

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia
Cognitivo-comportamentale
ed Intervento Psicosociale

Relazione terapeutica: funzioni e disfunzioni

L. Sibilìa

Centro per la Ricerca in Psicoterapia - Roma

La prospettiva CC nella alleanza P-T

- ✦ Concetti base e definizioni.
- ✦ Comportamenti di ruolo (previsti),
 - sistemi interpersonali (attivabili),
 - schemi cognitivi (attivabili)
- ✦ L'interazione terapeutica.
- ✦ I ruoli del terapeuta e del paziente.

Concetti base: comunicazione/interazione/relazione

- ✦ Comunicazione:
condivisione collaborativa di informazione
 - Messaggi
 - di contenuto
 - di relazione (definizione della relazione)
 - Conferme e disconferme
- ✦ Interazione: i messaggi hanno effetti pragmatici
- ✦ Relazione: insieme di interazioni

Comportamento e relazione sociale

La Relazione sociale

(da: Wikipedia "Social relation" modif.)

	Movimento osservabile	Significato (scopo)	Rivolto agli altri	Implica risposta	Sequenza di scambi	Sequenza regolata da norme	Insieme di interazioni sociali
Comportamento	SI						
Azione	SI	SI					
Comportamento sociale	SI	SI	SI				
Contatto sociale	SI	SI	SI	SI			
Interazione sociale	SI	SI	SI	SI	SI		
Interazione regolata	SI	SI	SI	SI	SI	SI	
Relazione sociale	SI	SI	SI	SI	SI	SI/NO	SI

Relazione terapeutica: definizioni

- ✦ La Relazione Terapeutica come l'insieme delle interazioni interpersonali che si verificano tra paziente e terapeuta, nel corso e nel contesto del trattamento.
- ✦ Le Interazioni come sequenze ripetute di messaggi dotati di scopo comunicativo.
- ✦ Le Abilità comunicative come comportamenti che favoriscono una RT positiva.

La relazione terapeutica

- ✦ Definizione
- ✦ La relazione terapeutica nelle psicoterapie
- ✦ La relazione P-T nella prospettiva CC
- ✦ Un modello CC della relazione P-T
- ✦ Il ruolo della relazione R.T. nella terapia CC autogestita
- ✦ Disfunzioni della relazione terapeutica

Funzioni della relazione terapeutica

In ogni forma di psicoterapia la RT ha
importanza fondamentale:

- ✦ nell'ipnosi
- ✦ nel trattamento psicoanalitico
- ✦ nella terapia centrata sul cliente
- ✦ nella terapia relazionale
- ✦ nell'analisi transazionale

La R.T. nell'ipnosi

Il "rapport":
condizione comunicativa in cui il p. ha
un'attenzione polarizzata sul t. e ne
esegue suggerimenti e direttive

La R.T. nel trattamento psicoanalitico

Il "transfert"

e "l'analisi del transfert":

per S. Freud, è la replica con l'analista dei pregressi atteggiamenti del p. con i suoi genitori.

Sarebbe condizione essenziale per il successo dell'analisi (mai dimostrato)

La R.T. nella terapia centrata sul cliente (C. Rogers)

- ✦ Empatia
- ✦ Calore umano
- ✦ Accettazione incondizionata

La R.T. nella terapia sistemico-relazionale

- ✦ Non si può non comunicare
- ✦ Significato semantico e pragmatico
- ✦ Aspetto di contenuto e di relazione
- ✦ Definizione della relazione:
 - Confermata (comunicazione concordante)
 - Squalificata (comunicazione discordante)
- ✦ Complementarietà / simmetria / *escalation*

La R.T. nell'analisi transazionale (E. Berne)

Le tre P:

