

Psicoterapia Ipnotica e disturbi di personalità

Alessandro Calzeroni

Scuola di Psicoterapia Breve Integrata, Milano

Scuola Europea di Psicoterapia Ipnotica, Milano

Per contatto o corrispondenza: acalzeroni@gmail.com

Modello neodissociativo

La coscienza è un continuum di stati modificati della percezione, delle sensazioni, dei pensieri e dei comportamenti accompagnati da differenti livelli di consapevolezza e di memorizzazione.

Dissociazione virtuosa

- La transizione da uno stato del Sé a un altro può essere accompagnata da una temporanea disorganizzazione e discontinuità nelle attività del cervello (dissociazione degli stati di coscienza della mente), ma la coesione è ristabilita con l'emergere di un nuovo stato della mente stabile e adattivo (associazione degli stati di coscienza della mente). Effetto LEGO

NORMALITA' E CAMBIAMENTO

- La misura della salute è la flessibilità, la libertà di apprendere dall'esperienza, la libertà di cambiare in accordo con il cambiamento di circostanze interne ed esterne ... La flessibilità, in tutte queste modalità vitali, è l'essenza della normalità.
- L'essenza della malattia è il congelamento del comportamento all'interno di modelli imm modificabili e insaziabili (L. Kubie)

stimoli



filtro cognitivo (strutture **corticali**)



filtro emozionale (strutture **limbiche**)



Adattamento virtuoso (**RESILIENZA**)

Adattamento vizioso (**RESISTENZA**)

Continuum di stati di coscienza: coscienza cognitiva

- processo sequenziale in cui l'informazione è elaborata in serie dalle diverse strutture ordinate
- Processo lento e digitale che permette il vaglio, la riflessione, la scelta delle informazioni
- Processi accessibili alla consapevolezza immediatamente o con focalizzazione della vigilanza
- Processi rievocabili (memoria esplicita episodica e semantica)

Continuum di stati di coscienza: coscienza dissociativa

- processo dissociato in cui l'informazione è elaborata in parallelo dalle diverse strutture ordinate
- Processo rapido e analogico
- Processi inconsci e non accessibili alla consapevolezza
- Processi non rievocabili (memoria implicita o procedurale comportamentale o emozionale, amnesia)

Accesso cognitivo consapevole

- Situazioni (stimolo)
- Pensieri automatici
- Distorsioni cognitive
- Emozioni
- Convinzioni di base
- Comportamento (risposta)

Accesso dissociativo inconsapevole

L'accesso dissociato inconsapevole è in grado di indurre momentanei e funzionali cambiamenti cognitivi, emotivi e somatici (Kirsch, 1994) muovendosi sui due continuum dimensionali, temporale e di coscienza (Kilsthrom, 1987), solo parzialmente percorribili dall'accesso cognitivo consapevole.

PERSONALITA'

- **TEMPERAMENTO**
- (REAZIONI AUTOMATICHE E INCONSAPEVOLI)
- SCHEMI PRECOGNITIVI O PROGRAMMI INNATI
- SI ESPRIME PER ASSOCIAZIONE SPONTANEA
- +
- **CARATTERE**
- (STRATEGIE DI CONOSCENZA CONSAPEVOLI O ELICITABILI ALLA COSCIENZA)
- SCHEMI COGNITIVI APPRESI
- SI ESPRIME PER ANALISI CONCETTUALE
- +
- **COERENZA**
- (STRATEGIE DI CONSAPEVOLEZZA DELLA CONOSCENZA)
- SCHEMI METACOGNITIVI AUTOSVILUPPATI
- SI ESPRIME PER STIMOLO O SPONTANEAMENTE

Personalità come storia

- L'importante non è l'avvenimento nel quale il soggetto è preso ma quello che egli ne fa ... (Charcot, Pinel)
- l'accadimento diventa 'evento' quando assume importanza sul piano dell'identità personale (Ballerini) ... in quel punto la situazione è la biografia giunta all'immobilità (von Baeyer, 1966)

