il protagonista vede in chi tale spazio occupava: è uno spazio dove si posano le percezioni, le proiezioni, le paure, i desideri del protagonista. Es: La tecnica della sedia vuota aveva quindi avuto due benefici: il primo, permettere alla paziente di liberare le sue emozioni attraverso il pianto e quindi abbassare le sue difese; e secondo, permettere l'emergere di un evento negato e rimosso che ha rimesso in moto la terapia la quale fino a quel momento si era ancorata a un punto interrogativo.

La tecnica della sedia vuota o calda così come la chiamava Fritz Perls, fondatore della Psicoterapia della Gestalt, è una delle tecniche di intervento che può esser utilizzata all'interno della relazione fra psicoterapeuta e paziente.

Per facilitare il contatto fra le molteplici sfaccettature dell'esperienza e le variopinte sfumature della vita emotiva della persona è possibile vivere all'interno del setting terapeutico, in prima persona, il dialogo fra personaggi o parti di sé.

Non si tratta soltanto di *parlare delle* proprie difficoltà o emozioni ma piuttosto di *parlare alle proprie difficoltà* individuando un interlocutore (una persona della vita reale, un aspetto emotivo di sé, un personaggio o un oggetto di fantasia) ed esprimendo i propri desideri, pensieri e ciò che si vuole dall'altro: in altre parole entrambi gli attori del dialogo dichiarano le proprie intenzioni senza "barare" e con l'aiuto del terapeuta.

E' importante per favorire il benessere personale incontrare la propria diversità che spesso prende le vesti di una voce interna, di un pensiero discordante, di un sogno apparentemente insensato, di un sintomo psicofisico.

Attraverso l'incontro con ciò che in alcuni momenti si sperimenta come altro da sé, come strano o come difficile da accettare e da rifiutare in blocco si facilita il flusso del contatto con le proprie emozioni.

La tecnica della sedia vuota può rappresentare un'esperienza ed un'opportunità per provare a *parlare con* chi non c'è davanti agli occhi ma è presente e vivo come fantasia o come rappresentazione interna. Nel dialogo fra i personaggi diventa fondamentale garantire lo scambio e l'alternanza dei ruoli, per cui la stessa persona sperimenta gli effetti emotivi e cognitivi delle richieste dell'altro rivestendo i panni ora dell'uno ora dell'altro personaggio.

E' la capacità di sentire attraverso il proprio corpo l'esperienza emotiva dell'altro ciò che chiamiamo empatia.

La relazione fra le parti riscalda, emoziona e lo scambio permette il ripristinarsi di un flusso, di un dinamismo e di un movimento in contrasto con la compattezza del sintomo

e la rappresentazione del disagio e della sofferenza come spesso qualcosa di granitico, di invalidante e di incomprensibile.

-Passaggio da polisemia a scambio produttivo

-Oblatività

-Neoemozioni

-Il controllo

-La differenza tra intervento ambientale e psicologico

-Multiculturalità

-Estraneità (alterità?)

-Sull'empatia metafisica della ricerca interpersonale di Rogers, nell'ambito della teoria emotiva della relazionalità terapeutica d'aiuto

-Inventarsi un caso in cui inizialmente poteva essere trattato con counselling, e successivamente (e quando) diventa invece da psicoterapia = se si presenta una persona con tristezza, anedonia ecc Quando aumenta di gravità e frequenza, e si trasforma in depressione diventa più da psicoterapia

