Bridi teoria 22/11

Ciao a tutti. Ieri abbiamo detto un paio di cose sulla psicologia dei costrutti personale e abbiamo sperimentato un po' a fare le griglie di repertorio.

Pensavo di partire dalle domande di ieri, fermatevi se mi vengono in mente altre cose.

Rispetto all'attività di ieri, mi sono fatta un paio di domende sui punteggi. Nella prima parte, dove vengono elicitati i costrutti , vengono prese in considerazione tre persone, quindi una tripletta. Il presupposto è che questa dimensione di significato che è interessante per ragionare su tre persone, potrebbe essere significante anche per ragionare anche su altre persone importanti della mia vita, se è qualcosa di importante per me in un contesto posso pensare che lo sia anche in altri contesti. Una volta che si ha la dimensione di significato,

lo stesso discorso viene fatto per tutte le persone; okay per queste tre persone (questa è un po' più uno, questa è un po' più l'altro, ma innanzitutto che numero daresti, con un punteggio da 1 a 7.

Qualcuno ha chiesto se ognuno doveva avere un punto diverso. No, si può scegliere che punteggio dare a ognuno, dare a tutti 2 o a quello 2 a quell'altro 6 etc etc. dipende da come uno costruisce le persone secondo questa dimension.

Una cosa tecnica, per fare la scala da 1 a 7 io tendo a mettere un'etichetta verbale, ad esempio 1=moltissimo così, ad esempio moltissimo bello, e 7=moltissimo brutto; è una sottigliezza, ma rispetto ad altri modi in cui viene usata la scala likert (per niente-moltissimo), permette di mantenre un equilibrio tra due poli, perchè altrimenti diventa invece che valutare dove si colloca tra bello e brutto, si valuta solo quanto è bello (per niente-moltissimo).

Qualcuno ha chiesto come funziona la connotazione positiva/negativa; ma appunto perchè l'idea è che non sempre una cosa sia tutta bianca tutta nera, tendenzialmente io meterei il polo emergente (cioè quello che viene in mente per primo) da una parte, e il polo di contrastodall'altra. Se si mescolano un po' tanto meglio, perchè aiuta la persona a ragionare ogni volta proprio su quella dimensione, perchè altrimenti se mettiamo tutte le cose positive da una parte è facile che diventi un po' una valutazione della persona.

Il 4 su quale metto un'etichetta tipo metà e metà, è un po' un'incognita, non so se avete dato dei 4, comunque nella mia esperienza può voler dire la cosa più facile, cioè la persona è proprio a metà su quella dimensione; ma può voler dire anche altre cose per questo sopratutto nella clinica cerco di mettere particolare attenzione quando viene dato questo punteggio; ad esempio potrebbe voler dire che quel costrutto non si applica a quella persona, quella dimensione non ha tanto senso per quella persona; un altro caso è che dare la risposta sia faticoso, potrebbe essere una dimensione di significato un po' delicata per la persona, magari qualcosa che ha a che fare con il suo problema (clnica) per cui valutare se stessi su questa cosa può essere un problema, ovviamente ha anche a che fare con la relazione che il paziente ha con quella persona, quindi la persona potrebbe rispondere con 4 come per dire "dai non me lo chiedere". Punteggio particolare a cui prestare attenzione maggiore.

Questioni interessanti che hanno a che fare con il campo di pertinenza, cioè a quante persone effettivamente applichiamo questo costrutto, un po' quanto la nostra costruzione sia "allentata o stretta". un modo di costruire le cose allentato è un modo un po' indefinito,un po' vago; un modo più stretto è un modo più matematico, un po' più schematico. Un esempio era il costrutto con il polo emergente pacato, e il polo di contrasto poteva essere due cose diverse: da una parte pacato vs energico, dall'altra pacato vs dispersivo; mi sono chiesta cosa poteva voler dire. penso che in questo caso il polo emergente sia un po' vago, mentre i poli di contrasto sono precisi e definiti; un'ipotesi di lavoro potrebbe cercare di specificare meglio questo "pacato" se lo ritengo utile nella clinica , nella psicoterapia con un paziente.

