

Il processo in psicoterapia

#i modelli

Valutazione della psicoterapia in età evolutiva e adulta

A.A. 2017/2018

Johann R. Kleinbub

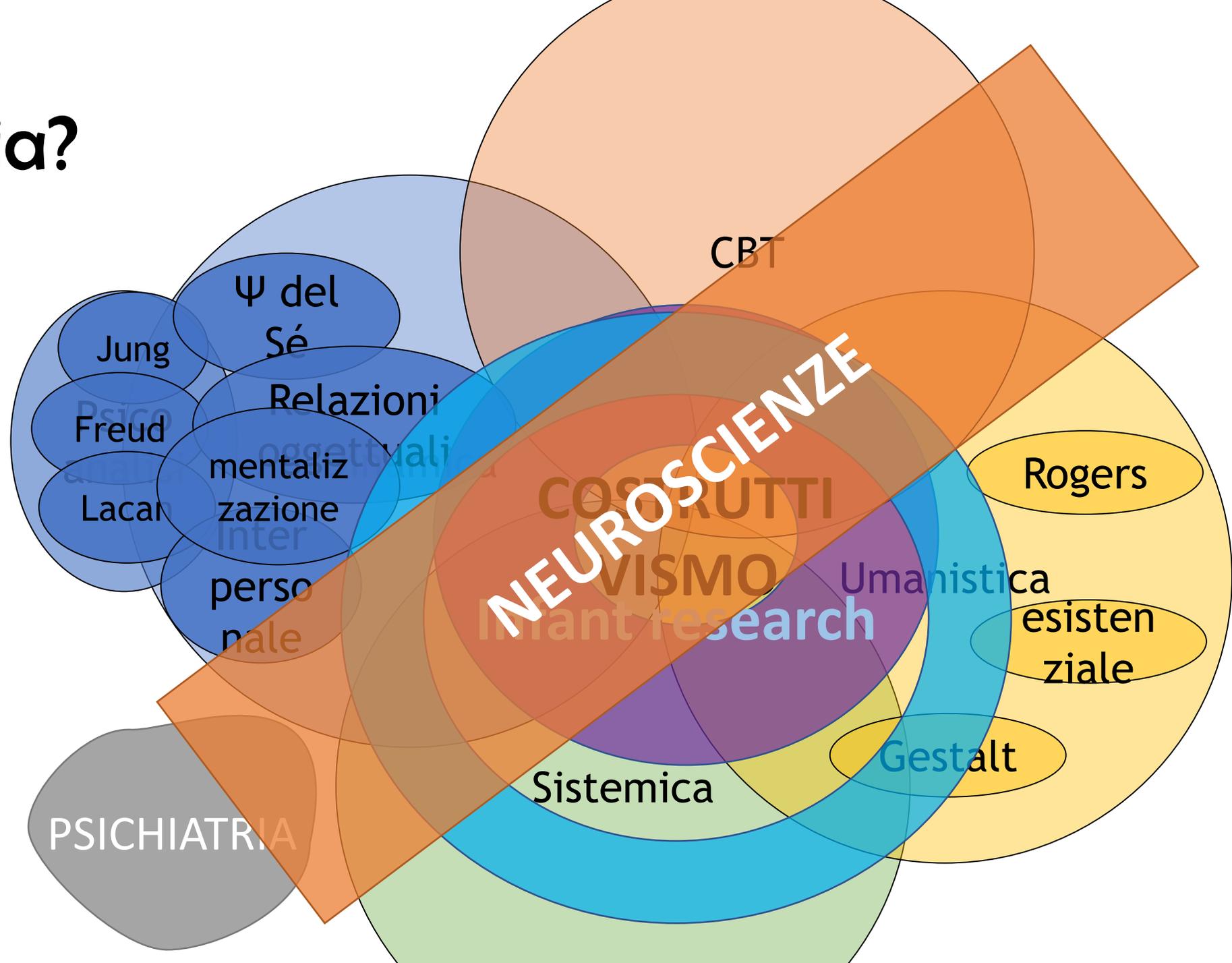


Quali domande?

- Diverse teorie = diverse pratiche?
- Cosa in comune?
- Caratteristiche del terapeuta?
- Caratteristiche del paziente?

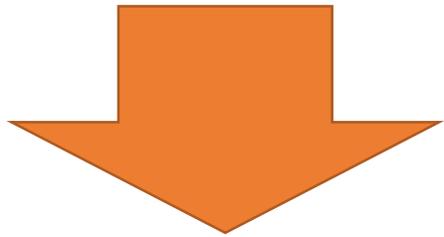
Psicoterapia?

- Ragioni storiche
- Una questione di *praxis*
- Confini mobili
- Direzioni future:
 - Integrazione
 - EBT



Nell'occhio del ciclone

- La diade
- La parola
- L'interazione



CAMBIAMENTO!