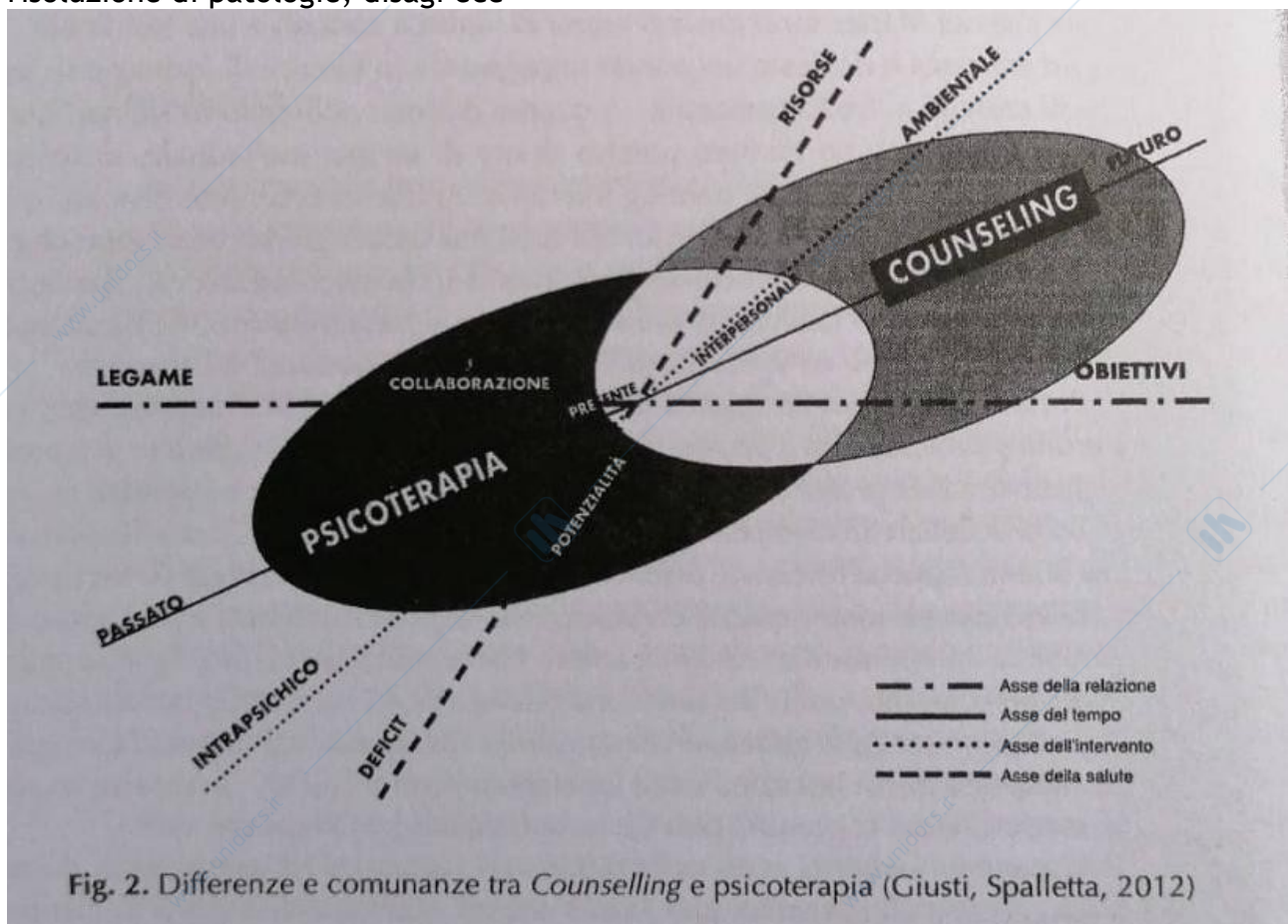
### **SESSIONE INVERNALE 2019:**

-Com'è strutturato il counseling in Italia?

-Come capiamo che una relazione è basata sul possesso? = lo vediamo in quanto una relazione basata sul possesso è una relazione di tipo delirante in quanto non si riconosce l'altro in quanto estraneo, ma lo si vuole incorporare come una parte del sé idealizzato e anche nel setting insieme a noi in cui si riproduce tale relazione, ovvero la persona cercherà di possederci attraverso diversi modi (neoemozioni).

-La fase del comprendere

-Qual è la differenza tra counseling e psicoterapia? Il counseling guarda al qui e ora e promozione del benessere, la psicoterapia guarda al passato e ai traumi, si occupa della risoluzione di patologie, disagi ecc



- Chi è Rollo May?
- Il triangolo ISO
- Fantasia di possesso
- Cos'è l'empatia intercambiabile (quindi descrivere la seconda fase dell'SCTM) -> **CASALE?**
- I 5 errori del VISSI
- Cosa significa ascolto attivo?
- Cosa distingue il counseling dalla terapia?