- ✦ Protezione
- ✦ Potere
- ✦ Permesso

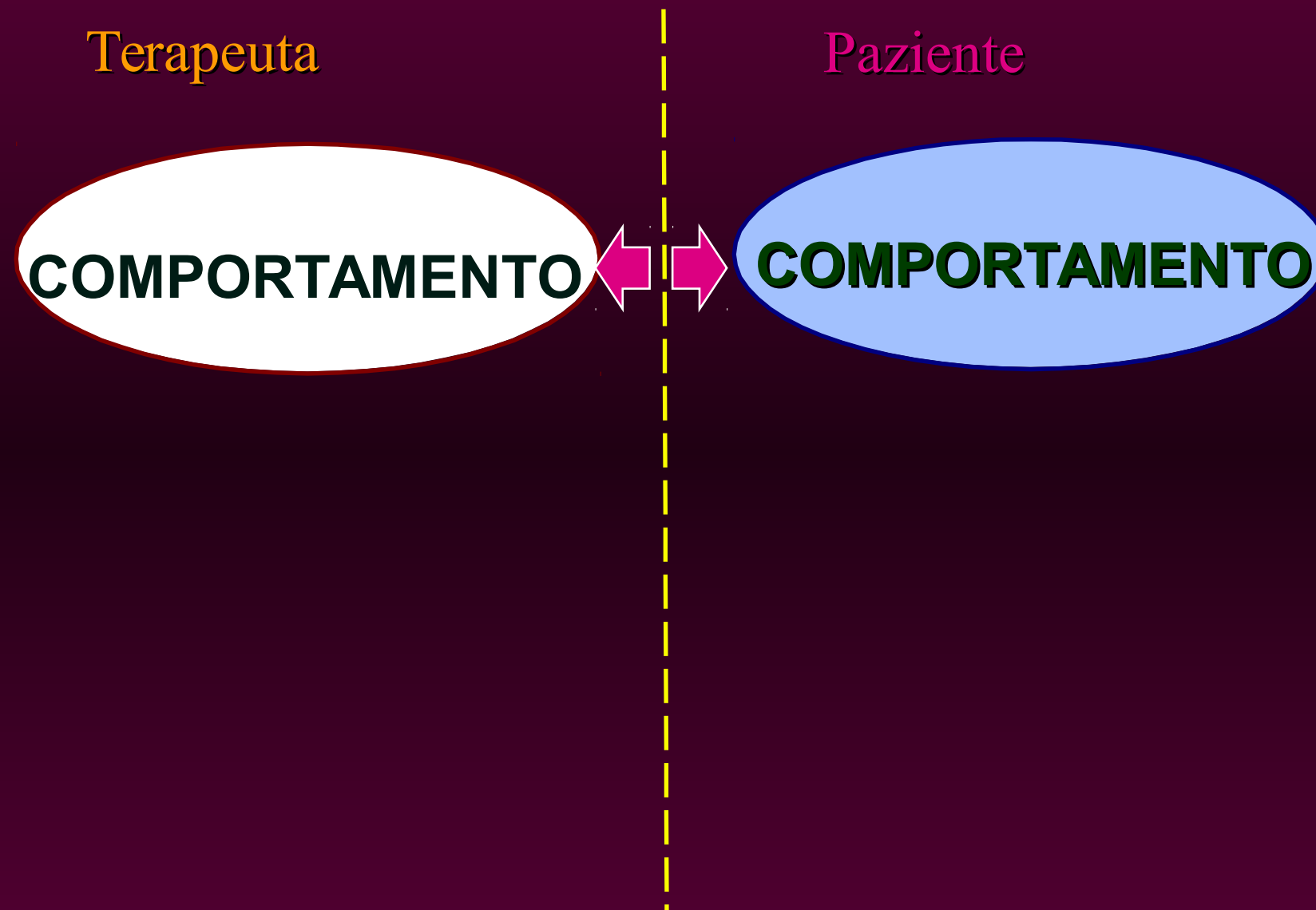
Il modello bowlbiano

- ✦ Il terapeuta deve consentire al paziente una base sicura in cui esplorare liberamente i suoi problemi e comportamenti.
- ✦ Il paziente attua schemi di relazione col terapeuta che replicano i suoi schemi di attaccamento con le figure primarie.
- ✦ Il processo terapeutico deve consentire al paziente di divenire consapevole di ciò.