Un altro caso era che questo stesso costrutto prendesse connotazioni diverse a seconda del contesto; mi verrebbe da ipotizzare che forse sarebbe utile distinguere questo in due costrutti diversi, che poi hanno comunque qualcosa in comune, non so se vi ricordate la gerarchia ma ecco potrebbero essere a due livelli diversi (Magari pacato sta sopra, e poi a seconda dei contesti si declina in costrutti diversi che assumono connotazioni particolari a seconda delle persone specifiche con cui si interagisce).

DOMANDA.Quindi in realtà se utilizzo uno stesso termine con "un altro opposto", può anche essere un campo di pertinenza opposto.. cioè è da analizzare questa cosa?

Dipende da com'è la persona e qual è l'obiettiva; se è una persona tendenzialmente rigida e sto cercando di permeabilizzare un po' il sistema, renderlo più modificabile e aperto, di andare verso un cambiamento, potrei tenere la vaghezza (qualcosa si sta muovendo), poi si può magari ricostruire qualcosa di più utile rispetto a quello che c'era prima. Se è una persona che tende a porsi nelle situazioni sempre in maniera molto vaga, potrei dire no dai proviamo a specificare.

TEORIA

Se pensiamo alla terapia nella psicologia dei costrutti personali, qual è l'obiettivo? raggiungere un maggiore benessere per la persona. Come funziona nella PDCP?

Se siamo da un lato più positivista, l'obiettivo della terapia è la cura del sintomo. La PDCP che invece sta dall'altra parte, non si può affrontare un problema specifico, sintomi specifici, se non si interviene, se non si promuove un movimento nel sistema che lo ha generato. nella pratica , persona che presenta una particolare problematica (alimentare, relazioni sociali, difficoltà scolastiche etc), il problema viene indirizzato specificamente; questo potrebbe si risolvere questo problema, non escludo che "risolto il sintomo se ne fa un altro". Ha senso anche per l'approccio sistemico che parte dai nostri stessi presupposti, ossia di una famiglia in cui c'è bisogno della patologia per mantenere l'equilibrio sistema familiare, classico il bambino problematico che probabilmente se non avesse bisogno di tutti queste attenzioni i genitori si sarebbero già mollati. Quello che i sistemi ci raccontano è che quando c'è una famiglia che ha bisogno di un sintomo che la tenga unita, nel momento in cui viene risolto questo sintomo tac! ne spunta fuori un altro. Ottica di sistema, lavorare sul problema nel sistema che l'ha generato. se qualcosa si muove a livello di sistema, a cascata anche il modo specifico in cui mi approccio al problema possa cambiare.

Sistema di una persona,utile citare questo corollario di Keller, sono 10 i corollari, io ho scelto quello della scelta che dice che *la persone sceglie per se all'interno di un costrutto bipolare l'alternativa che considera più elaborativa per il proprio sistema* . La persona "non è scema", quindi quello che sta facendo è sicuramente la migliore alternativa tra quelle che riesce a vedere, rispetto alle conseguenze anticipate. Patologie in cui pensiamo, come può essere questa l'alternativa migliore? (es paziente depresso che sta sempre in casa) Non dico che sia ontologicamente vero, ma è un modo utile per approcciarsi alla clinica. Nel momento in cui vedo un comportamento, pensiero, "disfunzionale, sbagliato", trovo interessante chiedermi perchè ha senso epr te? qual è l'alternativa che stai scartando? cosa ti anticipi che succeda che esci? incontrare persone fare cose etc, forse c'è un motivo se non esci.

DOMANDA: ma quindi nella griglia si possono mettere anche elementi non umani, non persone?