### **SESSIONE ESTIVA 2018:**

-**A cosa mira il coaching e la differenza con il counseling** = Il coaching è una tecnica finalizzata al miglioramento della performance attraverso lo sviluppo delle potenzialità personali. È un processo che permette al cliente una più consapevole e flessibile modalità di lettura del sé e della situazione nella quale opera. Le sue finalità sono l'elaborazione e il monitoraggio di programmi di autosviluppo e autoefficacia. Ristruttura credenze e convinzioni autolimitanti; valorizza il potenziale presente; chiarisce e raggiunge mete e obiettivi; libera creatività inespressa.

-**Il pluralismo** = Strumento in cui lo scopo è valorizzare le differenze senza raggiungere la frammentazione. Convivenza acconfittuale tra le diverse scuole, indicandolo come un assetto definitivo nel vasto campo delle terapie. Flessibilità. E' un movimento culturale che ha determinato non solo la presenza di metodi terapeutici diversi ma anche la loro coesistenza, riconoscendo una reciproca dignità e come scopo il benessere della persona.

- La committenza
- Il mandato sociale
- La collusione
- La simbolizzazione affettiva
- L'inconscio
- Il triangolo ISO
- Le neoemozioni
- VISSI
- Le differenza tra counseling e psicoterapia
- Tecniche affettive-emotive
- Tecniche cognitive
- Benessere psicologico**
- Che cos'è l'arte terapia e per cosa si utilizza?
- Perché si utilizzano le domande nell'analisi della domanda?

-**Empowerment accademico** = l'empowerment accademico lo riferirei come avete detto al capitolo 24 e direi è un intervento di promozione della crescita personale e di spinta all'autoefficacia e all'autodeterminazione svolto a livello di singolo studente, insegnante, dirigenza scolastica e genitori, allo scopo di migliorare pure il clima complessivo della scuola ed aggirare problemi come quelli della dispersione scolastica.

-**Concetto di prevenzione** = la prevenzione primaria è per i soggetti sani e serve a impedire la manifestazione della patologia, tipo il counseling. Mentre la psicoterapia serve per la prevenzione secondaria e terziaria, cioè rispettivamente per i soggetti con un disturbo all'inizio e per quelli con una patologia conclamata.

-**Concetto di resistenza**

-**Polisemia**

-**Relazioni familistiche**

-**Obiettivi del counselling**

-**Dove possiamo trovare l'autoaccettazione?** Nella Mindfulness: la Mindfulness è consapevolezza, attenzione sollecita, presenza mentale, piena presenza. E'

un'esperienza vissuta, uno stato mentale, uno stato di coscienza, che ha a che fare con particolari qualità dell'attenzione e della consapevolezza. Si riferisce ad un'attenzione consapevole, intenzionale e non giudicante alla propria esperienza, nel momento in cui viene vissuta. Cerca di risolvere il dualismo corpo mente e fornisce una guida su come vedere il funzionamento della mente piuttosto che i singoli contenuti dei pensieri.

#### -Categoria nemico-amico

#### -Egocentrismo

#### -Neoemozione del controllo

**-Modello di Ryff del benessere** = Sono 6 dimensioni: 1) Propositività di vita 2) Autonomia 3) Autoaccettazione 4) Relazione positiva con altri

5) Crescita personale 6) Controllo dell'ambiente circostante. Gli studi dedicati alla percezione soggettiva del benessere e della qualità della vita si basano su due prospettive: edonica (centrata sul concetto di benessere soggettivo riferito alla dimensione affettiva) ed eudaimonica (utilizza il benessere psicologico riferendolo all'autorealizzazione). Lo studio del benessere ha dato origine alla psicologia positiva. Ryff ha affermato che il benessere si presenta come un processo multidimensionale e dinamico che comprende molteplici aspetti, individuando le 6 dimensioni. Ipotizza che la mancanza di benessere possa rendere l'individuo più vulnerabile agli eventi stressanti, quindi è importante che gli interventi di agevolazione mirino non solo a sollevare i clienti dalla sensazione di sofferenza, ma soprattutto a facilitare il percorso verso un funzionamento ottimale della persona. Ha anche costruito un questionario autovalutativo per misurare le 6 dimensioni: Psychological Well-Being Scales.

**-Somiglianze-differenze tra coaching ed empowerment** = l'empowerment è l'insieme delle conoscenze che servono per diventare ciò che in potenza possiamo essere (autoefficacia, autoconsapevolezza e altre pensando allo scopo del counseling), l'empowerment sarebbe la funzione del counseling. Il counseling ha lo scopo di aiutare il cliente a gestire i propri problemi facendo leva sulle risorse personali. E' un processo limitato nel tempo, specifico e molto focalizzato: consiste nel dare aiuto intervenendo sul qui ed ora e il cliente è il protagonista del percorso di crescita, orientamento e cambiamento.