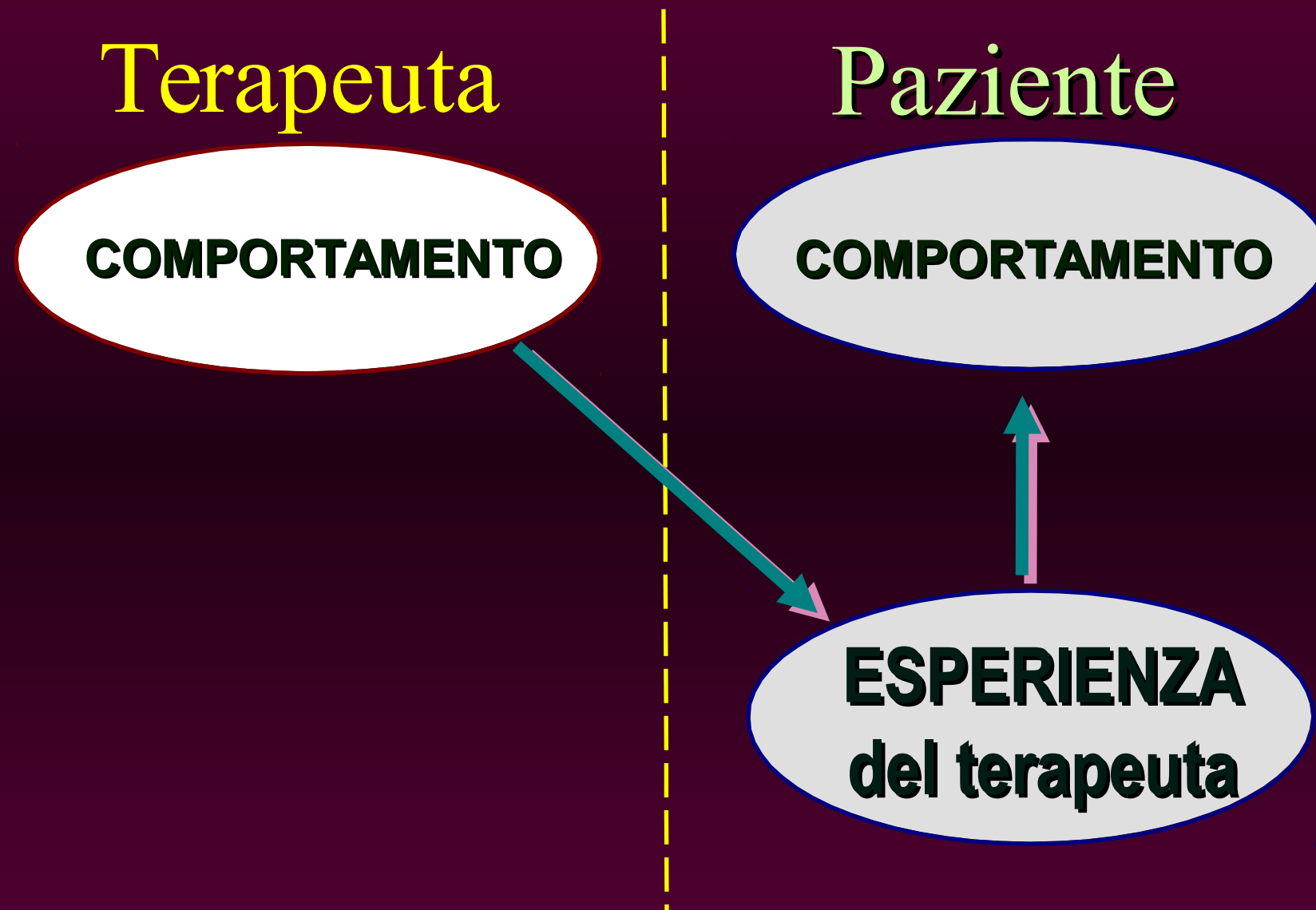
La prospettiva CC nella relazione P-T

- ◆ Il modello fenomenologico
- ◆ L'interazione terapeutica
- ◆ Il ruolo della relazione
- ◆ I comportamenti di ruolo
- ◆ Il modello a 3 funzioni

