

Parte 3



Esercitazione

- Terapeuta, paziente e osservatore
- terapeuta e paziente interagiscono con dialogo clinico
- osservatore cerca di valutare le regole (pliance o tracking) e la coerenza che rinforzano

Nella Therapy Room

1. STEP

incoraggiare modi **più efficaci** di mettere in relazione le esperienze psicologiche

2. STEP

portare l'attenzione del paziente sull'**esperienza diretta**

3. STEP

promuovere **fonti durature di rinforzatori**:

- ➔ spostare il paziente dal **breve - termine** (dove spesso si annidano i rinforzatori al negativo e dunque l'evitamento) al **lungo - termine** laddove sono rintracciabili potenti rinforzatori al positivo

“Tutto ciò che possiamo fare è ...
ALTERARE IL CONTESTO”

- Un comp

dalla sua

dalla sto

dalle cir

- Il terapeu
comporta

- Il nostro l
pensano,

Come facciamo tutto ciò?
Attraverso il linguaggio

oa un

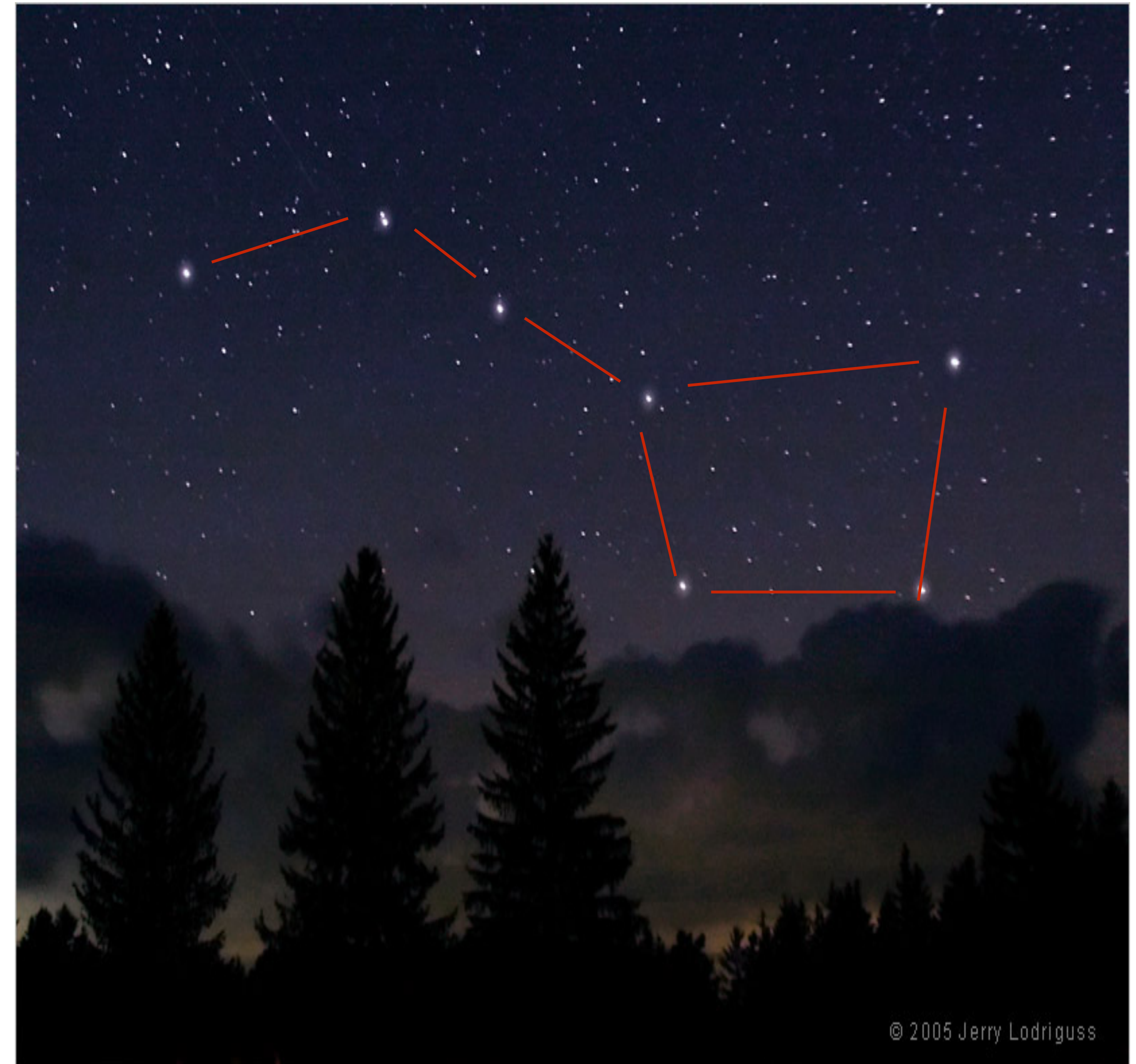
e



Quando i giapponesi riparano un oggetto rotto, valorizzano la crepa riempiendo la spaccatura con dell'oro. Essi credono che quando qualcosa ha subito una ferita ed ha una storia, diventa più bello.