Si si può, assolutamente

DOMANDA: ma si possono anche mescolare le due cose?

dipende, è da valutare

Esempio di una persona che, si parlava di buoni propositi per l'anno nuovo, una cosa che vorrei cambiare di me è che sono molto goffa e mi piacerebbe cambiare questa cosa. Qual è il polo di contrasto di goffa? Non riuscivamo a trovare il polo di contrasto, quindi ho pensato di fare un passo indietro. Perchè come vi dicevo ieri un costrutto può avere un'etichetta verbale o può essere meno consapevole, legato più a una sensazione non verbale, quindi le ho chiesto se poteva farmi un mimo. Ha mimato facilmente l'essere goffa, poi le ho chiesto il polo di contrasto, e mi ha fatto il mimo di Matrix che mima tutte le pallottele. Poi le ho chiesto di raccontarlo. Matrix è perfetto, schiva tutte le pallottele e resta sempre in equilibrio.

la mia ipotesi è che ci fosse qualcosa nel suo essere goffa che lo rendesse preferibile all'essere matrix, anche se ovviamente considerava l'essere matrix perfetto, perchè non sbaglia mai.

Nel momento in cui ha detto non sbaglia mai mi è si è accesa una lampadina, perchè la prima volta che ci siamo incontrate era ad un incontro pubblico, avevo lasciato sulla tavola delle cartoline con i miei contatti, delle immagini e delle frasi, e lei si è fiondata su una ha detto questa è proprio mia. E sulla cartolina c'era scritto gli errori sono il portale della scoperta. quando me ne sono ricordata gliel'ho riportato alla memoria, così è stato più facile per lei e per me vedere qual era il vantaggio di non essere perfetta, perchè una persona che non sbaglia mai non è davvero una cosa positiva. non è sempre immediato capire come mai preferiamo una strada piuttosto che un'altra, ma se ci chiediamo " perchè per te è meglio questa cosa", piuttosto che cosa cambiare cosa c'è di sbagliato spesso si aprono delle possibilità in più, o di portare a un maggior cambiamento o magari di cambiare una parte e accettarne un'altra.

Cos'è un disturbo per la psicologia dei costrutti personali (PDCP)? allora l'idea è che un disturbo sia un modo di costruire la realtà che continuo ad applicare ripetutamente ma che non funziona. Chiaramente nel parlare con una persona il presupposto è che è un problema nel momento in cui tu lo percepisci come problema. Se anche è una cosa che io considero banale ma per te è un problema io lo prendo come tale e cerco di fare un analisi di sistema che metta in luce come si muove il tuo sistema e dove si inceppa per creare questo prolema

Diagnosi (quindi lettura del sistema): due strumenti, una è la *diagnosi transativa* (schema che mette in luce varie cose: modo di porsi della persona alla terapia, modo di porsi con il terapeuta, risposte automatiche al terapeuta etc) cioè in pratica è una fotografia di un sistema in movimento, è anche relazionale (diversa per la specifica coppia paziente-terapeuta), rifiutando l'idea che ci possa essere una valutazione oggettiva. viene rivista nel corso della terapia. viene fuori una cosa abbasanza lunga (4-5 pg)altro strumento: *tema narrativo=*riassunto, fotografia del sistema per concetti, cosi da avere un'idea chiara sia di come muoversi in terapia sia quello che sta cercando di fare la persona nella vita e con il terapeuta. provare a immaginare la persona come impegnata a fare qualcosa nella vita; questo ha a che fare con i costrutti nucleari, in cima alla gerarchia dei costrutti, possono avere a che fare con l'idea di sè, delle relazioni etc, legati a questi ci sarà quello che stiamo cercando di fare (diventare una persona ideale? costruire delle relazioni significative? ). In quest'ottica si può vedere il problema come : io sono impegnato a fare una roba, ma non ci riesco, e quando non ci riesco e do' una invalidazione a quello che sto cercando di fare, mi invento delle soluzioni. Il sintomo viene collocato in queste soluzioni, quindi soluzione all'invalidazione.

Esempio: persona che ha un'idea di sè difficile da raggiungere, e impegnata a dimostrare agli altri e a se stesso che lui è quel tipo di persona. Magari che sono forte e indipendente. A un certo punto succede qualcosa dove viene invalidata questa costruzione di me, e siccome questo per me è importante, è spiacevole. allora posso attuare varie soluzioni "costruzione"(?non sento bene)=non ci penso più, cioè prendere un elemento e buttarlo fuori dal campo di pertinenza. (tipo negazione)

Un altro modo si definisce "ostilità"=sono stato invalidato ma voglio mantere questa idea di me, quindi cerco una spiegazione alternativa che mi permetta di salvare questa idea di me.