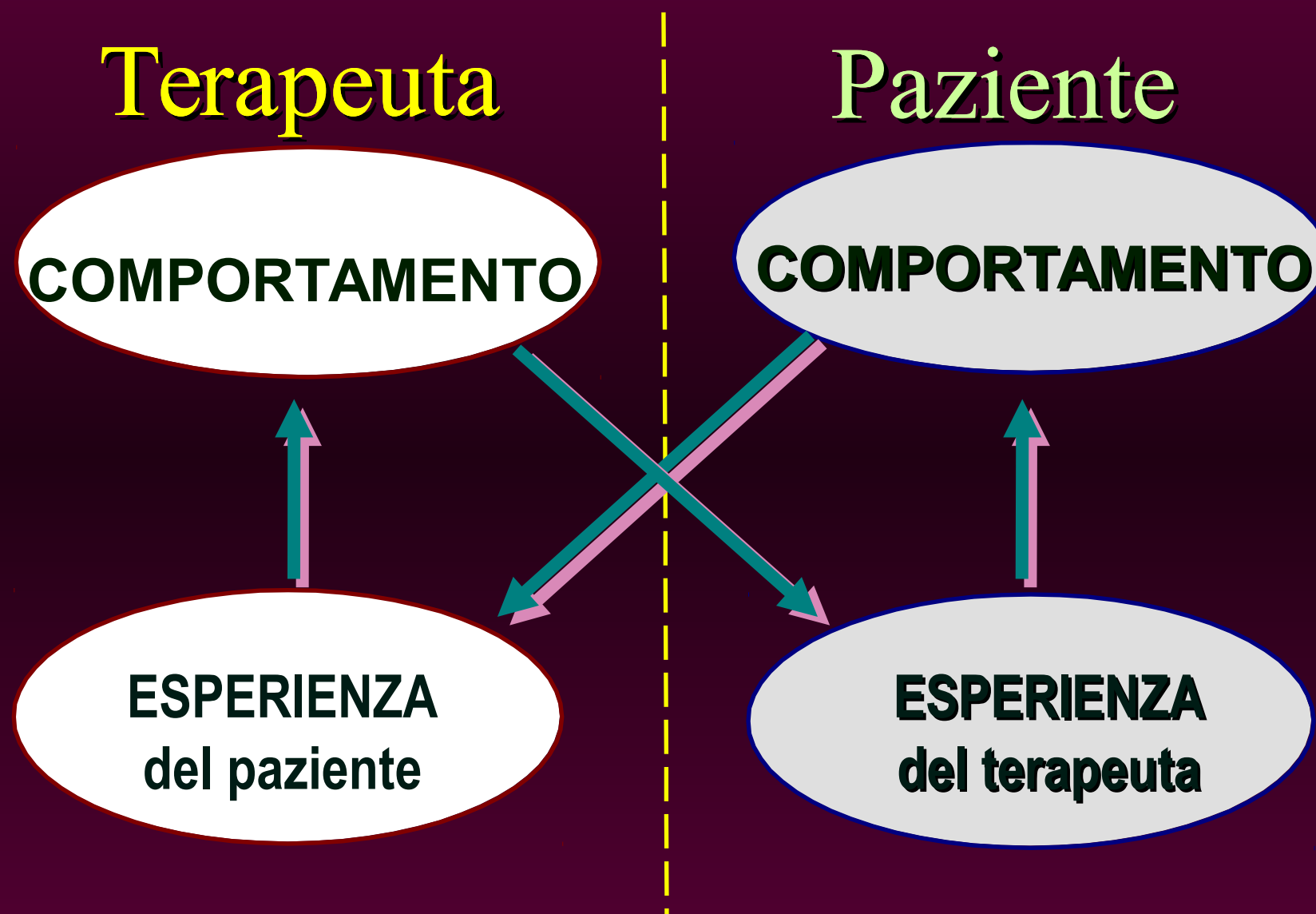
L'interazione terapeutica: un modello comportamentale



L'interazione terapeutica: un modello fenomenologico...

