

Free ebook La paura delle malattie psicoterapia breve strategica dellipocondria Full PDF

resa famosa da molière e dal suo malato immaginario la paura delle malattie sembra non voler allentare la presa sugli individui in una sfida apparentemente paradossale con la medicina e i suoi continui progressi il terrore che mina la vita quotidiana la richiesta continua d aiuto medico e di terapia le lamentele di dolore ancora troppo spesso bollati come frutto dell immaginazione sono invece profondamente reali e fanno vivere male sia i pazienti sia le persone che li circondano diventando in senso più lato un problema per tutta la società dopo aver descritto la sindrome ipocondriaca in tutte le sue varianti e averne passato in rassegna i possibili fattori d innesco questo ampio ed esauriente testo dimostra l efficacia della psicoterapia breve strategica nel suo trattamento grazie a strategie e stratagemmi terapeutici studiati ad hoc per le sue caratteristiche con l ausilio di casi clinici tratti dalla realtà il lettore può apprezzare l efficacia di molte divertenti e paradossali tecniche che permettono in modo apparentemente magico di uscire in breve tempo dai circoli viziosi della paura delle malattie vengono infine fornite alcune indicazioni per la prevenzione dell ipocondria basate sul riconoscimento dei messaggi che il nostro corpo ci invia e sugli stili di vita opportuni per raggiungere e mantenere il benessere psicofisico in questi ultimi anni nell età adolescenziale si osserva un incremento massiccio quasi epidemico di una serie di disturbi psichici e comportamentali il disturbo borderline le uscite psicotiche transitorie e soprattutto la casistica di pazienti cronicizzati perché terapeutamente mal trattati questo ha indotto come è sempre accaduto per la terapia breve strategica a far evolvere specifiche forme di trattamento che calzano alla struttura di queste forme di disturbo per realizzare al meglio tali modelli terapeutici si è svolta una rigorosa analisi della casistica e delle soluzioni terapeutiche risultate efficaci il frutto di questo lavoro è stata l elaborazione della psicoterapia breve a lungo termine ovvero di un intervento terapeutico che dapprima permette di azzerare le invalidanti sintomatologie ma che poi consente attraverso un lavoro più a lungo termine il costituirsi di uno stabile equilibrio psicologico anche in quei soggetti con personalità connotata da una costante instabilità e fragilità il cambiamento può avvenire subitaneamente ma l acquisizione di stabilità psichica e comportamentale richiede un arco esperienziale più ampio i risultati finora ottenuti sono incoraggianti e spronano a insistere sulla strada intrapresa senza dimenticare che ogni punto d arrivo nella ricerca e nella cura degli altri è un punto di partenza che cosa sono le paure patologiche come si formano come si mantengono e come possono essere risolte paura generalizzata paura di stare da soli paura di parlare in pubblico paura degli animali paura di decidere paura delle malattie ossessioni compulsive sindrome da attacchi di panico sono tutti disturbi prodotti dalla nostra psiche che possono essere eliminati in tempi brevi come dimostra la ricerca scientifica di tipo empirico sperimentale attraverso esempi illuminanti e racconti di casi clinici reali l autore illustra le caratteristiche di tali patologie ed espone in modo chiaro i più efficaci e validi metodi terapeutici un testo utile brillante