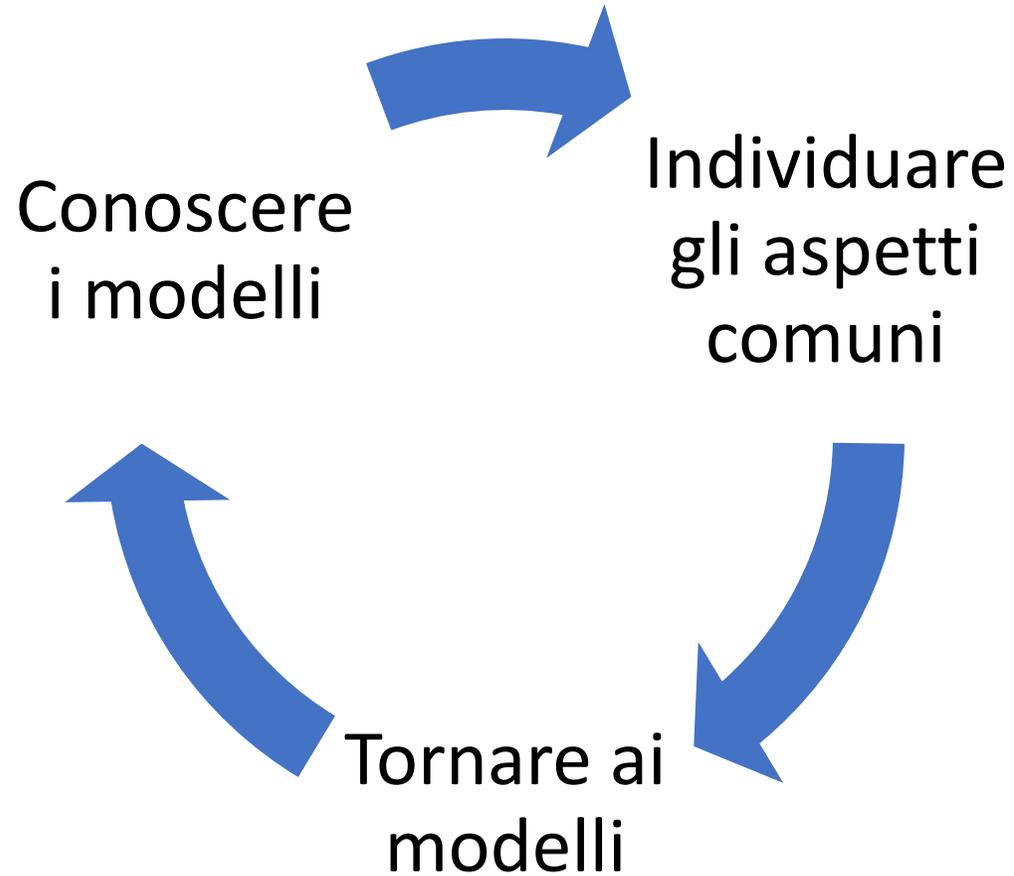


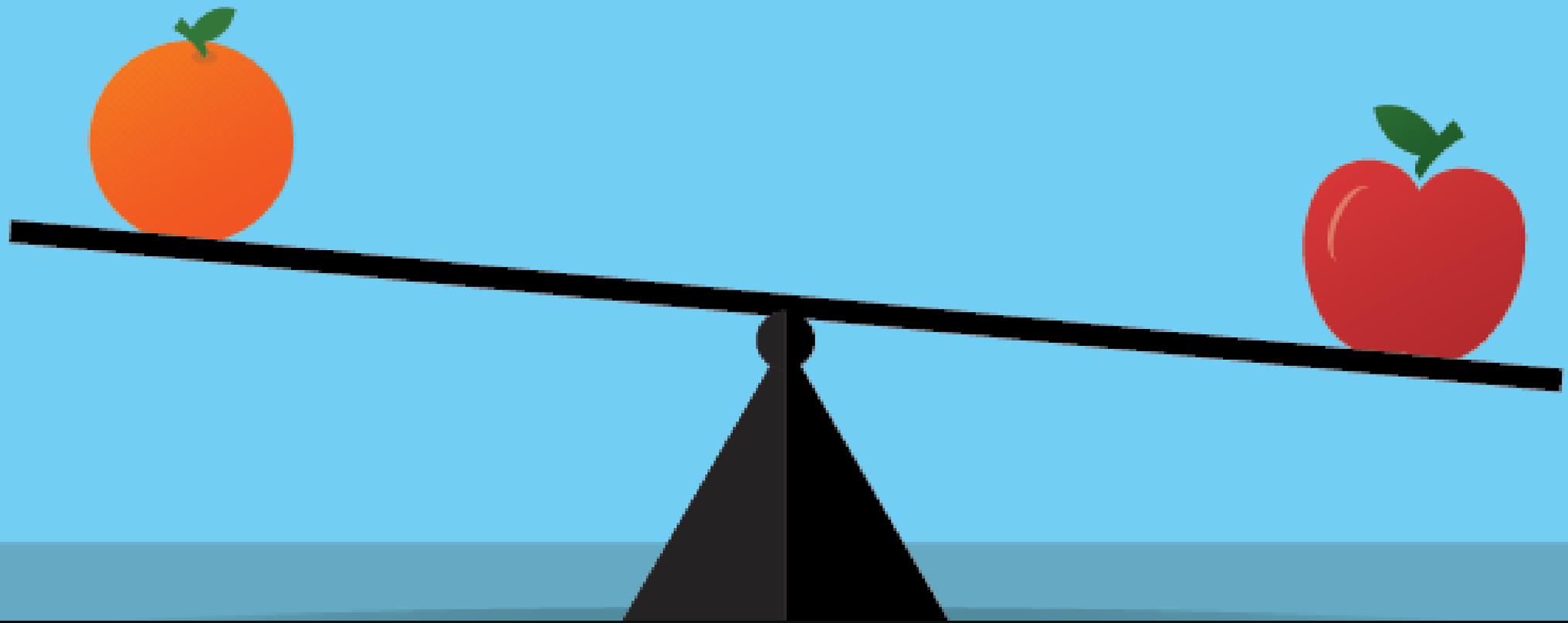
Ma attenzione!