#### -Il riconoscimento dell'alterità

#### -La prevenzione primaria, secondaria e terziaria

#### -Asse dell'intervento (schema differenze counselling- psicoterapia)

#### -Tecniche della Mindfulness, per chi è particolarmente indicata?

#### -Definizione di simbolizzazione affettiva

#### -Gestalt

#### -4 assi

#### -Rottura

#### -Oblatività e come si arriva alle neoemozioni?

#### -VISSI

**-Benessere ambientale** = concetto di salute per l'Oms e di come associarlo al concetto di salutogenesi. Alla fine il benessere, oltre alla componente edonica e edamonica, è un concetto piuttosto trasversale

**-Videomodeling** = utilizzo del video e dei suoi prodotti (riprese, film, scene, fotogrammi) all'interno di vari contesti terapeutici.

Ha lo scopo di "modellare" e rinforzare alcuni aspetti della ripresa.

Il videomodeling utilizza come tecnica la videoconfrontazione, che si svolge o in modalità diretta, in cui il cliente può auto-osservarsi e cogliere istintivamente aspetti di sé molto importanti che saranno poi oggetto di riflessione, o in differita, dove il processo di revisione avviene in un secondo momento il cliente può intervenire sulle riprese in modo interattivo, con più consapevolezza e intenzionalità.

#### -Tecniche per aggirare le resistenze

## **-Inconscio nell'analisi della domanda**

### **SESSIONE ESTIVA 2017:**

**-Il counselling nell'ambiente scolastico** = Nel counseling scolastico è facile colludere con tutte le figure: con gli studenti (perché sono visti come utenti-vittime da salvare), con i genitori (visti come poli esclusivi e valorizzati da una parte e come ricettacoli delle colpe dell'altra), con gli insegnanti (visti come lavoratori depauperati del ruolo e della competenza formativa) e con la dirigenza (vista come garante economico e attuativo dell'intervento di counseling stesso)

**-Simbolizzazione affettiva**

**-Collusione**

**-Tradizione familistica**

**-Differenza tra esito e risultato nella pratica evidence based**

**-Regole del gioco** = sono un sistema di convinzioni, emozionalmente connotate, che mediano la funzionalità, tipica della confusione emozionale, che nega estraneità, e lo scambio, basato sul riconoscimento della dell'estraneo. Le regole del gioco permettono il rapporto con l'estraneità. Sono definibili come un prodotto dell'analisi della domanda, derivate dalla sospensione dell'agito emozionale. Consentono una produzione dotata di senso, fondata sul riconoscimento delle risorse e resa possibile dalla rinuncia di

**-Onnipotenza**

**-Polisemia**

**-Pensiero emozionale/emozionato** = Il pensiero emozionato è in poche parole un pensiero critico sulle emozioni. È quello che dovrebbe scaturire dal nostro intervento. L'obiettivo infatti è fare in modo che, attraverso il fallimento collusivo con la fantasia di possesso del cliente, la costruzione di nuove collusioni funzionali, ci sia una sospensione dell'agito neoemozionale e si instauri un pensiero emozionato. Il Pensiero emozionato è possibile solo in una situazione collusiva ed è una funzione che potenzialmente abbiamo tutti. Per questo è una funzione integrativa che il nostro intervento deve attivare. La costruzione della committenza stessa richiede l'instaurarsi del pensiero emozionato, critico, sul perché ci è stata posta la domanda.

**-Agito emozionale**

**-Obiettivo modello umanistico**

**-Obiettivo Modello Psicodinamico (o Gestalt) = la comprensione del carattere e della personalità e dei diversi livelli di funzionamento del soggetto**

PDM rendere oggettivi e misurabili i costrutti psicodinamici, 3 assi: Asse P (disturbi di personalità), Asse M (funzionamento mentale), Asse S (esperienza soggettiva). Modello misto. SWAP tratti e stili sani e patologici di personalità di adulti e adolescenti.