Cercare di estorcere delle validazioni davanti a qualcosa che è stato invalidato dal sistema.

Fa parte delle transazioni , discorso complesso.

Griglie. Se immaginiamo che sono una rappresentazione di parte del nostro sistema possiamo ricavarne informazioni. Quali sono i costrutti, possiamo ipotizzare dei costrutti sovraordinati, possiamo gaurdare se sono costrutti relazionali o più legati a qualità personali, possiamo vedere a livello qualitativo quali costrutti sono più importanti per quella persona.   
C'è anche una parte di numeri; le griglie infatti sono uno strumento che mette insieme una valutazione un po' qualitativa (significati soggettivi della persona) e un po' quantitativa (numeri). Questa è una cosa che in clinica si usa meno, di più in ricerca (analisi quantitative).

Dao numeri si possono vedere le correlazioni trra costrutti; cioè costrutti che nel modo di vedere della persona vanno abbastanza insieme; è interessante sia per farsi un'idea delle cose che vengono associate, sia per capire la gerarchia dei costrutti, le relazioni tra costrutti, ma anche per vedere se ci sono costrutti che si muovono in maniera simile ma si stonano un po'.

Esempio: 1)disponibile verso l'altro vs schivo e 2)persona che si fa valere vs che si fa mettere i piedi in testa. tra questi costrutti che non sembrano c'entrare molto l'uno con l'altro potrebbe esserci una correlazione, e questo potrebbe farci vedere come spesso le persone che io vedo come più disponibili sono anche quelle che si tendono a farsi mettere i piedi in testa; a me piacerebbe essere disponibile ma anche uno che si fa valere; però per il mio modo di intendersi queste due cose, non so come conciliare le due cose (essere disponibile senza farmi mettere i piedi in testa); un obiettivo della terapia potrebbe essere vedere come vanno costruite queste dimensioni, se alla fine sono ancora correlate, se si sono creati dei terzi costrutti che si sono rivelati rilevanti, quindi farsi valere non è più cosi' importante..

Le correlazioni tra costrutti mostrano come questi vengono applicati nelle relazioni con gli altri, e vedere il pre e il post , come questi cambiano, ci può fare delle informazioni interessanti soprattutto nel caso in cui una correlazione di questo tipo porti a mettere come correlati due costrutti che hanno un polo favorevole-sfavorelvole un po' invertito, in questo caso ci sono gli spagnoli costruttivisti di Barcellona che hanno fatto una teoria su questo problema specifico, che viene chiamato il "dilemma implicativo" (?), che è quando io voglio una cosa, ma ci sono delle implicazioni che non mi piacciono. Io voglio tanto farmi valere però penso che se lo faccio poi non sono più cosi disponibile con gli altri, e per me è importante essere un buon amico . si può lavorare su questo dilemma in terapia.

Per quanto riguarda i punteggi, interessante il confronto tra sè e sè ideale, può dare un'idea su quali sono le cose su cui la persona vuole lavorare, e interessante anche guardare come vengono assegnati i punteggi in generale, per capire qual è il modo di costruire della persona, che può discriminare di più o di meno, per esempio associare tutte le cose positive e tutte le cose negative, e dare dei punteggi simili per tutti i costrutti a tutte le persone. Questo vuol dire che non sto discriminando tutte le specifiche caratteristiche di personalità, ma sto usando un più generico costrutto (più vago), del tipo mi piace-non piace, per cui di fatto sto valutando più che la caratt. di personalità, quanto mi piace la persona.

Punteggi dati, tutti 1 o tutti 7? tutti intorno al 4? Ci sono persone che valutano per estremi, altre che fanno fatica a dare delle valutazioni (magari anche legate al concetto di valutare) quindi mettono tutti 3 e 4.

Quantità di costrutti: quando avete fatto la griglia, non so se vi è capitato ma ci possono essere dei costrutti che ritornano; suggerire "ti viene in mente qualcos'altro?" ci sono persone che fanno fatica a trovare altri costrutti, persone che usano costrutti super complessi per ogni situazione e persone che ne usano pochi. Interessante vedere quante sono le dimensioni di significato usate per descrivere le relazioni, o le diversità (quante sfumature nel costrutto: es università, lezioni valutate in tutti i suoi aspetti piuttosto che "vado bene-vado male"); significativo di quanto è significativo quell'ambito della mia vita, o che implicazioni può avere su altri contesti. dare attenzione e lavorarci insieme.