- Questi elementi sono necessari, cruciali, ma non sufficienti!
- Teoria
- Setting
- Autorevolezza
- convinzione del terapeuta



Un piano d'azione



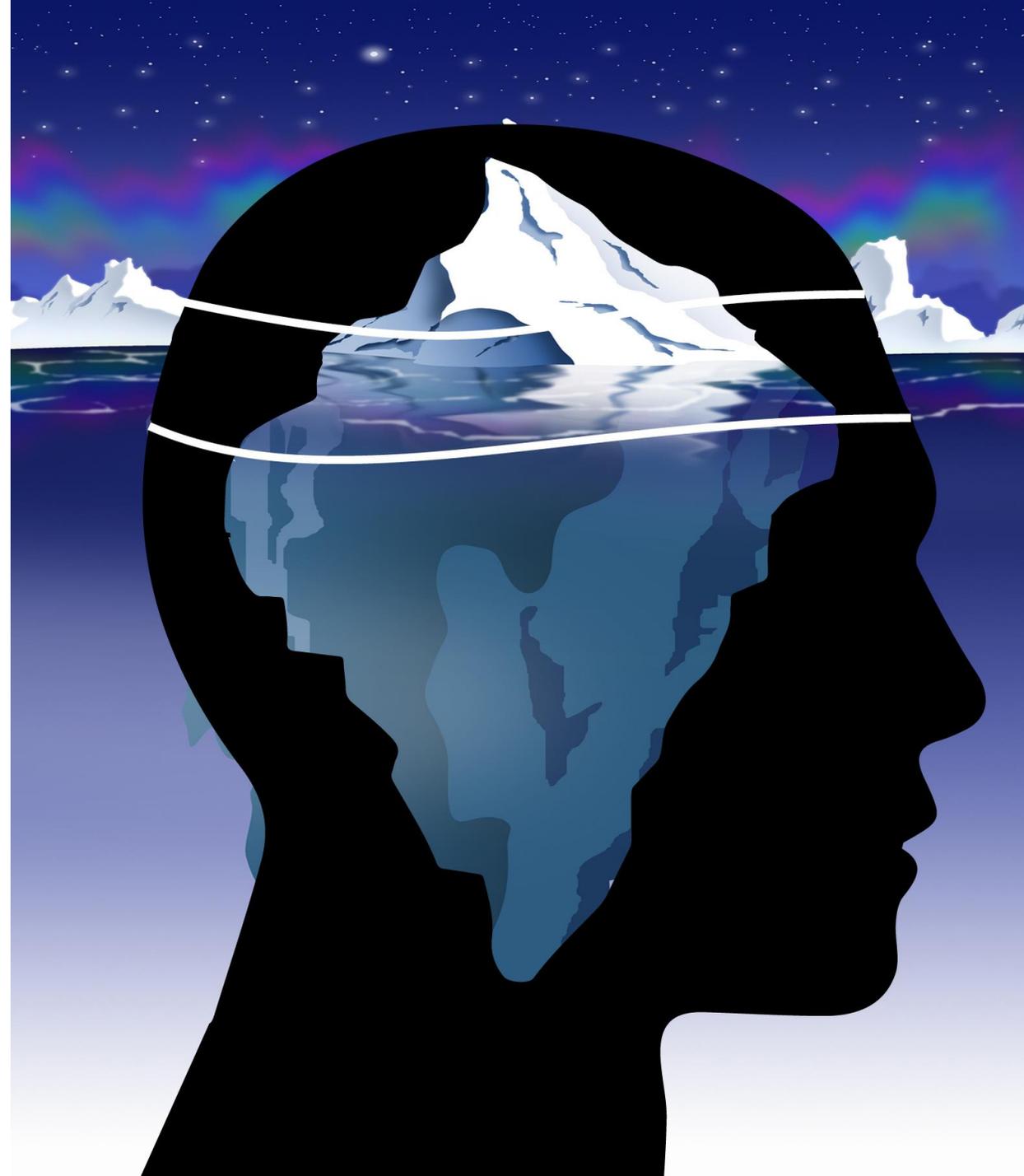


I principali modelli

A confronto!