e di piacevole lettura che mostra come problemi apparentemente insormontabili possano trovare soluzione se affrontati con un adeguata strategia nulla è più desiderato dagli uomini della perfetta armonia tra mente e natura in quanto garanzia di serenità sviluppo sano del percorso di vita e della personalità l'area dei disturbi della sessualità è la prova più evidente di quanto sia fragile questo equilibrio meccanismo che si inceppa e ha bisogno di essere risistemato questo libro si occupa proprio del ristabilimento del rapporto tra lo sforzo di controllo mentale e l'incapacità di lasciarsi andare alle sensazioni anni di lavoro del centro di terapia strategica nell'ambito dei disturbi sessuali hanno permesso di sviluppare tecniche terapeutiche il più delle volte orientate semplicemente allo sblocco di ciò che la mente intrappola della sessualità la potenzialità straordinaria della natura è l'energia che permette di uscire in bellezza da situazioni di estrema sofferenza per dirla con le parole di Giorgio Nardone considerata l'urgenza di chi soffre di questi problemi il contributo potrà essere maggiormente apprezzato poiché dimostra che problemi così dolorosi imbarazzanti e talvolta persistenti non richiedono obbligatoriamente soluzioni altrettanto imbarazzanti dolorose e prolungate nel tempo la terapia breve centrata sulla soluzione è la terapia breve più studiata e praticata al mondo e in generale una delle forme di psicoterapie più diffuse a partire dalle iniziali teorizzazioni di Steve de Shazer e del gruppo di Milwaukee il modello si è evoluto in un metodo capace di rispondere a qualunque sfida della psicopatologia del malessere e del disagio umano individuale e relazionale con un attento uso delle domande la TBCS porta la persona a liberarsi dei sintomi e ad assumere nuove percezioni nuovi comportamenti e nuovi significati con un'efficacia pari a quella delle altre psicoterapie e un'efficienza sorprendente in media 4-5 sedute quello che avete tra le mani è il primo libro scritto in Italia dedicato a questo approccio che ne ripercorre storia teoria e pratiche spiegando step by step il metodo di intervento e corredandolo di una ricca serie di casi tratti dalla pratica clinica indice prefazione introduzione con una nota su un approccio multiteorico alla psicoterapia parte prima i principi della terapia breve centrata sulla soluzione dalle origini ad oggi i principi teorici di base introduzione ai principi pratici risultati e applicazioni nel mondo parte seconda la pratica della terapia breve centrata sulla soluzione terapia breve uno sviluppo centrato sulla descrizione la prima seduta le sedute successive alla prima caso di terapia breve centrata sulla soluzione conclusioni bibliografia autori i disturbi psichici e comportamentali spesso difficili da debellare possono rendere la vita insopportabile questo non significa che patologie complesse e di lunga durata come manie paranoie disordini alimentari fobie ossessioni richiedano terapie altrettanto sofferte e prolungate esaminando le molteplici forme che i disturbi possono assumere e ripercorrendo i successi raggiunti nella cura dei propri pazienti Giorgio Nardone ci mostra come serie difficoltà psicologiche possano trovare rapidamente rimedio grazie a terapie basate su interventi strategici mirati queste cure sono la forma più evoluta e suggestiva di applicazione ai problemi umani del modello di problem solving strategico della scuola di Palo Alto un viaggio istruttivo e sorprendente alla scoperta dell'arte di risolvere casi clinici complicati mediante soluzioni solo apparentemente semplici suggerisce una via per la modificazione delle interazioni tra genitori e figlio che non sia semplicemente basata su indicazioni e prescrizioni ai genitori di modifica comportamentale psicoterapia basata sull'aiuto a comprendere come le relazioni interne condizionano le relazioni esterne essa si differenzia in modo significativo dalle terapie

a orientamento psicodinamico che considerano il sintomo del bambino come un epifenomeno di meccanismi inconsci dal cui affronto e risoluzione dovrebbe dipendere quasi magicamente il cambiamento comportamentale questo manuale descrive un modello di psicoterapia psicodinamica che pone al centro il lavoro sulle interazioni attuali e passate l'ipotesi sottesa è che mantenere al centro del lavoro terapeutico le interazioni genitori figlio possa permettere una maggiore rielaborazione nei genitori e nei figli dei loro modelli operativi interni e che tale rielaborazione abbia un effetto più stabile e duraturo nella facilitazione della presa di coscienza dei sintomi del bambino e del fatto che essi sono comunque sempre una espressione di malessere nel rapporto tra sé e l'altro durante la guerra civile americana i medici militari osservando lo stress da combattimento dei soldati descrissero per la prima volta il fenomeno della iperventilazione acuta e i suoi sintomi in seguito a partire dagli anni 50 del novecento la fame d'aria la dispnea e il senso di soffocamento sono stati oggetto di ricerche che confermavano come l'iperventilazione fosse alla base di numerose patologie idiopatiche trentacinque anni dopo giorgio nardone sotto la supervisione di watzlawick e weakland comprese che i meccanismi della respirazione e della paura si influenzavano a vicenda e che il problema della fame d'aria si poteva risolvere passando dalla ricerca di spiegazioni alla messa a punto di soluzioni che se funzionanti spiegavano il problema stesso una vera e propria rivoluzione copernicana di cui l'autore è stato protagonista promuovendo un trattamento terapeutico in grado di agire sia sulla psicologia che sulla fisiologia del soggetto in senza fiato l'autore offre interessanti spunti di riflessione sulla meccanica che alimenta l'effetto del senso di soffocamento avvalendosi dei contributi di simona milanese medico specialista e di sabino de bari fisioterapista l'augurio è che questo scritto concorra a diffondere l'idea che il circolo vizioso tra paura patologica e respirazione disfunzionale si possa e si debba spezzare cambiare per conoscere presenta i fondamenti e lo sviluppo originale della terapia breve strategica l'approccio innovativo al trattamento dei disturbi psicologici messo a punto e progressivamente perfezionato da giorgio nardone e dai suoi colleghi presso il centro di terapia strategica di arezzo anche di fronte alle patologie più gravi e invalidanti la terapia breve strategica si è dimostrata più efficace delle migliori forme di psicoterapia diffuse in tutto il mondo facendo leva sulla logica stessa del paziente per aiutarlo a superare i problemi e a liberarsi da disturbi di lungo periodo e dalla dipendenza dai farmaci il volume affronta tutte le fasi del più avanzato modello di terapia breve mostrando la corrispondenza di obiettivi strategie e linguaggio usati nella cura di diversi disturbi con particolare attenzione alla prima fase del trattamento e all'uso del dialogo strategico per una migliore comprensione del modello e delle sue applicazioni il testo è arricchito da numerosi e ampi esempi specifici di trattamento di disturbi fobici disturbi ossessivo compulsivi depressione disturbi alimentari presunte psicosi e molto altro un volume di grande utilità che fotografa le origini della terapia breve strategica il suo stato attuale e le sue prospettive future 239 334 questo testo di giorgio nardone è il frutto della più recente e innovativa evoluzione della psicoterapia breve strategica un modello di intervento sui problemi personali e interpersonali che si è rivelato un efficace alternativa alle tradizionali terapie psicoanalitiche o farmacologiche i risultati ottenuti con interventi strategici ben costruiti hanno infatti ormai ampiamente dimostrato come sia possibile risolvere in maniera effettiva e in tempi brevi un gran numero di problemi di ordine psicologico l'approccio strategico alla terapia già esposto nel precedente volume l

