

"SEBBENE I PROBLEMI E LE SOFFERENZE UMANE POSSANO APPARIRE COMPLESSI E PERSISTERE DA ANNI, NON PER QUESTO RICHIEDONO LUNGHE E COMPLICATE SOLUZIONI"

L'approccio strategico fornisce un'efficace alternativa alla tradizionale psicoterapia, fornendo soluzioni in tempi brevi e rendendo chi ne fruisce autonomo e indipendente dal terapeuta.

TERAPIA BREVE STRATEGICA

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTALE

TERAPIA PER BAMBINI E ADOLESCENTI

TERAPIA PER DISFUNZIONI SESSUALI

TERAPIA PERVERSIONI

CONTATTI DR.SSA CAMERANI – 349.8367812

COSA S'INTENDE PER PSICOTERAPEUTA STRATEGICO o PROBLEM SOLVER STRATEGICO?

(Tratto da NEWSLETTER CTS)

'Il terapeuta / problem solver strategico svolge il ruolo di aiutare i clienti ad aiutare se stessi a raggiungere obiettivi o a trovare soluzioni.'

IN COSA CONSISTE LA TERAPIA BREVE STRATEGICA?

L'approccio strategico è una modalità innovativa e rivoluzionaria di intervento psicoterapeutico per la rapida soluzione dei problemi individuali, di coppia e di famiglia. La stessa base teorica ed operativa è applicabile, oltre al contesto clinico, a contesti sociali, educativi e aziendali.

La Terapia Breve Strategica si occupa di "come" costruiamo i problemi e cosa facciamo per mantenerli, ed interviene con specifiche strategie che alterano la prospettiva percettiva con cui il paziente è abituato a vedere ed affrontare il problema (le tentate soluzioni). La strategia introduce piccoli cambiamenti all'interno del sistema per generare una reazione a catena di successivi cambiamenti che condurrà al raggiungimento dell'obiettivo finale. Ciò produce cambiamenti rapidi e risolutivi

la terapia breve strategica è utile nel trattamento di :

Disturbi d'ansia

- disturbo da attacchi di panico con e senza agorafobia

- disturbo d'ansia generalizzato

- fobia sociale

- disturbo post-traumatico da stress

- fobie specifiche

- ossessioni

- compulsioni

- disturbi somatoformi (ipocondria, dismorfofobia, ecc..)

Disordini alimentari

- Anoressia

- Bulimia

- Vomiting

- Binge Eating

Depressione

Disturbi sessuali

- difficoltà di erezione

- eiaculazione precoce

- vaginismo e dispaurenia

- disturbi del desiderio

Problemi relazionali nei diversi contesti

(coppia, famiglia, lavoro, sociale)

Problemi dell'infanzia e dell'adolescenza

- disturbo da deficit dell'attenzione con iperattività,

- disturbo oppositivo-provocatorio,

- mutismo selettivo,

- disturbo da evitamento,

- ansia da prestazione,

- fobia scolare

- disturbo da isolamento

Disturbi legati all'abuso di Internet

- la information overloading addiction: ovvero quando le informazioni non bastano mai

- lo shopping compulsivo in Rete

- on-line gambling: ovvero le scommesse in rete

- il trading on-line compulsivo

- la chat dipendenza

- la dipendenza da cybersesso

“I risultati ottenuti mediante trattamenti basati su interventi strategici ben costruiti, applicati presso il Centro di Terapia Strategica di Arezzo e nelle sedi affiliate in Italia, hanno dimostrato come sia possibile risolvere in maniera effettiva e ed in tempi brevi molti problemi di ordine psicologico.

Gli attuali dati di efficacia ed efficienza riportano infatti l'84% dei casi risolti in una media di 9 sedute.” (Da newsletter CTS)

Per Informazioni Dr Chiara Camerani 349.8367812

cepicsicologia@gmail.com

La formazione in psicoterapia strategica: Il centro di terapia strategica di Arezzo

Come capire se è la mia scuola?