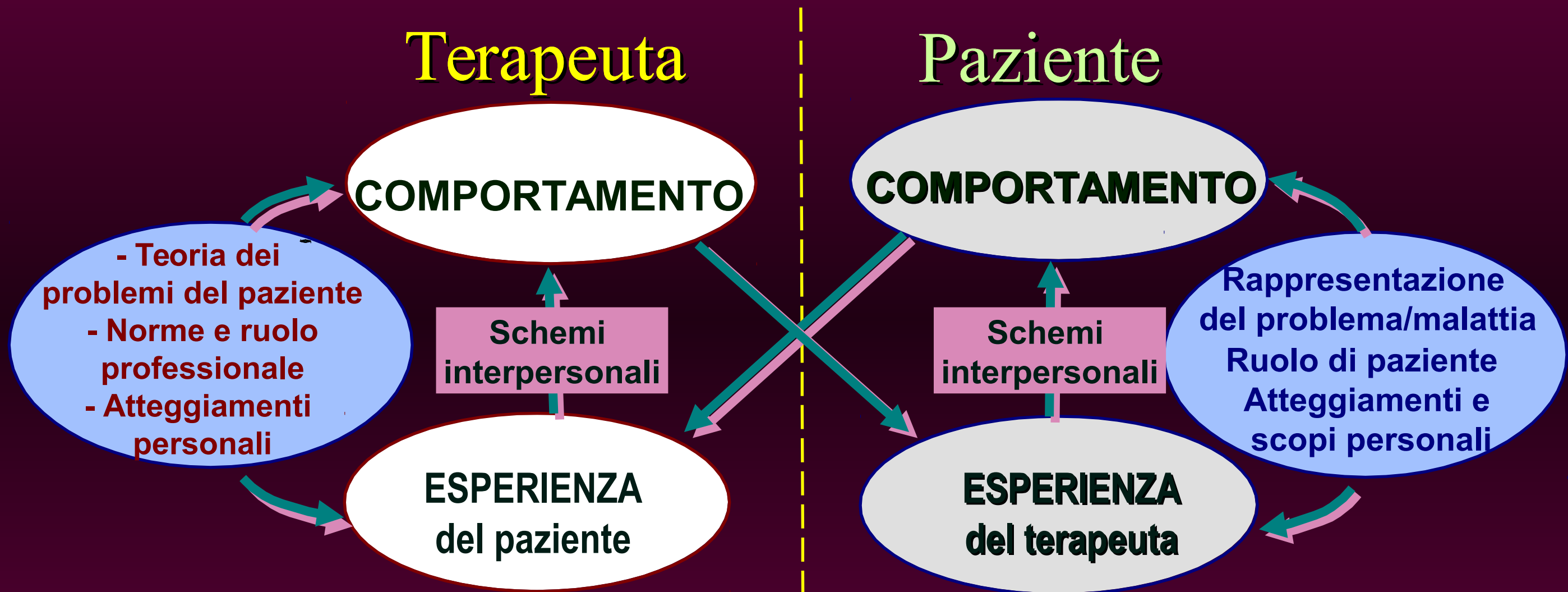


L'interazione terapeutica: un modello fenomenologico (ricorsivo)...