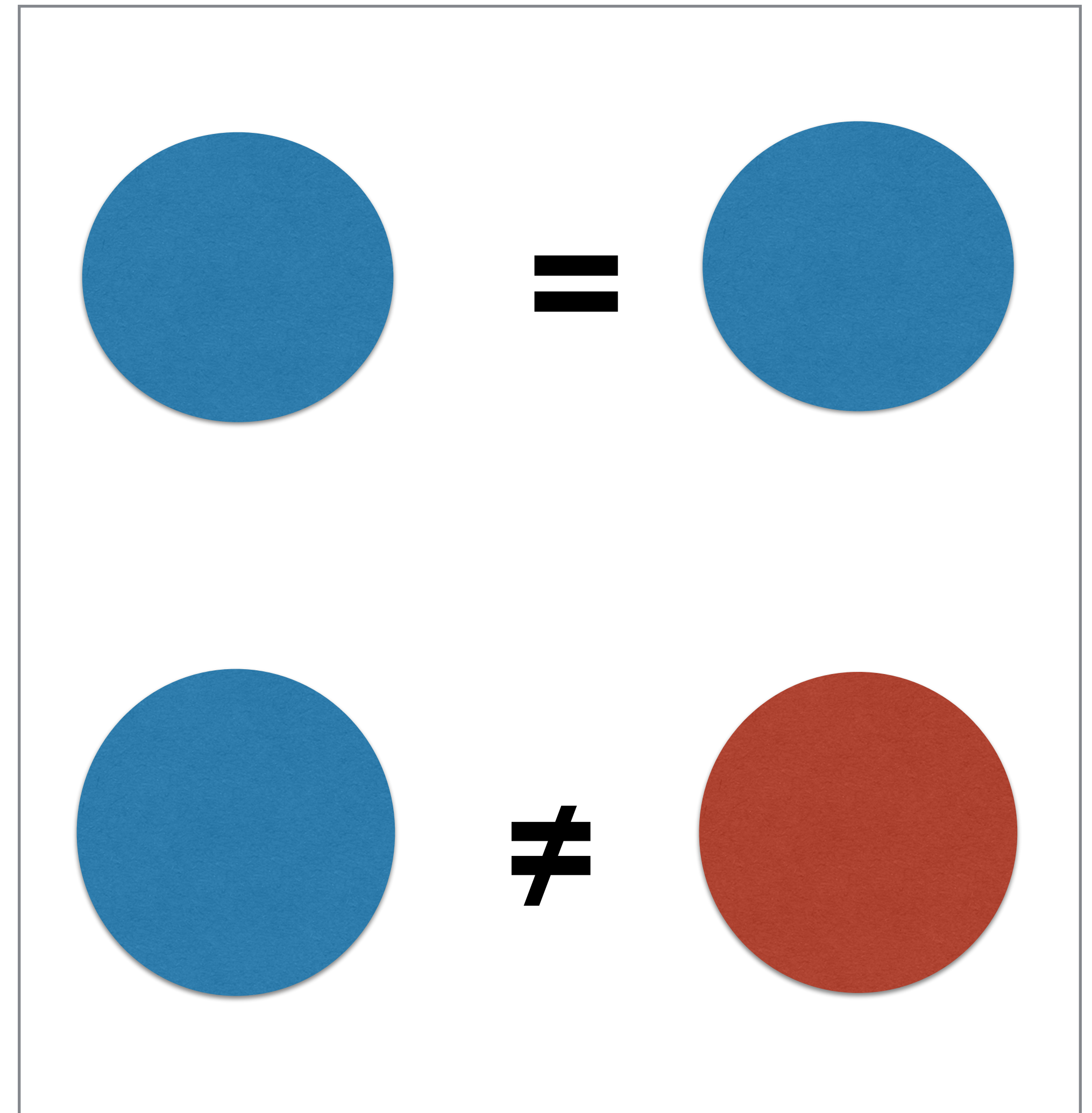
Frame Vs Framing

- I frames sono le più piccole unità del processo linguistico che ci consentono praticamente di mettere in relazione due o più oggetti, eventi, stimoli o persone in modo simbolico e arbitrario.
- I frames non sono cose che abbiamo o possediamo, ma sono cose che facciamo. Si parla di **Fram-ing** riferendosi a quel comportamento che ha la funzione di mettere in relazione due cose, stimoli, eventi in modo arbitrario e simbolico
- In quanto comportamento il *framing* è influenzato sia da stimoli presenti nel contesto nel qui e ora, sia dalla storia psicologica e biologica dell'individuo che conferisce agli stessi stimoli una funzione simbolica



Framing di coordinamento/distinzione

- Stabilisce una **relazione di equivalenza, similitudine o di differenza** tra le esperienze psicologiche
- *In terapia sono molto utili per:*
 - ☑ *dare un nome alle esperienze*
 - ☑ *discriminare le esperienze*
 - ☑ *attenzione sulle contingenze contestuali*



Framing di opposizione

Stabilisce **una relazione di opposizione** tra esperienze psicologiche. **E' diverso dal frame di distinzione perché è più specifico.**

- *In terapia sono molto utili per:*
 - ❑ *per avere informazioni sul problema attraverso ciò che non è un problema.*
 - ❑ *E' un frame indiretto*
 - ❑ *aiuta molto il paziente ad entrare in contatto con la propria esperienza e a ridurre l'evitamento esperienziale*
 - ❑ *Sposta l'attenzione del paziente dal problema ad alternative significative e proposte efficaci.*