La terapia dinamica

1. Causalità psichica
2. Prospettiva evolutiva
3. Limiti della coscienza
4. Rappresentazioni interne delle relazioni
5. Pattern ricorrenti



La terapia dinamica

6. Onnipresenza del conflitto
7. Evitamento dell'angoscia
8. Complessità dei significati
9. Relazione terapeutica
10. Espressione dell'emozione
11. Esplorazione di fantasie



Obiettivo della terapia dinamica

- Remissione sintomatologica è secondaria

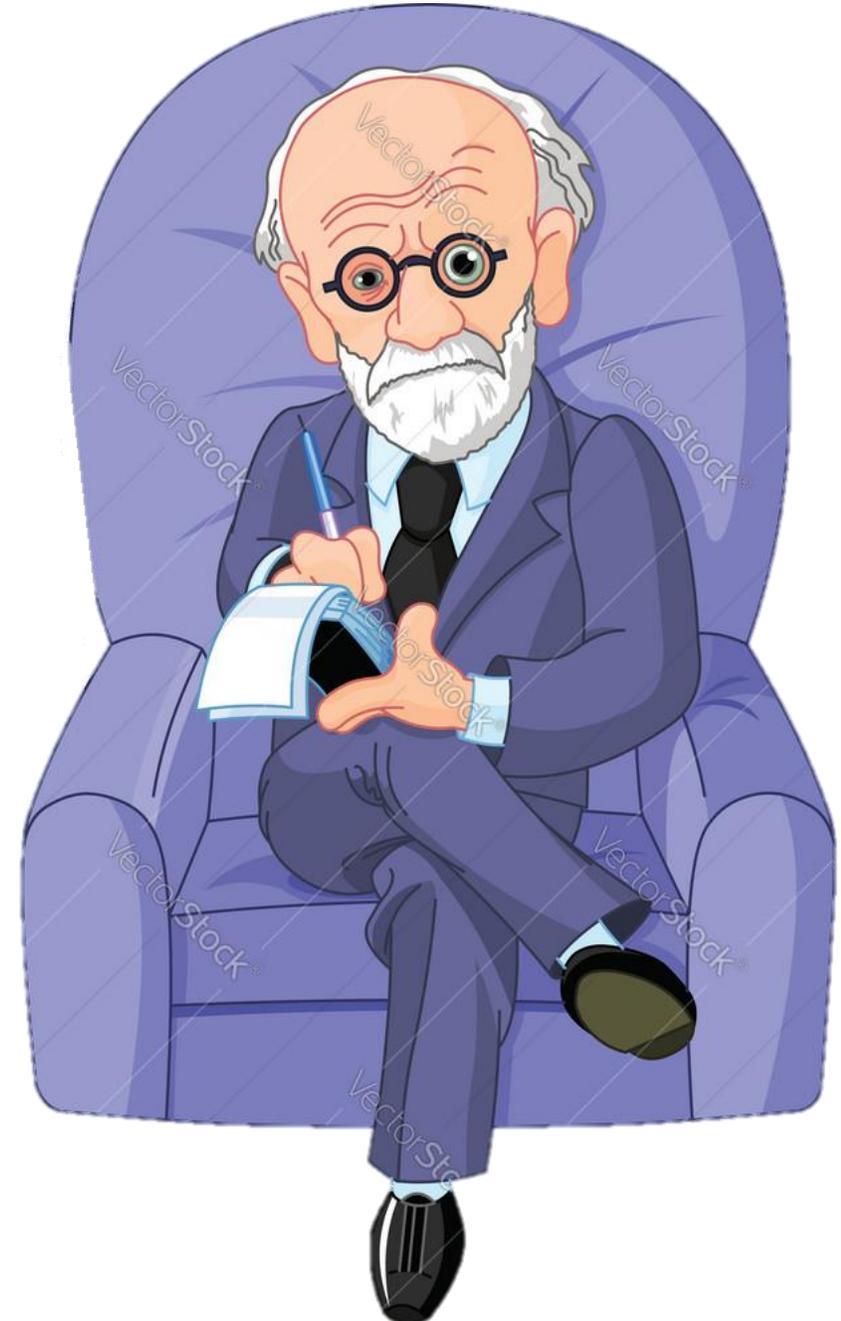


Processo di autoriflessione, autoesplorazione e autoscoperta che avviene nel contesto di una riflessione profondamente autentica tra paziente e terapeuta

- Incrementare le risorse, le relazioni
- Migliorarne l'uso, la maturità
- Tollerare i limiti e avere una visione realistica di Sé
- La remissione sintomatologica è un «effetto collaterale»

Psicoanalisi VS psicodinamica

- Centralità dell'analisi del transfert
- «Neutralità» dell'analista
- Uso dominante dell'interpretazione
- Frequenza delle sedute
- Uso del lettino
- Selezione dei pazienti



Il processo di valutazione in PDT

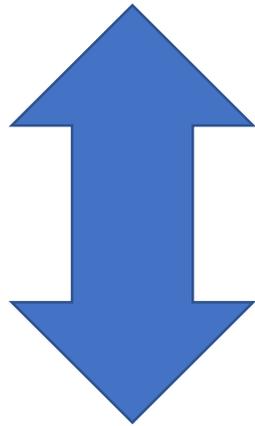
- Paziente adatto a terapia espressiva
- Psychological minded
- Meccanismi di difesa → misura del rapporto insight/sostegno
- Capacità di mentalizzazione
- Qualità delle relazioni oggettuali
- Forza dell'io
- Conflitto / deficit



