

nell'approccio cognitivo-comportamentale, fondamentale in quello costruttivista e a livello intermedio in quello razionalista.

Mentre nei *training* psicoanalitici la formazione personale coincide con la cosiddetta analisi didattica che viene usualmente richiesta preliminarmente al resto della formazione, i *training* cognitivi che prevedono la formazione personale tendono a gestirla con modalità diverse: svolgendola nell'ambito del gruppo di formazione contemporaneamente all'addestramento tecnico professionale e mediante un certo numero di sedute individuali durante gli ultimi anni del *training*, dopo che l'allievo ha iniziato la sua pratica professionale sotto supervisione.

La formazione personale non coincide quindi necessariamente con una vera e propria psicoterapia (che può essere richiesta solo in caso di evidenti problematiche che potrebbero interferire con l'attività professionale) ed è finalizzata essenzialmente a un approfondimento della conoscenza di sé, delle proprie modalità di funzionamento cognitivo, emotivo e affettivo, che permetta al futuro psicoterapeuta – nell'interazione con i suoi pazienti – un riconoscimento dalla propria soggettività e quindi una maggiore capacità di distanziarsene per calarsi provvisoriamente in quella dell'altro. Contemporaneamente, questa esperienza può rappresentare per l'allievo anche l'occasione di: vivere un'esperienza di affidamento all'interno di un *setting*, assimilabile a quello psicoterapeutico, che faciliti la capacità di gestire il processo di affidamento con i suoi futuri pazienti; sperimentare direttamente quali possano essere i vissuti personali connessi con l'assunzione del ruolo di paziente; effettuare un apprendimento ausiliario – mediante l'osservazione di un modello – delle possibili modalità di porsi nella relazione terapeutica. **I.c.**

vedi: SUPERVISIONE

FORMULAZIONE DEL CASO

(CASE FORMULATION)

vedi: CASO CLINICO

FOTOGRAFIE, ANALISI DELLE

(PHOTOGRAPHS,
ANALYSIS OF)

Materiale fotografico (mimica facciale, postura) è stato spesso utilizzato nella ricerca per il riconoscimento degli stati emozionali [Ekman, 1992]. Un

uso analogo può essere fatto nella clinica [Borgo, 1999] per favorire l'identificazione delle emozioni proprie e altrui. Inoltre, nella ricostruzione della storia evolutiva, il materiale documentario (diario, lettere, foto) dei vari periodi può aiutare a fornire una visione meno condizionata dalla prospettiva attuale nonché dare informazioni su fasi non coperte dal ricordo. Il primo periodo di vita lascia usualmente ricordi scarsi e frammentari, per lo più basati su racconti esterni, successivi agli eventi. Le fotografie, e soprattutto gli album, restituiscono immagini dell'epoca in sequenza più o meno ravvicinata, fornendo informazioni su numerosi aspetti della persona e del nucleo familiare. La composizione e l'estensione della famiglia, nonché la coesione e i rapporti emozionali tra i suoi membri sono spesso identificabili. Somiglianze espressive possono indicare stati emotivi simili o addirittura in rapporto tra loro (per es., coppie madre-figlia o padre-figlio con caratteristiche mimiche e posturali somiglianti) e pertanto suggerire ipotesi sulle dinamiche cognitive.

La maggiore o minore quantità di foto, spesso, è indice di attenzione alla persona o al contrario di un periodo difficile (la famiglia ha ben altro da fare che fotografare!), specie se successivamente compaiono con regolarità istantanee che ritraggono una mimica improntata al disagio o alla sofferenza (talora anche rabbia o tristezza).

Le foto, inoltre, aiutano il ricordo: talora la persona vedendo le immagini di una vecchia casa ricorda spontaneamente degli episodi legati a essa.

Vi è, infine, un aspetto relazionale: condividendo le immagini della famiglia, si crea un effetto di familiarità, è come se il terapeuta venisse a far parte idealmente di essa, con tutti i vantaggi e gli svantaggi che da tale posizione possono derivare. **s.b.**

vedi: EMOZIONE, STORIA EVOLUTIVA, VALUTAZIONE

FRAMMENTALISMO ACCUMULATIVO

(ACCUMULATIVE
FRAGMENTALISM)

vedi: TEORIA DEI COSTRUTTI PERSONALI

FREQUENZA DELLE SEDUTE

(FREQUENCY OF SESSIONS)

vedi: TEMPO