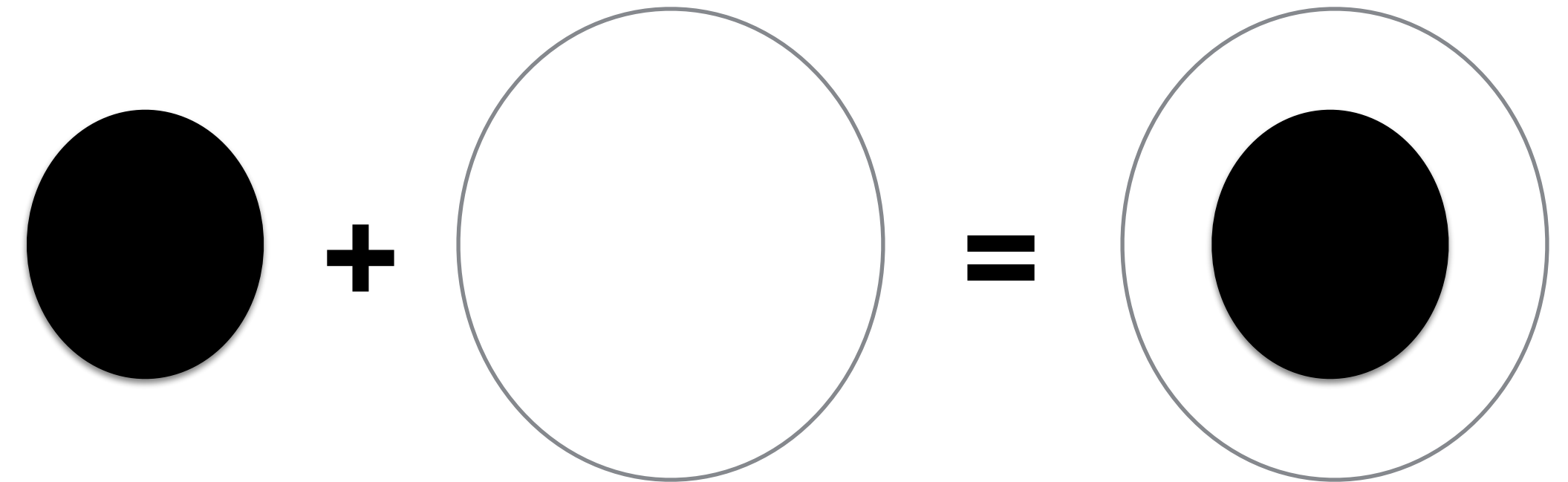


- Cosa faresti se questo non fosse un problema ma un'opportunità?
- Se tu fossi per un attimo invisibile, cosa faresti o diresti in quella situazione?
- Se il dolore che ti provoca tutta questa storia, fosse un segnale che stai cercando qualcosa di specifico in questo momento della tua vita?
- Cosa avresti fatto per non stare male ulteriormente se fossi stato invisibile?

Framing condizionale

Aiuta il paziente a valutare l'efficacia di un comportamento, a tracciarne l'impatto o ad identificare quale specifico comportamento potrebbe aiutarlo a raggiungere un dato obiettivo.

