

PSICOTERAPIE

Come parla uno psicoterapeuta? Il libro intende rispondere a questa domanda. Si aprono così le porte della stanza in cui terapeuta e paziente si incontrano per raggiungere un obiettivo comune: sconfiggere il disturbo del paziente. Il lettore viene così accompagnato a osservare in che modo il linguaggio può essere modulato dal terapeuta per introdurre nella vita del paziente un cambiamento rapido. La tecnica analizzata è la ristrutturazione – modalità introdotta da Paul Watzlawick – che qui viene spiegata e approfondita a partire dal lavoro terapeutico di un suo allievo d'eccezione, Giorgio Nardone, delle cui terapie il lettore farà esperienza diretta leggendo numerosi estratti.

L'autore approfondisce passo dopo passo diverse forme di ristrutturazione strategica: alcune molto note (come il paradosso e le analogie), altre introdotte ex novo dall'autore (come il contrasto dei contrari e la ristrutturazione dei nessi causali).

Psicologi, medici, psicoterapeuti, operatori delle relazioni d'aiuto e chiunque operi nell'ambito della salute troverà preziosa la lettura di questo libro, che si propone come un manuale di retorica applicata al cambiamento, in cui fanno da protagonisti il linguaggio e l'arte della ristrutturazione che, prendendo a prestito le parole di un antico detto cinese, è l'arte di disegnare le nuvole perché ognuno possa vedervi il proprio drago.

Bernardo Paoli, allievo di Giorgio Nardone, lavora a Torino come psicologo-psicoterapeuta. È docente internazionale di Psicoterapia Breve Strategica e di Comunicazione e Problem Solving Strategico, e ricercatore presso il Centro di Terapia Strategica di Arezzo. È autore di *Comunicazione efficace tra medico e paziente* (Sekmet), co-autore di *Aiutare i genitori ad aiutare i figli* (Ponte alle Grazie; curato da G. Nardone), e autore e redattore del *"Dizionario internazionale di psicoterapia"* (Garzanti; a cura di G. Nardone e A. Salvini).



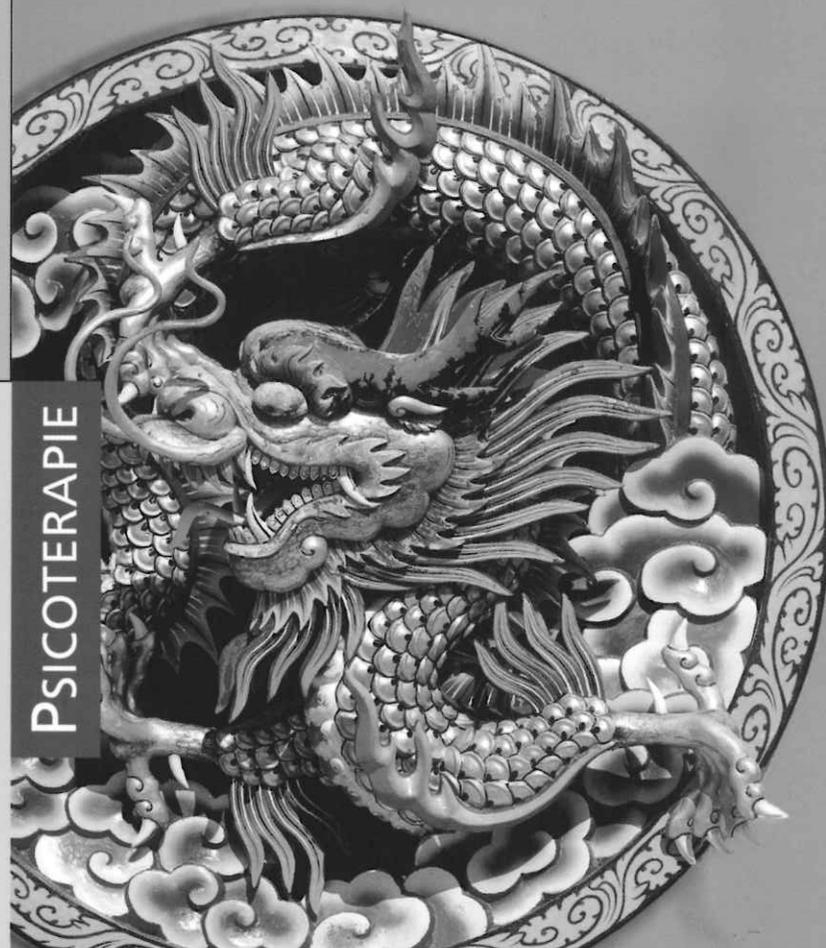
1250.239

B. PAOLI

COME PARLA UN TERAPEUTA

Bernardo Paoli Come parla un terapeuta La ristrutturazione strategica

Prefazione di Giorgio Nardone



PSICOTERAPIE

icoAngeli

Bernardo Paoli

Come parla un terapeuta

La ristrutturazione strategica

Prefazione di Giorgio Nardone

Per contattare l'Autore: info@bernardopaoli.it

Ad Ale

Grafica della copertina: Elena Pellegrini

Copyright © 2014 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

Ristampa	Anno
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	2014 2015 2016 2017 2018 2019 2020 2021 2022 2023

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sui diritti d'autore. Sono vietate e sanzionate (se non espressamente autorizzate) la riproduzione in ogni modo e forma (comprese le fotocopie, la scansione, la memorizzazione elettronica) e la comunicazione (ivi inclusi a titolo esemplificativo ma non esaustivo: la distribuzione, l'adattamento, la traduzione e la rielaborazione, anche a mezzo di canali digitali interattivi e con qualsiasi modalità attualmente nota od in futuro sviluppata).