Con quello che esce dalle griglie posso fare sia una diagnosi, una lettura del sistema, sia ipotizzare alla luce del problema delle possibili direzioni di movimento. Cosa vorrei trovare come terapeuta in un'ipotetica griglia finale? Si utilizzano due ordini di obiettivi, a breve e a lungo termine, in quanto diagnosi transitiva, questi obiettivi vengono rimaneggiati durante la terapia se necessario. quindi si utilizza come un'ipotesi che si deve essere pronti a revisionare (uomo ricercatore).

DOMANDA: quando compaiono spesso gli stessi costrutti, possiamo pensare che siano i costrutti nucleari? (?)

Si, possiamo pensare che i più nucelari escono per primi e sono quelli che ritornano

A quale cambiamento possiamo pervenire? Otto possibili eventi di cambiamento, ve ne ho selezionati 4.

cambiamento per contrasto: sono timido e vorrei essere socievole; comincio a pensare come mai sono timida, esplorare questa cosa, e magari comincio a cambiare, socializzare un sacco etc. Si dice che questo cambiamento dura poco, spesso ci capita di passare da un opposto all'altro, proviamo a fare il contrario, ma quello che succede è che la persona più facilmente andrà incontro a quelle implicazione che cercava di evitare, che temeva, i motivi per cui sceglieva il suo polo preferibile. é una delle prime cose che si notano in terapia, ed è da prendere come tale, non abbiamo risolto il problema ma la persona si sta sperimentando sul polo del contrasto. magari non tutte quelle conseguenze che il p. si prospettava si verificano, e allora quel costrutto si può permeabilizzare un pochettino, però non è così frequente che questa diventi una soluzione definitiva.

un altro tipo di cambiamento è legato all'aumento di consapevolezza, quindi da un mi muovo nel mondo in maniera un po' automatica, senza tanto sapere quello che sto facendo, a un punto in cui uno dice okay, io scelgo questa cosa ma so che ha dei lati negativi, contrariamente il contrario comunque non mi piace perchè ha dei lati negativi ancora peggiori, mi piacerebbe trovare una terza alternativa però non ce l'ho. Passaggio importante e necessario, però rischia di essere un "okay,lo so e quindi"?".

Una cosa importante può essere la rivalutazione dell'asse del costrutto (?), ossia quando questo costrutto (che si fa valere/mettere i piedi in testa ) comincia a cambiare di significato, come cambia? cambia quando viene utilizzato per costruire nuovi elementi che cambiano anche il significato dell'etichetta che stiamo utilizzando. Se per me uno che si fa valere è qualcuno che non ascolta gli altri, poco disponibile; lavorando su questo costrutto può modificarsi un po' anche l'idea di farsi valere, tipo: chi si fa valere non è solo qualcuno che dice la sua, è anche qualcuno che nonostante accolga l'opinione degli altri, comunque va per la sua strada. Questo è più compatibile con l'idea di essere disponibile, sono conciliabili.

Quello che è l'ultimo livello di cambiamento è la costruzione di un nuovo costrutto. Se sono sempre li che mi barcameno tra piaccio/non piaccio, sono accettato/non sono accettato, e in tutte le interazioni sotto sotto il mio obiettivo è trovare una validazione del fatto che sto piacendo (questa è la cosa che mi interessa). Un cambiamento duraturo è quello di creare un nuovo costrutto significativo per la persona che possa venire applicato alla stessa interazione; è detto *costrutto ortogonale*. Cominciare a usare un altro costrutto per quella relazione che si chiama ortogonale perchè non ha delle relazioni con quel costrutto piacere/non piacer, è una cosa che non c'entra niente che però col tempo comincia a diventare significativa. magari davanti a una persona potrei iniziare a chiedermi anche chi è, cosa mi sta dicendo, senza fare il confronto con me. allora il discorso piacere non piacere potrebbe non essere più cosi rilevante, e magari il nuovo costrutto potrebbe essere legato alla curiosità, mi interessa questa persona /non mi interessa. probabile che si comincia a sperimentare delle sensazioni diverse e se questo aveva a che fare con il problema questa potrebbe essere una alternativa in più da mettere in atto in quella situazione. Per esempio prima parlando del disturbo dicevamo è un modo di stare in una situazione ripetitivo nonostante non funzioni, ma è anche la soluzione migliore che la persona può scegliere, alla luce delle alternative che vede. Davanti alla stessa situazione io posso anche cercare di piacere (sempre stato preferibile per me, perchè aumentava la mia autostima), posso anche non focalizzarmi su quello ma dare importanza a qualcos'altro. L'idea della terapia non è correggere qualcosa che non va ma aggiungere delle possibilità di scelta. (59:30)

