



Centro  
Terapia  
Cognitiva

STPC  
Studio Torinese  
PSICOLOGIA  
COGNITIVA

CON IL PATROCINIO DI  
**SITCC**  
SOCIETÀ ITALIANA DI TERAPIA  
COMPORTAMENTALE E COGNITIVA  
SEZIONE LOMBARDA

9-10 GIUGNO  
13-14 OTTOBRE 2023

## *Il Piacere della Psicoterapia: costruzione e gestione della relazione terapeutica*

**DOCENTE: Bruno G. Bara**

**SEDE: Via Monti 25, Milano**

**POSTI LIMITATI**

**COSTO: €900 + IVA**

**ISCRIZIONI**

**€800 + IVA** per ex allievi CTC ed STPC

**€750 + IVA** per soci SITCC Lombardia  
in regola con la quota di iscrizione

✉ [info@centroterapiacognitiva.it](mailto:info@centroterapiacognitiva.it)

**INFO**

🌐 [www.centroterapiacognitiva.it/altri-corsi](http://www.centroterapiacognitiva.it/altri-corsi)

**RICHIESTI CREDITI ECM**



Il seminario si fonda su una serie di assunti teorici, che verranno spiegati concretamente nel corso degli incontri, ma che è utile riassumere qui. Possiamo definirli come lavorare in sincronico. Utilizzeremo tre dimensioni fondamentali, quella intersoggettiva, quella temporale e quella diagnostica. Queste tre dimensioni si intrecciano fra loro, qui vengono distinte e discusse separatamente per ragioni di chiarezza, nella prassi clinica si mescolano e si sorreggono l'una con l'altra.

- i. **Dimensione intersoggettiva** (versus dimensione intrasoggettiva). Il focus è su quel che succede fra il paziente e le altre figure della sua vita, non su quel che succede nella mente del paziente. L'unità di analisi (in accordo con l'approccio evolucionista che vede gli esseri umani come animali sociali) è lo schema delle relazioni interpersonali, privilegiato rispetto agli schemi cognitivi ed emotivi privati della persona. Questo comporta una attenzione particolare agli schemi ancestrali della persona, esperiti prima che linguaggio e memoria fossero disponibili: la modalità di attaccamento e accudimento e lo sviluppo della comunicazione sono temi fondamentali. Una seconda conseguenza dell'utilizzo dello schema intersoggettivo come unità di analisi è che quel che succede fra paziente e terapeuta assume una importanza assoluta, in quanto occasione di vivere insieme le principali dinamiche interpersonali del paziente.
- ii. **Dimensione temporale** (presente versus passato). Il focus è sul presente rispetto a quello tradizionale sul passato: l'atteggiamento proposto consiste nel considerare il paziente non come un prodotto del passato ma come un attore che agisce nel presente. Capire quale sia l'origine di un comportamento patologico è certamente utile, ma qui viene messo in secondo piano rispetto a capire il significato di quel comportamento nella vita attuale del paziente. Se c'è un incendio, mi interrogo su come si stia sviluppando (condizioni contingenti, trigger scatenante, rischi immediati) e solo successivamente su cosa lo abbia reso possibile (condizioni strutturali, chi e perché lo ha appiccato). La diade lavora nel presente, chiedendosi quale sia la ragione attuale di messa in atto di uno schema disfunzionale e cosa lo attivi nel paziente. Quale ne sia l'origine rimane interessante, ma inaccessibile all'esperienza diretta della diade: nel sincronico il paziente si manifesta nella propria dimensione corporea, emotiva e cognitiva, mentre nel diacronico il racconto rimane essenzialmente cognitivo.

**iii. Dimensione diagnostica** (pazienti psicotici e pazienti nevrotici; la dimensione intermedia dei disturbi di personalità). Per lavorare attraverso la relazione è indispensabile che il paziente possieda un livello minimo di capacità metacognitiva: solo nei casi in cui ci sia una mancanza assoluta (per esempio in uno schizofrenico in fase produttiva) diventa una modalità impossibile, altrimenti si tratta di applicare in modo diverso gli identici principi. Più facile a dirsi che a farsi.

Il seminario è strutturato in due weekend con venerdì e sabato di lavoro sui temi di seguito specificati. La prima sera (il venerdì) di ciascun weekend è previsto un aperitivo a partecipazione libera.

### **I giorno, venerdì 9 giugno 2023**

La manutenzione quotidiana della relazione rispetto al recupero dopo la rottura: allineamento e disallineamento continui versus crisi, rottura e ripristino dell'alleanza. L'enactment come occasione da ricercare invece che come emergenza allarmante. Lo stile di attaccamento (nel passato) non si cambia, però si possono aggiungere (nel presente) altri più funzionali schemi relazionali (utili per il futuro). Intenzione di felicità come consapevole atteggiamento mentale, non come occasionale stato d'animo.

Esempi basati su quel che sta succedendo in aula. Al tempo dell'aperitivo: condivisione leggera sul panorama relazionale attualmente in commercio.

### **III giorno, venerdì 13 ottobre 2023**

Il corpo malato: trattamento psicologico del paziente con patologia fisica che diventa sofferenza mentale. Capacità di sopportazione come atteggiamento diverso dalla consapevolezza. La consapevolezza del dolore non serve a farlo andare via, ma a non permettergli di dominare la vita.

Gli schemi relazionali impegnativi: seduzione e agonismo. L'erotizzazione della seduta: timori e tentazioni del terapeuta.

Gli schemi relazionali faticosi: noia e incertezza. La sensazione di essere inefficace e il timore di essere inadeguato. L'ansia di non sapere cosa fare, minuto dopo minuto, seduta dopo seduta.

Esempi basati sulle esperienze dei partecipanti, con particolare attenzione a quelle disastrose.

Al tempo dell'aperitivo: Defaillances e avventure.

### **Conclusione**

Qual è il tempo più importante, qual è la persona più importante, qual è la cosa più importante da fare?

### **II giorno, sabato 10 giugno 2023**

Fiducia brillante vs fiducia progressiva. La fiducia reciproca basata su test continui come elemento chiave del miglioramento.

Il fascino suggestivo di un terapeuta immediatamente magnifico versus l'esperienza di un terapeuta sempre un passo indietro. La consapevole rinuncia alla spettacolarità per ottenere efficacia. Scorcio pericoloso: accudimento e autosvelamenti.

La difficoltà a fidarsi, del paziente e del terapeuta.

Il prezzo da pagare per questo modo di lavorare.

Le ricompense che mi aspetto.

Esempi basati sui sogni fatti dai partecipanti la notte precedente.

### **IV giorno, sabato 14 ottobre 2023**

La condivisione di quel che è accaduto come elemento fondamentale per stabilizzare il cambiamento.

Finalmente si spiega perché la metacognizione sia fondamentale: se il paziente non si accorge di essere cambiato (pur rimanendo se stesso) il cambiamento rimane aleatorio.

Didattica relazionale: come si declina la relazione quando il terapeuta deve non solo fare, ma anche spiegare quel che ha fatto.

Insegnare psicoterapia, quasi un passo obbligato nella crescita personale del terapeuta. Insegnamento come prescrizione o come descrizione.

Brividi da insegnamento: il permesso di essere bravi.

Supervisione sul terapeuta oppure sul caso?

Psicoterapia personale didattica: quando il paziente è un allievo.

Psicoterapia a colleghi: terapeuta vero e terapeuta modello.

Esempi basati sulle giornate passate insieme e sui sogni della notte precedente.