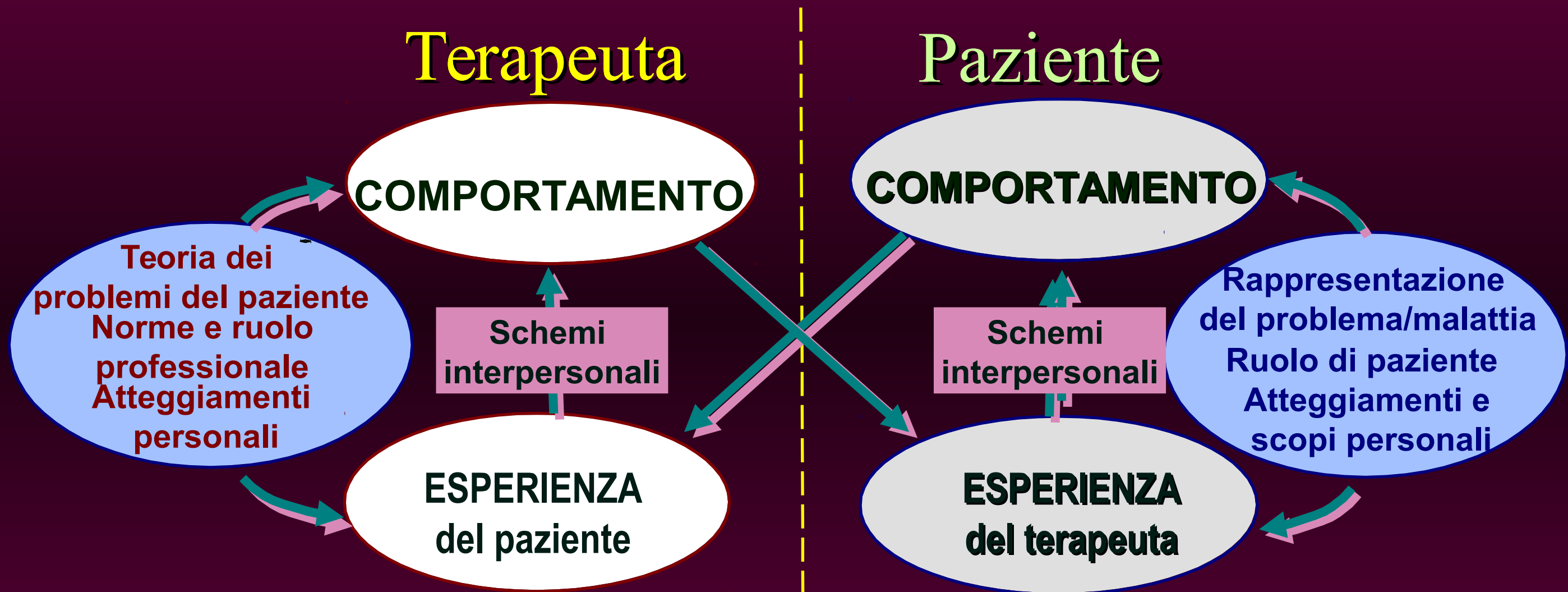
Sequenze: C(t) > E (p) > C (p) > E (t) > C(t) ...

L'interazione terapeutica: un modello fenomenologico (ricorsivo)...



Sequenze: C(t) > E (p) > C (p) > E (t) > C(t) ...

L'interazione terapeutica: un modello fenomenologico (ricorsivo)...




Sequenze: C(t) > E (p) > C (p) > E (t) > C(t) ...

Sistemi interpersonali nella RT

- ✦ Attivazione del sistema collaborativo
- ✦ Attivazione del sistema dell'accudimento
- ✦ Attivazione del sistema dell'attaccamento
- ✦ Attivazione del sistema agonistico

Sequenza delle fasi (scopi) della R.T. nella TCC autogestita (sec. F. Kanfer)

1. Strutturare l'alleanza terapeutica
 2. Esplicitare scopi e motivazioni del pz.
 3. Formulare e concordare il contratto terapeutico
 4. Eseguire l'Analisi cognitivo-comportamentale
 5. Elaborare il programma terapeutico
 6. Condividere e attuare il programma
 7. Concludere la terapia
- 

Ruolo sociale

- ◆ È l'unità elementare di un sistema sociale.
- ◆ Insieme strutturato di aspettative e comportamenti attesi,
- ◆ riguardanti un individuo che occupa una determinata posizione sociale,
- ◆ o si trova in circostanze socialmente definite.

Comportamenti di ruolo

Il terapeuta:

- ✦ ascolta
- ✦ aiuta / fornisce appoggio / comprensione
- ✦ guida / consiglia / istruisce
- ✦ propone e chiede il rispetto di regole
- ✦ chiede informazioni su argomenti anche intimi, ma
- ✦ non cerca una relazione intima col paziente (non fa confidenze intime, etc.)

Comportamenti di ruolo

Il paziente:

- ✦ Ascolta / esprime preferenze / prende iniziative
- ✦ si fa aiutare / guidare / consigliare
- ✦ segue direttive, indicazioni, regole fornite
- ✦ Risponde, anche a domande su argomenti intimi
- ✦ non cerca una relazione intima col terapeuta
- ✦ si rende autonomo dal terapeuta, ma...
- ✦ non esce dalla terapia senza il suo consenso

Il modello CC a tre funzioni della relazione P-T

- ✦ Competenze generali.
Valide per la gestione della sessione in qualunque fase della terapia e qualunque sia la funzione specifica perseguita.
- ✦ Competenze specifiche:
 - ✦ F1 - funzione "anamnestica"
 - ✦ F2 - funzione "pragmatica"
 - ✦ F3 - funzione "emotiva"

Le 5 competenze generali

- ✦ Pianificare la sessione.
- ✦ Orientare la sessione.
- ✦ Guidare la sessione.
- ✦ Chiudere la sessione.
- ✦ Ricapitolare la sessione.