OKay, questo è un esempio di griglia compilata.

cosa vi fa pensare?

(prima slide)

COSTRUTTI

buono=fa ti tutto per farti stare meglio vs fa di tutto per farti stare male

sta male per te, vive le tue emozioni come se fossere le sue vs se ne frega

mi fido vs non mi fido

dice cose che neanche pensa per pungerti vs prima pensa a come reagirebbe l'altro

se la prende subito/reagisce male vs pensa se ha ragione o meno

prende le cose alla leggera vs sensibile/se la prende per poco, per le piccole cose

parla tanto vs sta sempre zitto

socievole vs distaccato

carattere forte/dice quello che pensa vs chiuso

si fa condizionare dagli altri vs pensa da solo

sta per i cavoli suoi vs vuole attirare l'attenzione

puoi parlare di tutto/sa dare consigli vs non puoi parlargli/ti prende in giro

quando dici qualcosa ci pensa/ti ascolta vs non ascolta

Al di la dei punteggi, che idea vi fate di questa persona?

S1)che ha un focus sulla relazioni, non so se c'era un tema ma c'è un po' il fatto dell'altra persona, esce fuori la visione di questa persona nel rapportarsi con le altre persone

Si, anche per questa persona la tabella era sulle figure significative, e anche io ho notato questa comunanza tra i costrutti che parlavano della relazione con l'altro

x=costrutti non applicati alla persona, che non avevano senso per questa persona

S2)La maggior parte dei costrutti sono centrati sul sè, non sulle relazioni generali

S1)Forse si potrebbe celare sotto questi costrutti una sua insicurezza nelle relazioni, cioè lei si vede al top ma forse è insicura e cerca negli altri quello che si sente di dare, ma in realtà non riesce

Si ci sta come ipotesi

S3) A questo si potrebbe collegare il concetto di proiezione?

S4) l'Io e l'Io ideale sono quasi identici.. cioè perfetta..

S5) Che i punteggi sono molto estremi

Io ideale e se stessa simili ma ci sono delle differenze

COnfronto tra studenti (non si sente bene)

S6)può essere che i problemi nelle relazioni di questa persona, che attribuisce cosi tanta importanza alle relazioni, siano attribuiti per lo più agli altri?

Sì certo, questa è un'ipotesi che farei anche io.

Rispetto ai punteggi estremi dipende; ci può essere un costrutto in cui l'io ideale è una giusta via di mezzo tra, oppuro un costrutto (non capisco, suppongo "in cui è positivo il punteggio estremo")

S1)Si può ipotizzare che più estremo sia il punteggio dell'io ideale più ti senti anche tuo quel costrutto?

è un'ipotesi fatta anche in letteratura, a me non convince troppo; ci sono lavori in letteratura ma dalla mia esperienza non mi convince del tutto, ma non è da escludere

(seconda slide)

Ho evidenziato i punti di discrepanza tra se e se ideale, poca discrepanza; alla luce di quello che abbiamo detto prima, cioè che questa è una persona che si costruisce in maniera estremamente positiva, e se poi c'è qualcosa che non va lo è facile che sia colpa degli altriagli altri, io lo considererei; una persona cosi che si descrive praticamente perfetta, dove non è perfetta, io gli do lo stesso peso che darei a uno con un'autostima molto bassa e quindi ho evidenziato anche le discrepanze piccole.