- *In terapia sono molto utili per:*
 - ☑ *per normalizzare e validare l'esperienza*
 - ☑ *per individuare eventuali rinforzatori*
 - ☑ *renderli disponibili*
 - ☑ *individuare evitamenti*
 - ☑ *e concettualizzazioni del sé*





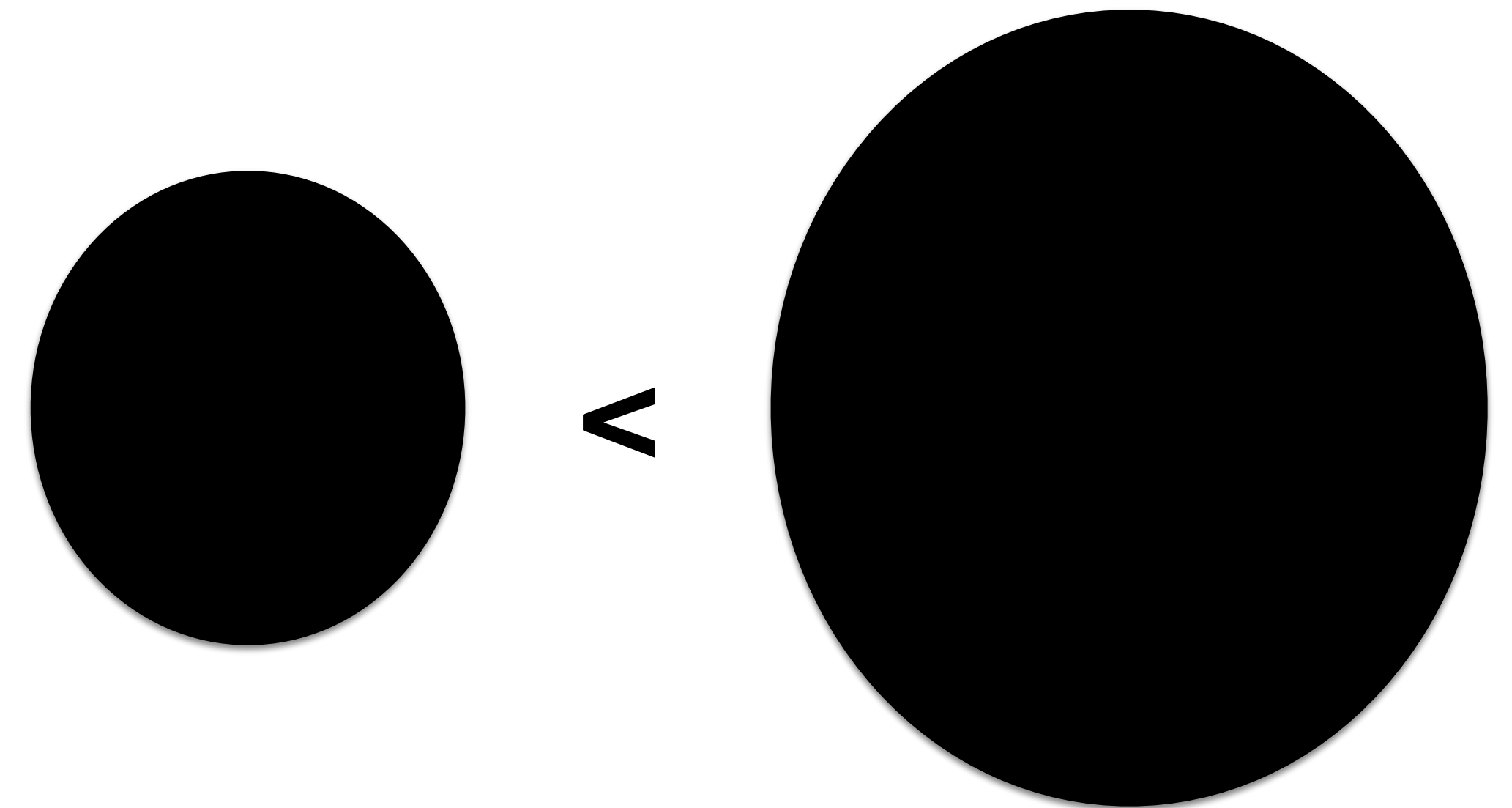
- Cosa pensi che succederebbe se tu passassi del tempo con tuo figlio?
- Quale può essere il prossimo passo che puoi fare per raggiungere il tuo obiettivo?
- Tutto ciò fa parte di quello che hai vissuto, è normale che tu abbia questi pensieri
- Se tu facessi in questo modo, cosa pensi che succederebbe?