**-L'inconscio nell'analisi della domanda**

**-Esito e processi** = risultato si riferisca al campo di ricerca, esito al trattamento

**-Il triangolo ISO**

**-Il fallimento della collusione**

**-Il VISSI**

**-Alleanza terapeutica** = ponte di fiducia: creare legami di collaborazione con il paziente, è la qualità della forza della relazione collaborativa tra cliente e counselor

**-I tre tipi di prevenzione** = primaria, secondaria e terziaria

**-I due tipi di benessere** = psicologico e ambientale

**-Psicologia positiva e benessere edonico/eudaimonico**

**-PNL** = È una tecnica basata sull'esistenza di canali rappresentazionali preferenziali (visivo, uditivo, cenestetico) che permettono il passaggio di informazioni dall'esterno al cervello, e che quindi permettono la creazione di rappresentazioni interne specifiche. Il counselor deve essere in grado di percepire quale sia il canale preferenziale del cliente in modo da raggiungere una maggiore *sintonizzazione* e una comunicazione più efficace

**-Neuroni specchio****-Descrizione delle tecniche****-Committenza****-Mindfulness****-Interventi evidence based ed i fattori in comune =** relazione, alleanza ed empatia.

Gli approcci clinici basati sull'evidenza empirica (evidence based practice) si focalizzano su elementi complessi che influenzano il trattamento in termini di efficacia, ponendo attenzione ai fattori comuni: integrazione tra pluralismo teorico ed ecletticismo tecnico. Il professionista che aderisce all'approccio pluralista si allontana da un'identità rigida che possiede un'identità assoluta e si avvicina alla ricerca a prove di evidenza scientifica. La flessibilità è una qualità necessaria e utile per combinare ciò che il clinico sa e sa fare all'interno di un modello pluralistico integrato.

**-Prochaska**

**-L'approccio sistemico-relazionale =** gli autori sono: Bertalanffy (Teoria generale dei Sistemi), Bateson ("tessuto che connette"), Gruppo Palo Alto (équipe del Mental Research Institute), Minuchin (scuola strutturale ai sistemi familiari), Don Jackson (interazioni tra individuo e ambiente familiare).

**-Interventi clinico-riabilitativi**

**-Counseling e web =** Il counseling online è una pratica professionale nella quale un esperto aiuta un cliente a cedere un suo problema specifico da un altro punto di vista, offre opinioni nel corso di brevi consulti a distanza, durante le quali si utilizzano tecnologie elettroniche per comunicare attraverso internet. E-therapy, cybertherapy, online o internet therapy. Strumenti per lo screening e valutazione, psicoterapia individuale e di gruppo. Metodi asincroni: e-mail. Attenzione su obiettivi, strategie, progressi, rafforza le capacità per i clienti che hanno pensieri negativi persistenti. Metodi sincroni: instant messaging, chat video conferenza o internet phone. Tempo limitato, sentimento di presenza, interazioni spontanee, mostra dedizione per appuntamento specifico. Counseling online: privacy, anonimato dalla famiglia, empowerment (relazione percepita più alla pari con il counselor), ambiente motivamente sicuro, protezione dalle emozioni negative del counselor (noia), convenienza/accesso, maggiore facilità all'autosvelamento, disinibizione/libertà nell'esprimere se stessi, capacità di essere completamente onesti. Approccio cognitivo-comportamentale.

**-Atteggiamenti, attitudini e competenze del counsellor**

**Bisogni sottostanti dei casi clinici:** bisogno di sicurezza, apprezzarsi, autorealizzarsi.. in qualche caso c'è la necessità di rinegoziare la relazione (questo nelle storie lunghe come madre e figlio che cresce..)

Nelle relazioni importanti che durano da molto tempo, vi è il bisogno di rinegoziare i ruoli affinché la persona accetti il cambiamento dell'altro. Perché comunque la persona è rimasta a una situazione relazionale del passato e non accetta il cambiamento. La persona ha bisogno di costruire una nuova simbolizzazione affettiva con l'altro (ad es il figlio). Lei vuole che sia autoriferito. Quindi bisogno di sicurezza e apprezzarsi ad esempio. Per bisogno sottostante intendeva quello che secondo noi va fatto affinché la signora stia meglio senza colludere con le sue richieste. Es: Carla 68 anni = dobbiamo cercare di insegnare alla donna a relazionarsi con gli altri ed a stabilire relazioni significative e di fiducia, ovvero la rinegoziazione della relazione con gli altri