S1)un po si punisce del fatto di essere cosi al top, l'io ideale va sul polo opposto in negativo di costrutti come ascolta, fa di tutto per farti star meglio, come se dicesse "da una parte mi piace il mio ideale, però forse se ce l'avessi un po' meno starei meglio"

Si però è anche particolare, nel primo costrutto, "essere buono ": lei dice di essere al polo estremo di essere buona, di fare di tutto per far star bene tutti (costrutto che la prof ha sintetizzato in uno perchè la ragazza lo aveva messo in vari modi detto con parole diverse-->ripetuto molto- uno dei costrutti nucleari) però sull'io ideale si mette un 2

S7)a me piu che punire se stessa mi sembra che voglia punire gli altri perchè gli attrubuisce questa colpa

Si, qua a preso questa connotazione di punizione , la teniamo nel discorso

S7)Vorrebbe levare qualcosa agli altri perche sente di dare cosi tanto

io penso che punizione è una cosa tirata fuori adesso non la connetterei troppo alla situazione

alla luce di quello che ci siamo detti, il fatto che lei voglia esser cosi buona, è difficile che possa essere una cosa negativa; può essere un'idea di "sto dando cosi tanto vorrei dare di meno", che è quello che dicevamo prima ; tu cosa dicevi

S1)che per i punteggi che ha dato all'ideo ideale forse un po' si può pensare che lei non si voglia tanto bene perchè neppure il modello che dovrebbe essere positivo è visto in modo cosi positivo

S8) potrebbe essere che ci sia qualcosa dell'essere buona che non è cosi buona come cosa,

Si può essere che il fatto di questa ricerca costante di essere buona, di fatto tenesse a freno qualcosa di suo che non le andava più bene,e quindi di voler essere un po' meno buona, perchè ci sono delle robe mie che non riesco a mettermi in una relazione se sono sempre cosi tesa a fare gli altri contenti.

K. Se si puo usare la griglia andando a vedere chi altro ha un punteggio estremo su buono e andare a vedere quali sono gli altri costrutti estremi per vedere se c'è un altro costrutto estremo, negativo, collegato all'essere buoni? per esempio Sara che è estremamente buona, piu di quanto io vorrei essere, è anche molto estrema nel prendere le cose alla leggera, quindi non so essere buoni - essere tonti . Si può usare in questo modo?

Si allora io ho fatto l'analisi delle correlazioni in questa griglia, le correlazioni che ho trovato erano quelle che potete immaginare un po' tutti, quindi l'essere buono che va insieme con pensare prima di reagire, stare male per te, tutte cose che anche a senso sono collegate; fare un 'analisi qualitativa. Ho preso una persona di queste che sarebbe Barbara che era un persona molto significativa, con una persona che ha avuto un rapporto molto complesso di amore e odio con la persona che ha compilato la griglia, di amore fortissimo, e squalificazione totale , i punteggi di Barbara sono estremi, 1 e 7. Riguardo al fatto se possiamo usare i punteggi estremi per capire quanto una persona è significativa per te, in questo caso Barbara è sicuramente una persona molto significativa

al di là delle correlazioni a livello statistico, correlazioni a livello statistico, è interessante che Barbara che è praticamente un modello di vita della persona, e che poi è stat squalificata completamente, Barbara è una persona che fa di tutto per farti star male, peggio di lei non c'è nessuno; contemporaneamente è una persona con un carattere forte, che è una cosa che viene vista come ideale e che anche la persona che ha fatto la griglia si rivede, lei ci tiene a essere una persona che dice la sua, una persona che parla tanto, e anche li nel parla tanto ipotizzava che forse sarebbe meglio parlare un po' meno quindi cominciava a identificare un'idea che questo suo essere molto diretta, anche prevaricatrice a volte, ci potesse essere qualcosa che stonava.

Per me è stato molto informativo vedere come la persona che più incarnava l'essere cattiva, era anche quella che più incarnava l'essere decisa, che era una caratteristica importante per questa ragazza

S1)Si può vedere anche nell'ultimo costrutto, che barbara è il polo non ascolta dimentica e l'io ideale va verso quel polo li, che anche quello ammira di una persona potrebbe essere

S9)essendo gli elementi tutti persone significative, com'è possibile che un costrutto come la fiducia non sia applicabile alla maggior parte delle persone?