Risposta di adattamento

- Reazione automatica su base innata (istintuale o emozionale), non legata all'esperienza, ma che risponde esclusivamente alla necessità di sopravvivenza (mantenimento energia vitale, difesa, riproduzione specie)
- Reazione acquisita per apprendimento (inconscio o condizionamento e conscio o cognitivo), legata all'esperienza e che risponde alla necessità di migliorare la sopravvivenza (qualità della vita)

Flessibilità cognitiva

- Come attore sei dentro l'immagine, senti la sensazione piacevole provata nel successo, lo senti nel corpo e nell'emozione che stai riprovando anche ora.
- Oppure, come spettatore, stai rigustandoti la scena come in un filmato 'il mio ultimo successo'. Puoi fare la stessa operazione con tutte le esperienze passate in cui hai ottenuto un risultato eccellente.

Flessibilità emozionale

- Per recuperare neutralità e tranquillità nella sicurezza interiore quando le emozioni ci invadono la coscienza: *la resilienza emotiva è la capacità di essere in contatto con l'eco delle emozioni sul corpo e sulla mente.*
- Per poter gustare pienamente il piacere e l'inebriante spinta vitale che solo una passione può darci: *l'obiettivo resiliente è liberare tutta la forza delle emozioni per sfruttarne la potenza*

Flessibilità relazionale

- *Più adeguato, coerente e flessibile è stato il modello del primo incontro, più visioni flessibili del Sè e dell'Altro avremo a disposizione nella vita per integrare in noi le nuove esperienze.*
- *simulazione incarnata: copia potenziale dell'azione ed espressione emotiva dell'altro come rappresentazione interna motoria e viscerale*
- Il rispecchiamento permette di comprendere e prevedere le conseguenze del nostro agire e di quello dell'altro

Rapport: ricalco e guida

- per capire l'altro è meglio incontrarlo sul suo terreno calibrando la sua comunicazione e rimodellando la nostra risposta
- Entrare ed uscire dalla posizione 'da osservatore' (in associazione col ricordo o lo stato elicitato) a quella 'da partecipante' (in posizione di dissociazione dal ricordo o stato elicitato)
- Elicitare e rinforzare le risorse sfruttando gli accessi cognitivi e dissociativi
- Non interpretazione ma attenzione al feedback: calibrare la reazione che suscita la comunicazione

Caratteristiche generali dei Disturbi della Personalità

Disadattamento durevole e pervasivo

Cronicità sintomatologica e range di disabilità

Resistenze alla terapia e al cambiamento

Ipersensibilità somatica e emotiva

Deficit di riflessività cognitiva e di autosservazione

Difficoltà di coesione nell'identità (stima, dissociabilità)

Difficoltà gestione locus of control (responsabilità)

Disfunzionalità interpersonali e dell'interazione sociale

Obiettivi generali della Psicoterapia nei Disturbi della Personalità

Rapport: ridurre le resistenze alla terapia e al cambiamento

Definire gli obiettivi da raggiungere

Considerare l'integrazione interprofessionale

Ridurre la ipersensibilità

Aumentare l'autostima

Migliorare la gestione dello stress

Migliorare la comunicazione interpersonale e l'interazione sociale

Ridefinire, ristrutturare o riabilitare?

Efficacia della Psicoterapia nei Disturbi di personalità

- Studi non controllati: approccio dinamico e interpersonale
- Studi controllati: approccio dinamico e interpersonale, comportamentale dialettica
- Disturbo evitante: cognitiva e social skills
- Long term farmacologici: non supporto
- Terapia breve o strategia (integrata con F e diverse PT) a lungo termine?

BIBLIOGRAFIA

Johnson SL *Strategie e strumenti di psicoterapia* McGraw-Hill, 1999

D'ambrosio V, Calzeroni A. , G C., Gislone C., Santollino D. *Manuale di auto aiuto. Obiettivo benessere*. Diaogos Edizioni, Bergamo, 2006

Salposky RM *Perché alle zebre non viene l'ulcera?* Orme Editori, Milano, 2006

Laudadio A., Mazzocchetti L., Fiz Pérez FJ. *Valutare la resilienza* Carocci editore, 2011

Alder H, Heather B. *PNL in 21 giorni*. Ed. Il Punto d' incontro, Vicenza, 2007