Continuum supportivo-espressivo

- L'intervento è calibrato sul paziente!

espressivo



supportivo

Interpretazione

Osservazione

Confrontazione

Chiarificazione

Incoraggiamento ad elaborare

Validazione empatica

Interventi psicoeducativi

Consigli ed elogi

Diversità nelle PDT

- Psicoanalisi
- Terapia dinamica a lungo termine
- Terapie dinamiche brevi
 - Pulsionale (Davanloo, Malan, Sifneos)
 - Relazionale (Fairbairn, Greenberg, Mitchell)
 - Integrato (Mann, Garfield, Bellack)



Il processo in psicoterapia

#terapia cognitivo comportamentale



Valutazione della psicoterapia in età evolutiva e adulta

A.A. 2017/2018

Johann R. Kleinbub



La terapia cognitivo-comportamentale

- Primato cognitivo: pensieri e credenze > emozione & comportamento
- Patologia → *bias* di elaborazione dell'informazione, con forma **specific**a
- Obiettivo: smorzare «*credenze patogene*» e rinforzare l'accesso a modelli di pensiero più adattivi



CBT: concetti fondamentali

1. Struttura cognitiva
 - Schemi, reti semantiche, rappresentazioni
2. Proposizioni cognitive
 - Idee, credenze, comportamenti
3. Operazioni cognitive
 - Attenzione selettiva, codifica, recupero
4. Prodotti cognitivi
 - Pensieri automatici, immagini mentali, appraisal



Gli schemi e gli errori

Schemi

- Semplici
- Convinzioni intermedie
- *Core beliefs*

Errori

- Inferenza arbitraria
- Astrazione selettiva
- Ipergeneralizzazione
- Pensiero dicotomico
- Personalizzazione
- Sopravvalutazione



Es: CBT & depressione

Schemi

- Valutazione negativa:
 - del sé (*pensiero autoreferenziale*)
 - Del mondo personale
 - Del futuro
- Preoccupazioni
 - Relazioni sociali
 - Capacità di controllo
 - Raggiungimento obiettivi

Errori

- Recupero distorto (Sé)
- Codifica selettiva (Sé)
- Distorsione feedback negativi
- Tendenza ad attribuzioni causali negative
- Aspettative future negative

La tecnica CBT

- Relazione empirico-collaborativa
- Pianificazione di ciascuna seduta
- Uso del feedback
- Ricapitolazione
- Tecniche, compiti a casa, diario
- Intervento psicoeducativo
 - Diagrammi, libri, opuscoli



Es: CBT & Depressione – piano di intervento

1. Attivazione del comportamento
2. Pianificazione delle attività
 - Punteggi padronanza & piacere
 - Piani giornalieri per aumentare i punteggi
3. Scomposizione delle attività in fasi graduali
4. Tecniche di rilassamento (ansia)

Diversità nella CBT

- Terapia relazionale emotiva (Ellis)
- CBT «standard» (Beck)
- *Third wave*
 - Acceptance and commitment therapy
 - Dialectical behavioral therapy
 - Mindfulness based cognitive therapy
- Sviluppi moderni
 - metacognizione
 - Regolazione emotiva
 - Funzionamento interpersonale
 - Sistemi motivazionali (Liotti)

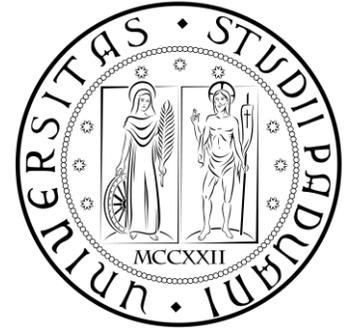


Elementi in comune

- Inserire il vissuto del paziente in una dimensione di senso nuova e più sofisticata
- Curare e valorizzare la relazione col paziente
- Lavorare con le rappresentazioni quando diventano disfunzionali
- Tendenza verso un approccio biopsicosociale
- Tendenza verso focus su intersoggettività