Questa è una griglia che ho fatto con una ragazza che sta in comunità, e la prima metà di queste persone sono le altre ragazze accolte, mentre la seconda metà sono gli educatori; quindi al di la che non si applicasse agli educatori, era proprio un costrutto non applicabile , perchè questa era un'idea di fiducia più applicabile al rapporto amicale; tipo ti racconto dei segreti non lo vai a dire in giro, quindi le ragazze sanno che nel momento in cui dicono qualcosa agli educatori questi lo dicono in equipe, e quindi era un costrutto che proprio nona aveva senso con loro

s10) quando due poli di due costrutti sono correlati il positivo con il negativo, quindi c'è una sorta di correlazione inversa, come dicevamo (dilemma implicativo), è utile rendere nota al paziente questa contraddizione, può portare a una modificazione del costrutto, del sistemi?

Si ai primi livelli di cambiamento

S11)Nel momento in cui abbiamo questa griglia con il paziente davanti, fino a che punto di spingiamo con il paziente, cioè cosa è utile fargli notare e cosa non è utile?

Io vi ho fatto fare delle ipotesi, metafora di uomo ricercatore, andare di ipotesi, ed è nella continua messa alla prova di queste ipotesi che si gioca il lavoro clinico. Io personalmente se facessi una gruglia come prima cosa gli chiederei tu cosa vedi? la guardiamo insieme. Il cambiamento piu significativo che una persona può fare passa dalla sua esperienza, quindi io ti posso dire quello che voglio, ma se non sei tu che lo noti, che te lo senti è facile che sia una cosa che poi vola via;

S11) Di base quindi il lavoro è far lavorare il paziente su questa griglia

Si, poi se c'è qualcosa di particolare (es. dilemma implicativo) non è detto che uno lo noti, tu c'hai anche l'occhio e sai dove guardare, il mio obiettivo è quello di farlo emergere aggiungendo meno pezzettini possibile, ma facendo domande che portino la persona a far scoprire quello che c'è

S11) non rischiamo di far uscire qualcosa, indirizzando il discorso in un certo modo, magari mettendo attenzione su un focus sbagliato

Be direi che se tu vuoi far notare qualcosa di particolare, devi andare nella direzione collegata al problema, se questa persona non fosse venuta per delle difficoltà (??), non lo riterrei importante, quando la persona porta un problema, cerco di identificare dei costrutti legati al problema, e quindi sto su quello quando lavoro

S10) Come vengono condotte le ricerca sull'outcome in questo tipo di terapia? Quali strumenti? Mi sembra che questo sia lo strumento cardine. é efficace?

C'è poca ricerca a riguardo. Nel centro di ricerca della mia scuola dove il metodo di valutazione usato è quello "experience based" più che "evidence based", quindi non discorso sul sintomo se c'è o non c'è più, ma sull'esperienza del paziente, quindi che siano le griglie o che siano altri metodi di valutazione, l'idea è quella di dare voce al costrutto della persona, quindi il cambiamento valutato nei termini della persona, che valorizzi la specificità della terapia, cioè si fanno delle ipotesi di cambiamento all'inizio, aggiustate nel tempo, e poi si va a vedere se è quello che si può ottenere alla fine. A livello di riverca non c'è molto

Mi piace molto come approccio secondo me funziona un sacco

DOmanda che non capisco

Considera che cosa cambia nella persona nel corso della terapia, se queste erano le categorie significative all'inizio, è facile che persone significative cambino, oppure che prima erano tre adesso sono mille, oppure il contrario, sono cose da prendere in considerazione per valutare il cambiamento

K. ma quindi si ricostruisce la griglia da capo? per valutare pre e post

riselezionando le persone e trovando costrutti nuovi?

Si, cercherei dei costrutti nuovi, anche perchè l'obiettivo di molte terapie è anche quello di far venire fuori (?) nuovi costrutti significativi . Poi se qualche costrutto manca si potrebbe tirare fuori e vedere se la persona lo applica e come