**Caso clinico:** una donna di 50 anni si lamenta del fatto che suo figlio di 24 abita da solo in un altro paese e non avverte mai prima di tornare a casa e per questo sta sempre all'erta. Non sa quindi come organizzarsi, quando fare la spesa, se fargli trovare vestiti

puliti, l'auto a sua disposizione ecc... Inoltre quando torna a casa sta sempre in camera sua e non aiuta a mettere a posto in casa "non rifà nemmeno il suo letto, se non lo rifacessi io...!". Prova a parlarci ma finiscono sempre a discutere. La donna si confida con la sorella che le dice di provare a cambiare atteggiamento, ma lei riferisce "il mio non è l'atteggiamento sbagliato, è lui che deve cambiare!"

- **SIMBOLIZZAZIONE AFFETTIVA:** la donna sta dicendo che il proprio figlio non la chiama, e non passa del tempo con lei. Lo percepisce come schivo e distante. A volte sembra evitarla.

Quando lei lo chiama lui non risponde e spesso non le dice nemmeno quando torna a casa. Di conseguenza lei si sente perennemente allerta, in quanto il suo desiderio è quello di accoglierlo nel migliore dei modi.

- **PREREQUISITI DELLA FANTASIA DI POSSESSO**

La madre si sente insicura; teme di perdere il figlio, in quanto il loro rapporto sembra essere poco profondo.

Si sente legittimata nella sua preoccupazione, in quanto è sua madre; quindi vi è un arroccamento ad un ruolo.

Ricerca la complicità della sorella (con la quale si sfoga del comportamento del figlio) e dello psicologo (al quale chiede aiuto).

il figlio è cresciuto e si è trasferito, il che ha portato ad una trasformazione del loro rapporto; cambiamento che la signora non ha accettato.

(quindi in sostanza: **INSICUREZZA, ARROCCARSI AD UN RUOLO, LEGITTIMIZZAZIONE, RICERCA DI COMPLICITA, NON ACCETTAZIONE DEL CAMBIAMENTO**)

- **NEOEMOZIONE:** Vi è innanzitutto la pretesa della madre di riportare la relazione ad una condizione precedente (nella quale evidentemente i due avevano un rapporto particolarmente stretto); tale pretesa si sviluppa in un Lamentarsi. la signora infatti si sfoga del comportamento del figlio con la sorella, lo psicologo e con il figlio stesso. Vi è anche preoccupazione.

- **BISOGNO SOTTOSTANTE:** rinegoziare i ruoli; riconoscere che la relazione è cambiata, quindi per renderla funzionale è necessario adattarsi al cambiamento.

- **DOMANDE DA FARE E QUALE OBIETTIVO**

- Quindi mi sta dicendo che suo figlio non la chiama mai e che passa poco tempo con lei; che rapporto avevate prima del suo trasferimento? (per cercare di capire il rapporto che avevano madre e figlio, e capire se la madre sta rincorrendo qualcosa che ora è andato perso)

- **DA QUANDO SUO FIGLIO SI È TRASFERITO HA NOTATO DEI CAMBIAMENTI NEL SUO COMPORTAMENTO?**

- **PENSA CHE SUO FIGLIO SIA DIVENTATO UN UOMO AUTONOMO E INDIPENDENTE?** (per cercare di far vedere alla signora suo figlio, con altri occhi, dato che probabilmente lei lo vede ancora come un bambino)!

nella simbolizzazione affettiva bisogna specificare più volte lei sostiene che..." e partire con il fatto che lei viene da noi per risolvere un problema con il figlio (quindi la richiesta che fa) nei presupposti io non ho messo arroccarsi al ruolo, ma ho messo sentirsi nel giusto e non riconoscimento dell'estraneo.. nelle neoemozioni sarei più schematica e aggiungerei l'obbligo.. le domande secondo me devono essere proprio riferite ai presupposti

È possibile che una domanda destrutturati due presupposti? Forse non ho capito bene io ma alcuni presupposti mi sembrano simili... ad esempio lei a lezione disse che se si arrocca in un ruolo non è in contatto col proprio sentire e dobbiamo riportarla in

contatto e se non si legittima pure significa che non è in contatto col suo sentire... a questo punto mi verrebbe da fare la stessa domanda per farla entrambi i presupposti se sono presenti. Secondo voi è possibile o sbaglio io? Sì, è possibile