Il processo in psicoterapia

#terapia sistemico-familiare



Valutazione della psicoterapia in età evolutiva e adulta

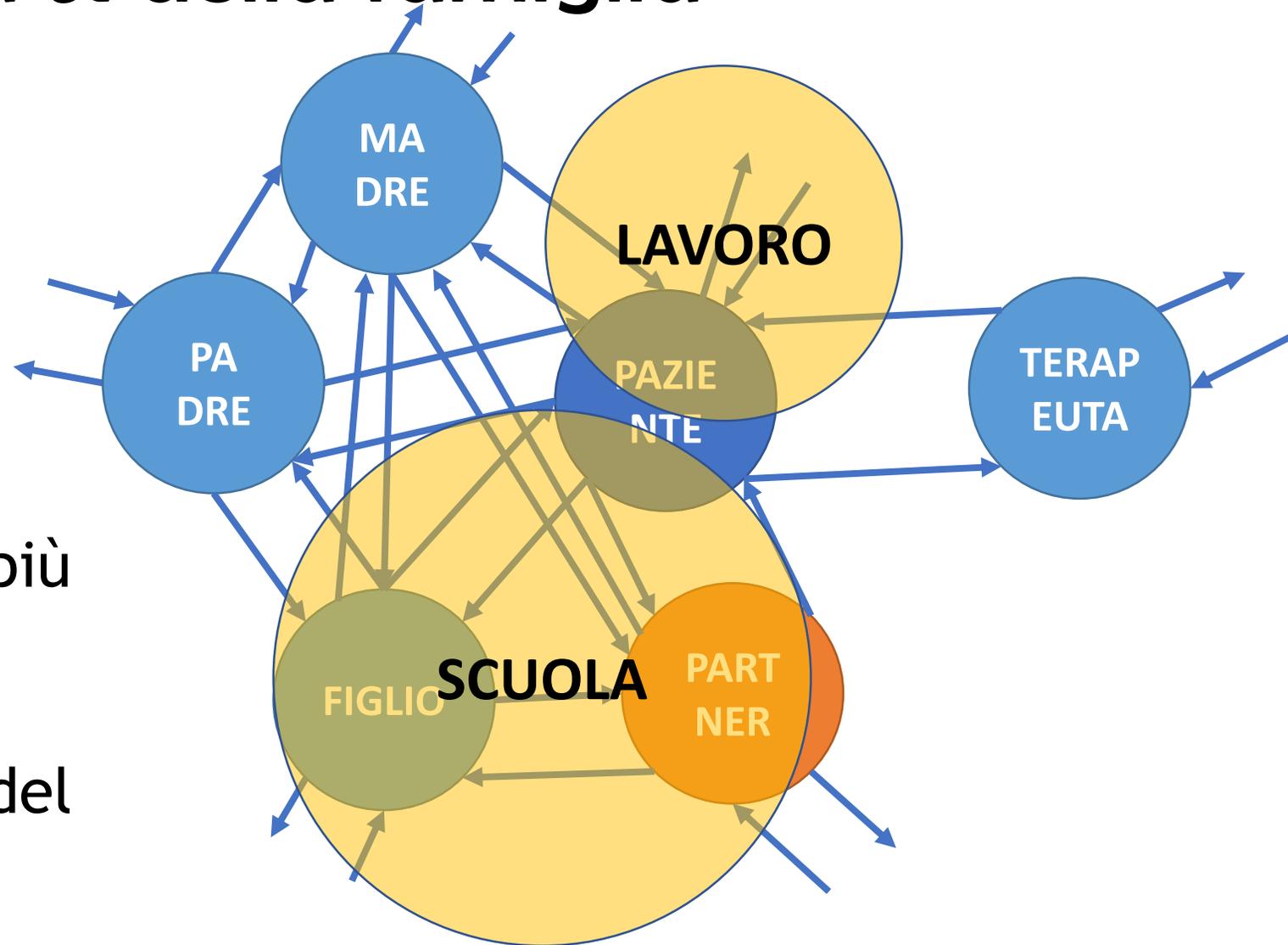
A.A. 2017/2018

Johann R. Kleinbub



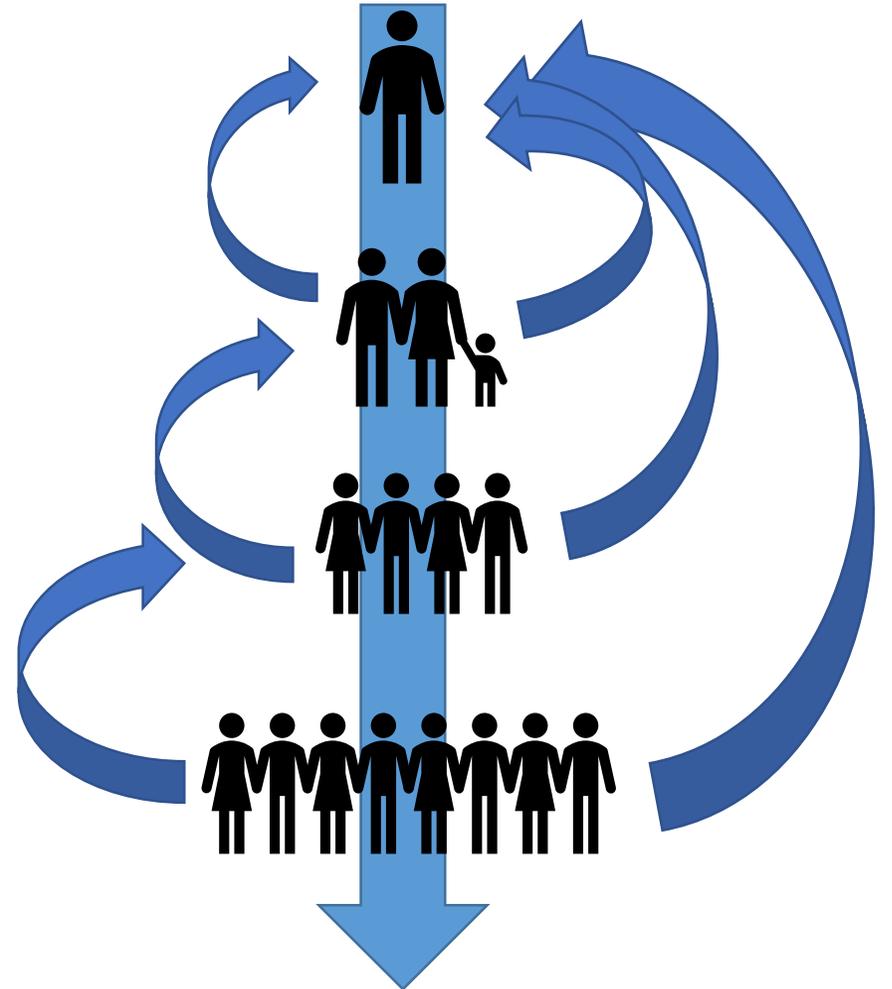
Terapia sistemica & della famiglia

- Sistema aperto
- Contesto socioculturale
- Sviluppo familiare e individuale legati
- Coinvolgere i membri più significativi in terapia
- Idea: gli schemi di pensiero sono effetto del sistema



Influenze circolari

- Individuo → famiglia
- Famiglia → individuo
- Sistemi di *feedback*
- Sequenze di interazioni ripetitive
 - Circoli viziosi → virtuosi
- Causalità «allentata»
- Stress ambientali & socioeconomici

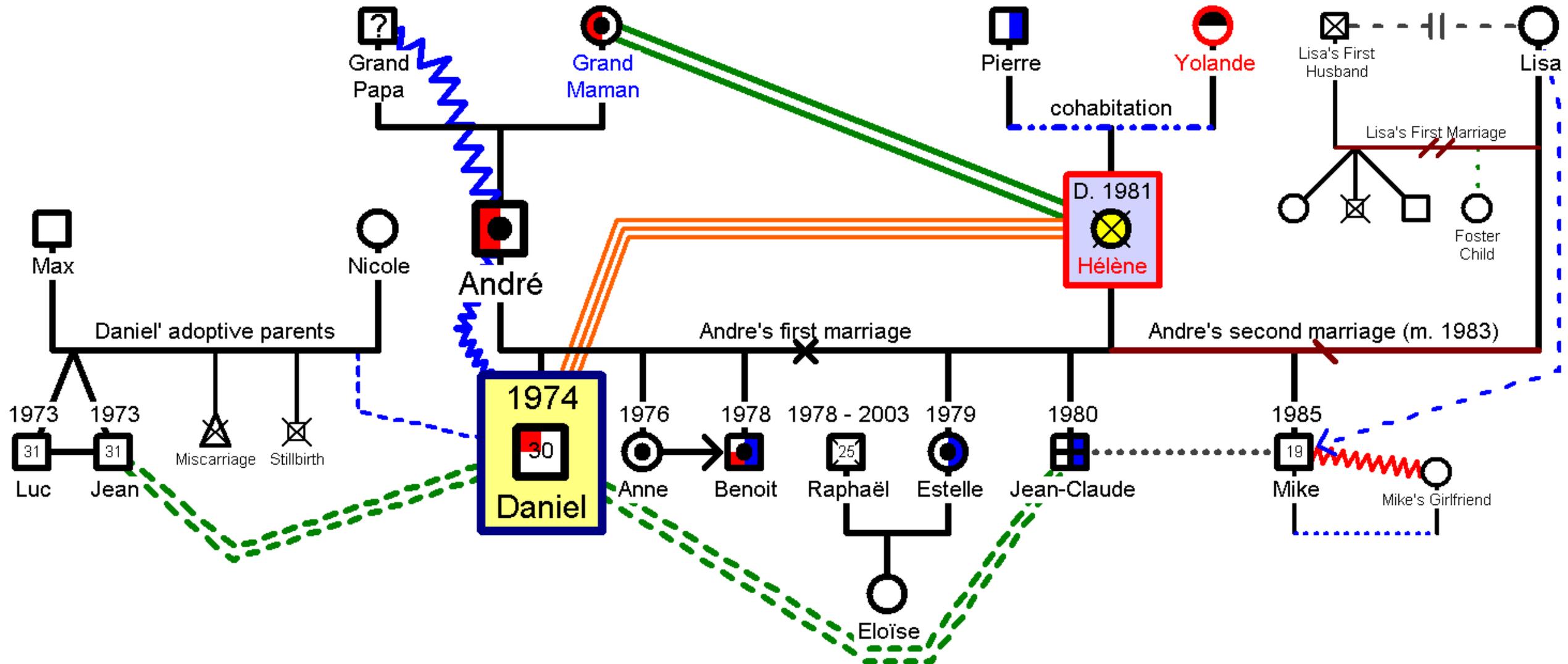


Valutazione del funzionamento

- Mappatura del sistema



Genogram



Valutazione del funzionamento

- Mappatura del sistema
- Evoluzione multigenerazionale
 - Conflitti passati irrisolti
- Presenza di schemi
- Sistemi di credenze familiari
 - regole relazionali, valori, tabù, rituali
 - Influenzano il futuro pensabile
 - Copioni familiari



Valutazione del funzionamento

- Modelli organizzativi
 - Adattabilità, coesione
 - Confini familiari
 - Triangolazione
- Processi comunicativi
 - Chiarezza
 - Fiducia
 - Espressività
- Problem solving



Diversità nella terapia familiare

- Vasta gamma di approcci
 - Dinamica, cbt, esperienziale, strategica...
- Focus: individuale, coppia, famiglia
- Terapia familiare breve
 - Problema specifico
 - Intervento preventivo
- Terapia familiare intensiva
 - Difficoltà croniche o multiple



Elementi in comune?

