

LIVELLI DI INTERVENTO PSICOTERAPICO: UNA CLASSIFICAZIONE PER PROBLEMI

<i>Livello:</i>	<i>Sigla</i>	<i>Definizione</i>
<b>Problemi personali normali</b>	<b>PPN</b>	Comuni difficoltà di vita, che il soggetto affronta abitualmente con o senza l'aiuto delle risorse sociali a disposizione, attuando soluzioni che conosce in modo abbastanza efficace, difficoltà che di solito non costituiscono reali condizioni psicoemotive e che non richiedono l'attuazione di nuove strategie di <i>coping</i> .
<b>Condizioni non cliniche</b>	<b>CNC</b>	Condizioni di stress psico-emotivo transitorio che il soggetto potrebbe superare da solo, con o senza l'aiuto delle risorse sociali a disposizione, oppure condizioni emozionali di durata limitata, che il soggetto erroneamente crede problemi di carattere clinico o personologico.
<b>Problemi sub-clinici</b>	<b>PSC</b>	Problemi psico-emotivi e comportamentali che il soggetto non è o non crede di essere in grado di affrontare da solo, oppure problemi di cui non è consapevole ma che producono comunque sofferenza nel suo contesto di vita o di lavoro, ma che non raggiungono la soglia per la definizione di una specifica sindrome clinica in base agli abituali criteri diagnostici.
<b>Problemi clinici:</b>	<b>PC</b>	Problemi descritti dalla nosografia psichiatrica.
<b>Problemi clinici Semplici</b>	<b>PCS</b>	Il problema psicopatologico del paziente rientra nella definizione di una specifica sindrome clinica, di cui soddisfa i criteri diagnostici.
<b>Problemi clinici Complessi</b>	<b>PCC</b>	La condizione del paziente non rientra nella definizione di una specifica sindrome clinica, ma richiede l'uso di più di una etichetta diagnostica (co-morbilità) per essere compiutamente descritta.

Lucio Sibilìa  
Roma, Ottobre 2018

<i>TRADD</i>	Tecniche efficaci	Componenti
<b>Disfunzioni dell'ATTENZIONE</b>	Psico-educazione	ED
Attenzione selettiva	Addestramenti attenzionali	
Ai segnali esterni	Focalizzazione Attenzionale	AF
Ai segnali interni	Mindfulness	AF
Evitamento attenzionale	“Esperimenti” comportamentali	EX
Focalizzazione sui segnali di sicurezza	(esposizione!)	
<b>Disfunzioni della MEMORIA</b>		
Memoria selettiva	Psico-educazione	ED
Ricordi ricorrenti	Tecniche immaginative	IT
<b>Disfunzioni del RAGIONAMENTO</b>	Psico-educazione	ED
Ragionamento interpretativo <sup>3</sup>	Addestramento al pensiero critico	PS – CR
Ragionamento basato sull'aspettativa <sup>4</sup>	Dialogo socratico	CR – PS
<b>RAGIONAMENTO EMOTIVO<sup>5</sup></b>		
<b>Disfunzioni del PENSIERO</b>	Psico-educazione	ED
Pensieri ricorrenti	Problem solving	PS
Soppressione del pensiero	Scrittura espressiva	EX – ESS
Convinzioni meta-cognitive <sup>6</sup>	Autosservazione dei pensieri	AF – SC
	Ruminazione pianificata	BP
<b>Disfunzioni del COMPORAMENTO</b>	Psico-educazione	ED
Evitamento del comportamento	Esposizione in vivo e nell'immaginazione	EX
Comportamento attivo di evitamento	Attivazione comportamentale	CM – SC – BP
Comportamenti di sicurezza		

AF= Attention focusing; CR= Cognitive restructuring; IT= Imagery techniques; PS= Problem solving; MO= Motivational techniques; SC= Self control; SSR= Social skills training; CM= Contingency management; BP= Behavioural prescription; EX= Exposure; ER= Emotional regulation; ESS= Emotional expression and support; RX= Relaxation; ED= Education.

3 Attribuzione di significato

4 (p.136)

5 (pensiero emozionale?)

6 positive/negative