Il modello di riferimento della scuola prevede la metodologia didattica dell'imparare facendo, tesa a privilegiare gli aspetti esperenziali per un più veloce e proficuo apprendimento. I momenti di lezione teorica saranno affiancati ad esercitazioni, osservazione e supervisione guidata di casi clinici.

Il gruppo degli alunni è guidato al miglioramento delle competenze comunicative e relazionali, attraverso attività propedeutiche allo sviluppo di specifiche capacità. Attraverso la metodologia dell'imparare facendo si consente di sviluppare la propria capacità di osservazione e rilevazione di specifici comportamenti all'interno del contesto clinico, per poi attualizzare quanto appreso e farlo diventare acquisizione da trasferire nel proprio contesto lavorativo

Perchè scegliere questa scuola?

E' particolarmente indicata per chi intenda lavorare in concreto e nel presente con strumenti terapeutici efficaci ed efficienti ed in continua evoluzione.

<http://www.centroditerapiastrategica.org>

<http://www.bsst.org/famember.html>

Per saperne di piu'

Altre informazioni: stralci di una intervista realizzata In occasione del 2° Convegno Europeo di Terapia Breve Strategica e Sistemica, PsicoLAB

intervista il Professor Giorgio Nardone, Psicologo, Psicoterapeuta, fondatore assieme a Paul Watzlawick del Centro di Terapia Strategica di Arezzo e M. Cristina Nardone, Communication and Managing Director dello stesso Centro.

Terapia Strategica di Arezzo

“Il vero viaggio di scoperta non consiste nel cercare nuove terre ma nell’avere nuovi occhi”

(Marcel Proust)

L'approccio strategico non è semplicemente una teoria e un metodo psicoterapeutico ma una vera e propria scuola di pensiero su "come" le persone si relazionano con se stesse, con gli altri e con il mondo. La realtà che ognuno di noi percepisce, i problemi che si creano e le patologie che si formano, sono il frutto delle modalità con le quali ognuno di noi si rapporta a tale realtà: non esiste una "unica" e "vera" realtà ma tante quante sono le nostre interazioni con tutto ciò ci circonda: "ognuno costruisce la realtà che poi subisce".

Partendo da questa prospettiva i disturbi mentali sono il risultato di un modo "disfunzionale" di percepire e reagire a quella realtà che noi stessi, con le nostre azioni, ci siamo costruiti; ma se all'interno di tale processo cambiano le nostre percezioni e le nostre reazioni, "coerentemente"

cambieranno anche le nostre resistenze. Condurre ad esperire, mediante stratagemmi e raffinate forme di suggestione, "nuove" percezioni di realtà, arresterà quel sistema circolare che rende persistente il problema e produrrà un concreto "cambiamento" nella sfera comportamentale, cognitiva ed affettiva di ognuno di noi. La "storia clinica" del paziente diviene un mezzo "strategico" per risolvere il problema e non una procedura terapeutica tradizionalmente indiscussa.

È ormai accettata quasi all'unanimità l'idea che ogni terapia sia in grado di "funzionare" perché ciò che realmente cura è la relazione che si stabilisce tra paziente e terapeuta. Per quanto riguarda la Terapia Breve Strategica, qual'è, per così dire, il suo "principio attivo"?

Anzitutto vorrei dirvi che coloro che sostengono che tutte le terapie funzionano hanno ragione ma fino ad un certo punto... Probabilmente parlano in termini di efficacia non di "efficienza" ma c'è una differenza sostanziale tra "dieci anni" e "dieci sedute".

Nella Terapia Breve Strategica ogni singola manovra è strategicamente orientata, ciò sta a significare che è orientata all'obiettivo da raggiungere e non alla teoria da difendere ...semmai è

proprio questo ciò che va ad incentivare la “relazione” con il paziente.

Ricerche internazionali più approfondite sui fattori di efficacia delle psicoterapie hanno individuato 3 fattori predittivi di una psicoterapia che funziona: le aspettative del paziente, l'effetto placebo, la tecnica specifica.