- approccio biopsicosociale
- focus su intersoggettività
- Relazione terapeutica sotto indagine

Il processo in psicoterapia

#integrazione

Valutazione della psicoterapia in età evolutiva e adulta

A.A. 2017/2018

Johann R. Kleinbub



Confronto fra i modelli

- Cosa possiamo dire rispetto alle nostre ansie sull'outcome?
- Che senso ha confrontare i modelli?
- Se i medici facessero come noi?
 - Gastrointestinalisti VS muscoloscheletristi



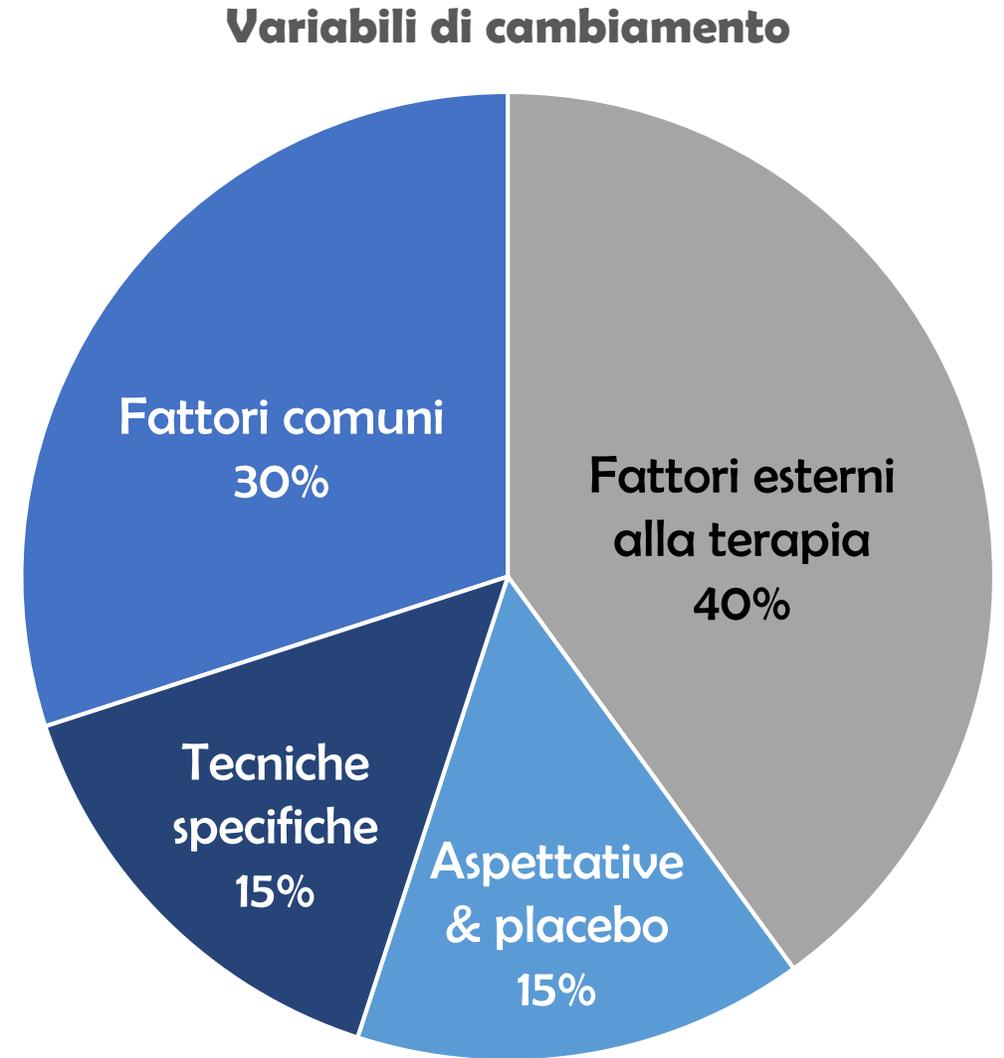
Una visione integrata

- La realtà clinica...
- L'intersoggettività
- Sincretismo ed eclettismo
- Le *scuole* integrate (!?)
- Varie forme di integrazione:
 - Teoretica
 - Assimilativa
- Ricerca sul processo



Il comune divisore

- Il paziente!
 - Gravità e tipo di problema
 - Eventi facilitanti / ostacolanti
 - Rete sociale
 - Aspettative
- Fattori comuni
 - Alleanza, empatia
 - Caratteristiche del terapeuta
Allegiance, mindfulness, etc



Norcross, 2005

Lo scheletro delle psicoterapie

- Coinvolgimento
 - Stabilire e rafforzare l'alleanza
 - Definire le aspettative e i ruoli
- Attivazione dell'auto-osservazione
 - Relazione come spazio riflessivo
 - Consapevolezza del pensiero
- Ricerca di pattern
 - Personalità/scuola/persona
- Cambiamento!
 - Sintomi, funzionamento, benessere
 - Responsabilità del paziente