Framing comparativo

Consiste nel comparare due alternative:

- 1. basata sull'evitamento,**
- 2. legata ai rinforzatori e ai valori**

- *In terapia sono molto utili per:*
 - ☑ *per tracciare rinforzatori*
 - ☑ *esporre gradualmente i clienti*
 - ☑ *Individuare gli evitamenti*
 - ☑ *aumentare la consapevolezza dei clienti*



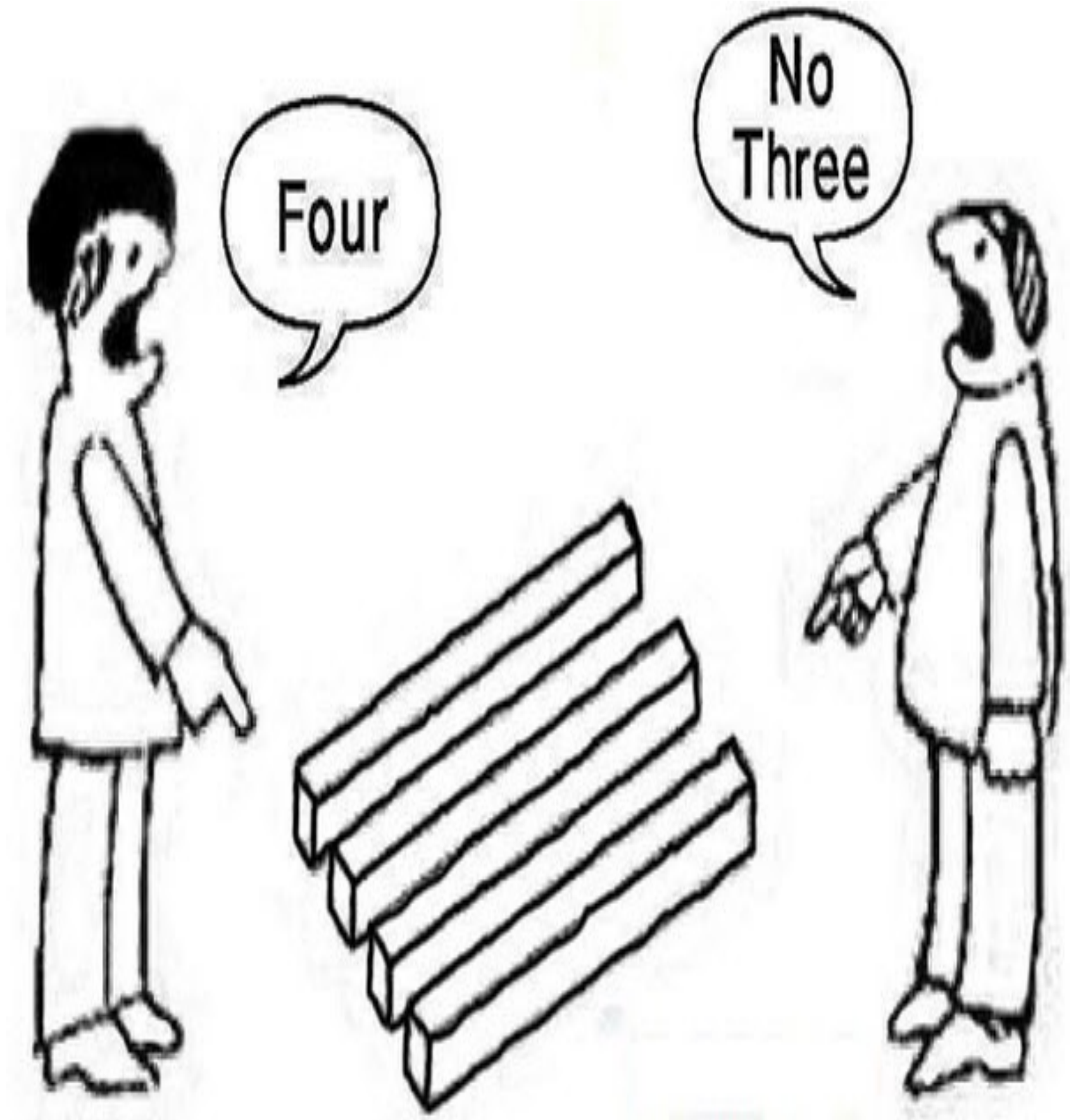


- Da una parte hai la possibilità di rimanere a letto tutto il giorno, dall'altra, per quanto possa essere difficile, hai la possibilità di alzarti e salutare i tuoi figli e tua moglie prima che escano per andare a lavoro o a scuola

Framing deittico

E' basato sulle relazioni simboliche che suggeriscono punti di vista diversi collegati a:

- **persone (IO/TU)**
- **tempo (ORA/ALLORA)**
- **luogo (QUI/LI')**
- **In terapia è molto utile per:**
 - ☑ *notare e descrivere la propria esperienza*
 - ☑ *prendere e spostare la propria prospettiva su eventi interni ed esterni*
 - ☑ *creare un senso di distanza tra sé e gli eventi*
 - ☑ *trasformare la funzione degli stimoli attraverso framing di coordinamento*





- Cosa pensi che possa sentire, ora mentre mi stai dicendo questo?
- Se tu fossi me cosa diresti a te stesso?
- Se tu potessi guardare te stesso da una prospettiva futura - se tu potessi immaginare te stesso fra 10 anni - cosa diresti al te attuale per aiutarlo a superare questo momento?
- Durante la meditazione guidata: “immagina di trovarti in un posto a te molto caro”; oppure “immagina di essere sulla riva di un fiume ...”