Le tre funzioni specifiche della relazione P-T

- ✦ Funzione anamnesticca:
facilitare l'esposizione di ricordi pertinenti, precisi, esaurienti
- ✦ Funzione pragmaticca:
facilitare l'aderenza del paziente a prescrizioni, indicazioni o direttive
- ✦ Funzione emotiva:
ottenere il massimo di sollievo emozionale per il paziente

F1 - abilità finalizzate ad ottenere attendibilità, chiarezza, rilevanza dei dati soggettivi forniti

- ✦ Adottare un a C.N.V. appropriata (attenzione non intrusiva, continua, silenziosa)
- ✦ Strutturare le domande (uso di domande prima aperte poi chiuse)
- ✦ Facilitare l'esposizione.
- ✦ Dirigere l'attenzione.
- ✦ Verificare le informazioni ricevute.
- ✦ Riassumere le informazioni ricevute.

F2- abilità finalizzate ad ottenere aderenza a prescrizioni, indicazioni o direttive

- ✦ Fornire spiegazioni semplici, comprensibili
- ✦ Fornire istruzioni semplici, dettagliate
- ✦ Utilizzare l' "autorità"
- ✦ Utilizzare i principi dell'apprendimento:
 - Rinforzo
 - Modeling
 - Prove (*reharsal*)

F2 - abilità finalizzate ad ottenere aderenza a prescrizioni, indicazioni o direttive

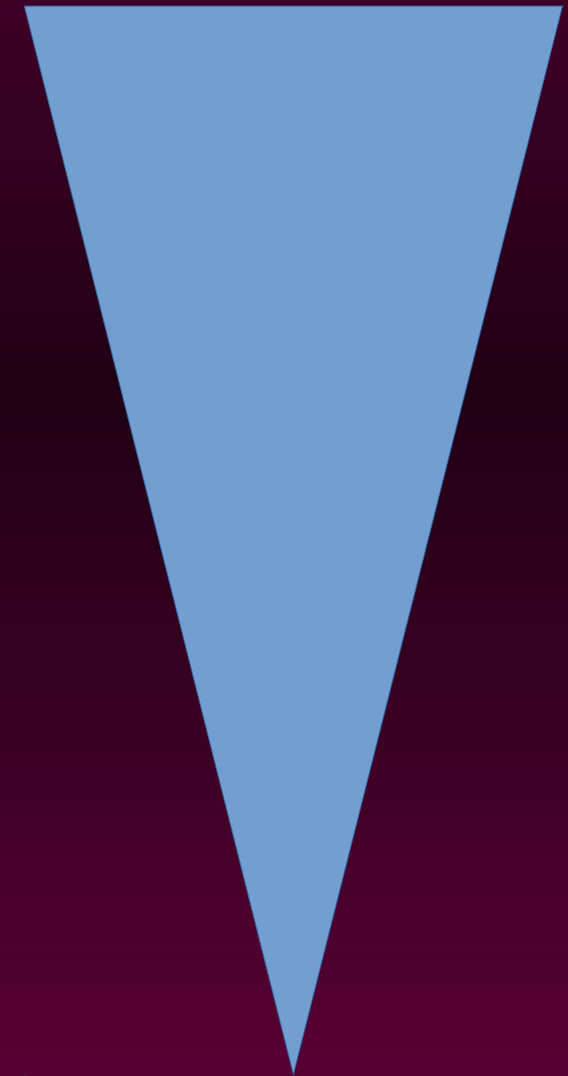
- ✦ Utilizzare le teorie socio-cognitive:
 - Aumentare l'auto-efficacia.
 - Favorire il controllo interno.
 - Favorire l'attribuzione interna.
- ✦ Controllare la comprensione delle direttive
- ✦ Sollecitare l'impegno:
 - Favorire l'esplicitazione di dubbi / barriere
 - Favorire l'esplicitazione di intenti