**CASO CLINICO:** Ornella donna di 34 anni sposata da 5 con franco su consiglio delle amiche si presenta da noi! È preoccupata per il suo matrimonio! Prima erano una coppia felice contornata da amici e socialmente attiva, dopo la nascita di Filippo che ora ha 3 anni (figlio voluto è cercato da entrambi) la relazione con il marito cambia. Non si sente più considerata ed apprezzata! Suo marito non ha più voglia di uscire, non le fa regali ( lei dice di avere sempre un pensiero per lui) e quando torna a casa vuole solo stare con il figlio ! Ci dice inoltre che anche per lei la dimensione famiglia è importante ma che ha paura che la dimensione di coppia stia svanendo e che questo possa essere motivo di separazione!

La simbolizzazione affettiva era il 'riassunto' del caso.. ovvero una cosa tipo la signora viene da noi e ci riporta un problema con il figlio che vorrebbe risolvere. La signora dice che il figlio, da quando si è allontanato, non telefona mai e quando torna a casa non interagisce con nessuno. Quando ha provato a parlarne con lui i due hanno litigato. Secondo la madre il figlio dovrebbe cambiare atteggiamento e, nonostante la sorella gli abbia detto che dovrebbe essere lei a cambiare il suo, la signora non ci crede.

I presupposti secondo me erano la decontestualizzazione, il sentirsi dalla parte della ragione, il non riconoscimento dell'altro e la ricerca di complicità.. sulle domande non mi esprimo perché non credo di averle fatte bene..

**CASO CLINICO:** Giulia e Lucia sono fidanzate da 3 anni e convivono da 6 mesi. Giulia sostiene che Lucia voglia nascondere ai suoi genitori che lei e Giulia sono una coppia. Le fa nascondere foto e la camicia da notte nella stanza degli ospiti quando vengono a trovarle i suoi a casa. Ci chiede di trovare insieme una strategia per far cambiare atteggiamento a Lucia, in quanto nemmeno il consiglio delle amiche di postare sui social foto in atteggiamenti affettuosi è stato utile, anzi, ha causato solo ulteriori litigi.

*Simbolizzazione affettiva:* Giulia è una donna di 27 anni che viene da noi per un problema con Lucia, la fidanzata con cui sta da 3 anni e convive da 6 mesi. Giulia agisce frustrazione, insicurezza, rabbia, delusione.

*Precursori e prerequisiti della fantasia di possesso:* decontestualizzazione, egocentrismo, credere di aver ragione mentre l'altro ha torto, non riconoscimento dell'altro, l'insicurezza, arroccarsi su una posizione/ruolo (come fidanzata). Sofferenza, incapacità di mettersi nei panni dell'altro, un senso di impotenza e insicurezza, assoluto egocentrismo, assoluta decontestualizzazione, legittimità della fantasia di possesso, paura di mettersi in discussione (per paura di entrare in contatto col proprio sentire) e chiaramente impossibilità di instaurare uno scambio produttivo.

*Neoeemozioni:* Ho messo tutte tranne preoccupazione

*Bisogno sottostante:* insicurezza e paura di non essere amabile

*Domande da fare al cliente:* "Sento che questa situazione la fa soffrire molto... Non dev'essere facile..." per enfatizzare inizialmente col cliente, poi "Mi racconti di Lucia, come vi siete conosciute?" Lucia in quanto individuo a sé e non sono in accezione di fidanzata di Giulia, inoltre in questo modo si cerca il collante tra le due. Poi ancora "secondo lei perché Lucia si comporta così?" per cercare di farla mettere nei panni altrui e riconoscere quindi l'alterità (questo avviene anche chiamandola per nome e non in accezione di "fidanzata"), "ha mai pensato che il motivo per cui Lucia non lo dice ai suoi genitori possa essere un altro?" per cercare un'altra possibile verità su ciò che pensa l'altro. Comunque mi viene in mente che forse avrei dovuto scrivere anche tipo "che

attività fate insieme?" per riportarle alla mente ricordi positivi, "cosa le piacerebbe fare con Lucia?", "quand'è l'ultima volta che avete fatto un'attività piacevole insieme?" per aiutarla a non fare di tutta l'erba un fascio e contestualizzare al caso specifico...