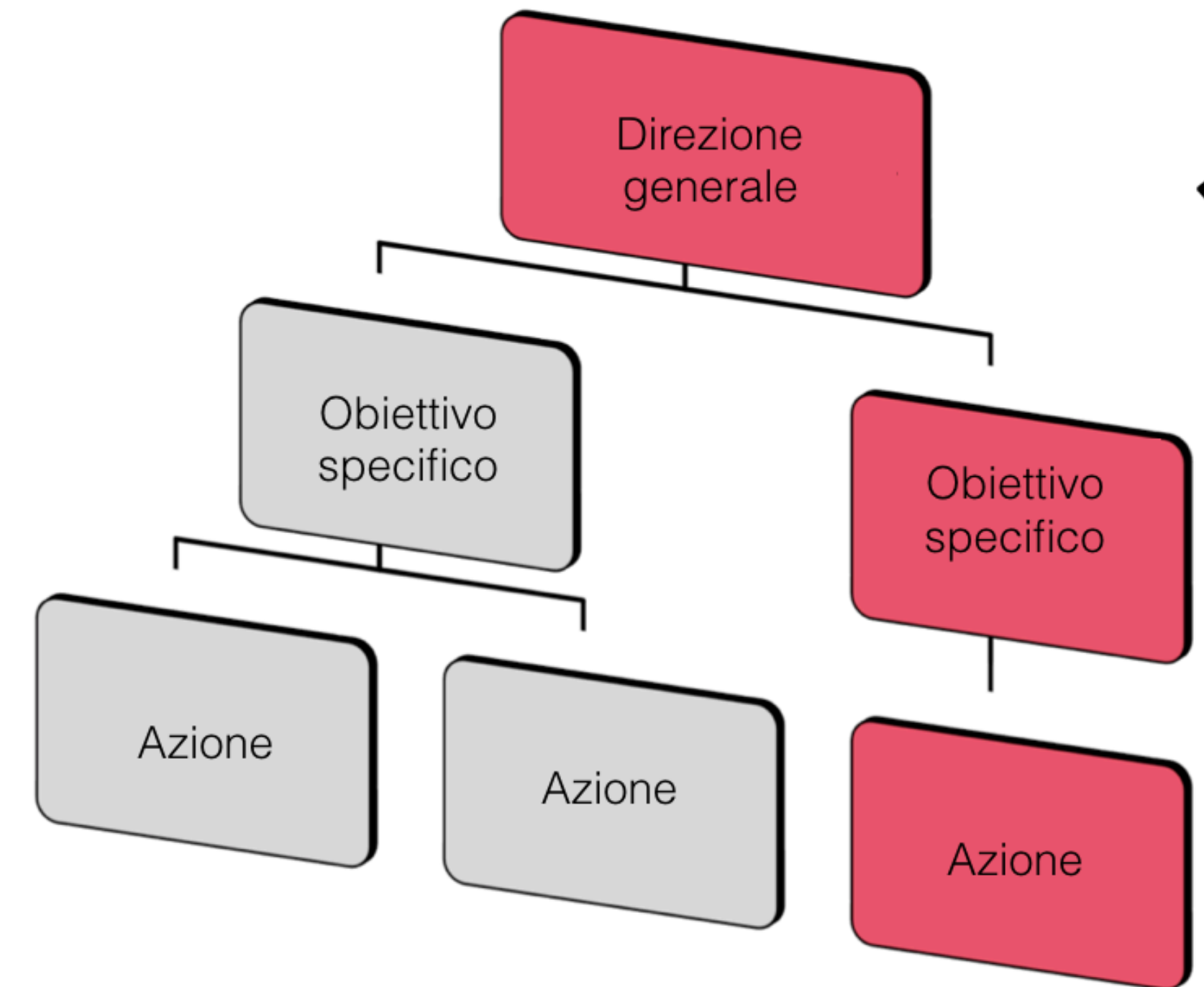
Framing gerarchico

Consiste nel creare relazioni di

- inclusione
- classificazione
- categorizzazione del sé e dell'esperienza.

Per gerarchia si intende anche:

- la costruzione/percezione di una serie di step che portano
 - ☑ al raggiungimento di un obiettivo più grande
 - ☑ all'espansione del repertorio comportamentale





- Ho il pensiero di ...
- In altri contesti, che tipo di persona sei? Puoi pensare ad un contesto in cui pensi di essere completamente a tuo agio?
- In che modo questa cosa potrebbe essere una cosa di valore per te?