F3 - abilità finalizzate a fornire il massimo sollievo emozionale possibile

- ✦ C.N.V. appropriata (es. distanza ottimale: posture, intonazione, ecc.)
- ✦ Empatia (immedesimazione, accettazione):
 - es. mostrare disponibilità a mettersi nei panni del pz. e riconoscerne gli stati emozionali
- ✦ Rispetto: riconoscere gli sforzi del pz.
- ✦ Sostegno: comunicare al pz. disponibilità ad aiutarlo
- ✦ Interpretazioni: esplicitare atteggiamenti o sentimenti del pz. non evidenti

Le 7 direttive di base per una buona relazione terapeutica

- ✦ Rispetta il paziente!
- ✦ Ascolta il paziente!
- ✦ Osserva il paziente!
- ✦ Simpatizza con il paziente!
- ✦ Coinvolgi il paziente!
- ✦ Educa il paziente!
- ✦ Impegna il paziente!



La distanza comunicativa

- ✦ Distanza prossemica
- ✦ Contatto di sguardo
- ✦ Orientamento posturale
- ✦ Altezza della voce
- ✦ Latenza di risposta
- ✦ Espressione im/personale (emotiva/distaccata)
- ✦ Incorporazione dei messaggi dell'altro
- ✦ Tematica in/congruente

La distanza comunicativa

- ✦ Distanza più breve :
 - Coinvolgimento più facile
 - Esposizione facilitata (ma aumentano i rischi di evitamenti e reattanza!)
 - Contenimento più difficile
- ✦ Distanza più lunga :
 - Contenimento più facile
 - Coinvolgimento più difficile

Empatia

Disponibilità a individuare l'esperienza emozionale del pz. e a comunicargliela

Operazionalizzazione:

- ✦ Occasioni empatiche non/riconosciute
- ✦ Feedback a commenti empatici del p.
 - appropriato
 - non appropriato
- ✦ Commenti empatici in/congrui

Contenimento

- ✦ Capacità di gestire la sessione in modo funzionale (= verso scopi utili al trattamento)
- ✦ Capacità di orientare l'attenzione del p.
 - Es.: interrompere le divagazioni
- ✦ Capacità di aiutare il p. a circoscrivere e focalizzare problemi
- ✦ Capacità di aiutare il p. a superare eventuali reazioni emozionali

Disfunzioni della relazione terapeutica


Esempi:

- ✦ Competizione
- ✦ Collusione
- ✦ Dipendenza
- ✦ Erotizzazione

Come si verificano le disfunzioni?

- ✦ Ipotesi di tipo comportamentale:
 - Rinforzo reciproco di comportamenti disfunzionali
 - *Escalation*

Come si verificano le disfunzioni?

- ✦ Ipotesi di tipo comportamentale:
 - Rinforzo reciproco di comportamenti disfunzionali
 - *Escalation*
- ✦ Ipotesi di tipo cognitivo:
 - Attivazione di schemi interpersonali disfunzionali (Se...  Allora...)

Esercizi

- ✦ Sviluppare una scheda di rilevamento dati per la valutazione della interazione P-T osservata nel primo colloquio.
(lavoro a piccoli gruppi)
- ✦ Simulazione di un primo colloquio (plenaria).
- ✦ Uso della scheda per la valutazione di simulazioni di un primo colloquio.
- ✦ Confronto e discussione dei dati ottenuti.

Il colloquio

- ✦ I colloquio. Uomo, di mezza età.
- ✦ I contatto per telefono
- ✦ 1/2 ora di tempo. Contesto pubblico.
- ✦ Invio: un collega
- ✦ Obiettivi del colloquio:
 - definire il problema del p.
 - fissare l'appuntamento successivo

Bibliografia

- ✦ Borgo S. & Sibilìa L. (2001) Relazione terapeutica, Stile terapeutico, Abilità sociali, Variabile terapeuta, Psicoterapia, Sostegno sociale, in: *Dizionario di Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale*, (op. cit.).