Perciò le ricerche al Centro di Terapia Breve Strategica si orientano in direzione delle tecniche per amplificare le aspettative del paziente, instaurare una relazione effettivamente terapeutica, utilizzare l'effetto placebo, selezionare le strategie finalizzate al cambiamento.

Non a caso i risultati terapeutici raggiunti attraverso metodi di Psicoterapia Breve Strategica evidenziano il maggior livello di efficacia ed efficienza (88% di casi risolti in sette sedute misurati nell'arco di 10 anni su 3482 casi).

Bateson affermava che: “il compito della scienza è costruire soluzioni per specifici problemi”; dal 1985 il suo Centro compie ricerche allo scopo di mettere a punto modelli avanzati e protocolli specifici di trattamento per particolari forme di patologia, quali i disturbi fobico-ossessivi e i disordini alimentari. Che cosa ci può dire, oggi, riguardo ai risultati ottenuti in questi specifici disturbi?

I nostri protocolli di trattamento hanno dimostrato essere, alla prova dei fatti, la migliore terapia per queste patologie.

Basti considerare che nel disturbo di attacchi di panico abbiamo ottenuto il 95% dei casi risolti.

Inoltre, siccome “sono le soluzioni che ci spiegano il problema” grazie alla messa a punto di tecniche orientate allo sblocco, che si adattassero alle specifiche caratteristiche delle patologie, si sono venuti a specificare nuove categorie diagnostiche. Per esempio, la sindrome da

“Vomiting”, il mangiare per vomitare, ormai rappresenta una categoria diagnostica a sé. Prima d’ora nella letteratura scientifica - e tuttora in autori non aggiornati - questa patologia caratterizzata da specifici meccanismi di formazione e persistenza, veniva fatta rientrare nella categoria diagnostica della Bulimia Nervosa... non c’è da stupirsi se gran parte di questi casi un tempo venivano dichiarati “incurabili”...!

Con questo voglio dire che per conoscere come un problema funziona non è sufficiente l’osservazione esterna, ma è necessario agire in modo da cambiarne il funzionamento.

Alcuni autori affermano che le terapie di lunga durata sono in grado di produrre cambiamenti duraturi nei soggetti perché la relazione di Attaccamento che si stabilisce tra paziente e terapeuta è in grado di modificare i loro Modelli Operativi Interni. Nella Terapia Breve Strategica può accadere altrettanto?

Prima di tutto chi pensa che la terapia debba basarsi sull’attaccamento si dimentica tutti i pericoli di una dipendenza dal terapeuta, così come prende per vera una teoria tutta da dimostrare.

L’ipotesi dell’attaccamento pone un assoluto terapeutico di una rigidità monumentale, Nietzsche diceva “tutto ciò che è assoluto appartiene alla patologia” ...comprese alcune teorie.

Come detto prima, gli elementi rilevati dalla ricerca internazionale che rendono “terapeutica” una relazione terapeuta paziente sono quelli già citati: le aspettative del paziente, l’effetto placebo, la tecnica specifica, tutti considerati obiettivi di ricerca per mettere a punto strategie più evolute.

Una psicoterapia che concretizzi un 'cambiamento' in tempi brevi, attua a risolvere complicati, persistenti e sofferti problemi mediante soluzioni 'apparentemente' semplici, pare rispondere precisamente alla richiesta sociale di questa epoca.

Professor Nardone, quanto questo ha influito sullo sviluppo del suo modello e sul perfezionamento del suo metodo? Quale 'futuro' per la Terapia Breve Strategica?

Devo dire che la caratteristica di 'semplicità' e 'brevità' propria dei miei metodi risponde più che altro alle leggi naturali del cambiamento e che la richiesta sociale di avere a disposizione cure risolutive appartiene a questa epoca e a tutte le altre e direi anche che sia legittima...

'Il futuro della Terapia Breve Strategica?' Il futuro è già arrivato.