Le fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, commi 4 e 5, della legge 22 aprile 1941 n. 633. Le fotocopie effettuate per finalità di carattere professionale, economico o commerciale o comunque per uso diverso da quello personale, possono essere effettuate a seguito di specifica autorizzazione rilasciata da CLEARedi, Centro Licenze e Autorizzazioni per le Riproduzioni Editoriali (www.clearedi.org; e-mail autorizzazioni@clearedi.org).

Stampa: Tipomozza, via Merano 18, Milano.

Indice

Prefazione , di <i>Giorgio Nardone</i>	pag. 9
Introduzione	» 11

Parte prima La magia delle parole

1. Dalla pratica alla teoria	» 15
1.1. Pratica e teoria sono davvero due momenti distinti?	» 16
1.2. Da scienza a tecnologia	» 17
1.3. Cosa si intende per ristrutturazione	» 19
2. Un caso di disturbo ossessivo	» 23

Parte seconda Le forme di ristrutturazione e di ridefinizione strategica

1. Paradosso, contrasto dei contrari e credenza	» 55
1.1. Paradosso: logica e suo utilizzo	» 55
1.2. Il contrasto dei contrari e le tentate soluzioni	» 61
1.3. La credenza e le profezie autoavveranti	» 76
2. Il linguaggio analogico e aforistico	» 82
2.1. Il linguaggio analogico e la creatività	» 82
2.2. Gli aforismi e la legge del cuore	» 97

La Psicoterapia Breve Strategica

è nata come arte, come fucina di proposte ingegnose, creative e sregolate per risolvere rapidamente problemi che apparivano irrisolvibili

si è evoluta come tecnica, attraverso un'opera di sistematizzazione e di sintesi, e attraverso l'aver individuato nessi tra ciò che di artistico e creativo era stato prodotto

è oggi tecnologia, ovvero massimo rigore e insieme creatività, in cui il terapeuta, utilizzando niente di più e niente di meno di ciò che è strettamente necessario, introduce un cambiamento non auspicabile... inevitabile

3. Domandare, riformulare, parafrasare	pag. 106
3.1. Le domande con alternativa di risposta e l'indagine sul problema	» 106
3.2. La riformulazione e il potere del linguaggio	» 115
3.3. La parafrasi e "solcare il mare all'insaputa del cielo"	» 122
4. Ampliare il punto di vista del paziente	» 129
4.1. Il dubbio e la ricerca dell'equilibrio	» 129
4.2. La ristrutturazione dei nessi causali e la punteggiatura degli eventi	» 136
4.2. Moltiplicare i punti di vista e il costruttivismo	» 142

Appendici

1. Ironia, umorismo e la teoria dei tre livelli linguistici	» 153
1.1. La teoria dei tre livelli linguistici	» 157
2. La ristrutturazione strategica per bloccare le tentate soluzioni e sostenere le strategie terapeutiche nei disturbi fobico-ossessivi	» 166
2.1. Controllare le proprie reazioni fisiche	» 166
2.2. Evitare, affrontare, prendere precauzioni	» 169
2.3. Chiedere aiuto e parlare del problema	» 172
3. I risultati della ricerca-intervento	» 174
Glossario strategico	» 179
Ringraziamenti	» 191
Bibliografia	» 193

Prefazione

di Giorgio Nardone

È mio sincero piacere redigere questa prefazione a un libro che ritengo importante per i suoi contenuti rigorosi e al tempo stesso originali. Trattare della tecnica della ristrutturazione in ambito terapeutico non è così semplice come può sembrare perché il termine ha diverse accezioni con significati anche opposti tra di loro. Per alcuni autori la ristrutturazione del funzionamento mentale del soggetto rappresenta lo scopo finale di ogni terapia, per altri è un costrutto operativo che racchiude numerose varianti; questo solo per citare due delle attribuzioni date a questo termine. Il rischio di trattarne è quello di perdersi dentro i tanti dedali linguistici e semantici del termine che è presente all'interno di numerose discipline anche non puramente psicologiche. Tuttavia se al termine "ristrutturazione" si associa il suffisso "strategica" l'argomento diviene ben circoscritto poiché il secondo costrutto connota fortemente il primo orientando il lettore verso quell'insieme di tecniche che miscelano comunicazione e logica con lo scopo di raggiungere gli obiettivi prefissati.

Bernardo Paoli esplora le numerose forme di ristrutturazione strategica analizzando videoregistrazioni di reali terapie con un piglio davvero certo-sino che può talvolta apparire eccessivo ma sempre motivato dal far emergere l'enorme potenzialità del linguaggio terapeutico. A questo riguardo egli propone anche alcune sue personali interpretazioni e valutazioni che vanno considerate all'interno di un onesto tentativo di elaborazione avanzata del tema in questione; questo rende il testo a tratti decisamente originale. È evidente che quando qualcuno, con le parole di Heinz von Foerster, «traccia una distinzione», questa crei adesioni ma anche disaccordi; personalmente apprezzo molto di più chi si gioca questa sfida di coloro che pedissequamente ripetono le parole del "maestro di turno".

Un'altra importante notazione è quella relativa allo stile espositivo di questo libro che alterna disquisizioni quasi filosofiche a dissertazioni molto tecniche, sino all'analisi testuale dei dialoghi terapeutici, con tratti nar-