arte del cambiamento può essere definito come l'arte di risolvere problemi complicati mediante soluzioni apparentemente semplici ed è il frutto della sintesi degli studi della scuola di Palo Alto di cui Watzlawick è l'esponente di maggior spicco. Nardone sulla scia del suo lavoro con Watzlawick e attraverso l'esperienza raccolta in veste di terapeuta e ricercatore ha messo a punto un innovativo modello terapeutico di trattamento delle forme gravi di paura che si è dimostrato sul campo il più efficace tra quelli finora elaborati. Si tratta di un modello risultato da una ricerca intervento su oltre 150 casi durata sei anni che ha condotto alla formulazione di una teoria completamente innovativa sulla formazione e persistenza dei disturbi fobico-ossessivi in cui si fa ricorso a raffinate tecniche di suggestione ipnotica, trabocchetti comportamentali e benefici imbrogli che aggirano la resistenza al cambiamento del paziente. Questo testo di grande utilità per il terapeuta che vi potrà trovare un contributo notevole al suo aggiornamento professionale è accessibile anche al lettore non specialista che vi troverà gli strumenti per capire meglio l'affascinante funzionamento della psiche umana. Nel 1988 usciva l'arte del cambiamento il testo con il quale Giorgio Nardone introduceva quell'attività ventennale i cui risultati e successi sono raccolti e spiegati nel presente volume vent'anni durante i quali mediante un sempre più consapevole uso terapeutico del paradosso della credenza e della contraddizione ossia delle logiche non ordinarie Nardone è giunto a individuare quelle costanti che permettono caso per caso di scegliere la strategia più adatta per affrontare e risolvere le più importanti patologie su scala individuale di gruppo o aziendale. Un percorso in cui non si parte dall'astrattezza lineare di una teoria per procedere alle sue applicazioni ma si opera nel modo esattamente opposto grazie a quella che Nardone definisce consapevolezza operativa è attraverso la soluzione che si perviene alla conoscenza di un problema alla base di ciò vi è l'accettazione della realtà come mutamento e della credenza della contraddizione e del paradosso come dati di fatto sempre operanti nei processi mentali e quindi nei comportamenti e sono proprio questi dati che una volta riconosciuti ci suggeriscono la strada più consona per la risoluzione dei problemi. La verità di una teoria si deduce dai suoi risultati. Una psicoterapia che funziona è una buona psicoterapia per spessore e ampiezza delle tematiche trattate. Solcare il mare all'insaputa del cielo dev'essere considerato un testo imprescindibile punto di partenza per qualsiasi sviluppo operativo e teorico nell'ambito della psicoterapia breve strategica e fecondo stimolo per la riflessione filosofica e in particolare epistemologica che ha per oggetto l'essere umano può capitare di sentirsi terrorizzati in mezzo alla gente in spazi chiusi o aperti si tratta di agorafobia e claustrofobia succede di non riuscire a prendere un volo o salire sulle scale mobili o di non poter vedere un gatto senza rabbrivire sono fobie che possono dar luogo al disturbo da attacchi di panico il battito cardiaco accelera il respiro si fa affannoso si ha la sensazione di perdere il controllo si cerca rifugio nell'evitamento dei supposti rischi la paura è però un'emozione fondamentale e ragionevole dal momento che innesca i meccanismi di attacco o di fuga quando ci troviamo in pericolo può dunque salvarci la vita mentre ciò che può rovinarla è la paura della paura il timore preventivo delle reazioni psicofisiologiche che il nostro organismo può avere di fronte a ciò che percepiamo come una minaccia occorre allora rimettere nella giusta prospettiva questa emozione per tornarne padroni ma qual è la via d'uscita dal circolo vizioso della fobia che si autogenera non serve una lunga psicoterapia secondo Giorgio Nardone quanto invece una strategia paradossale che ci guidi a fronteggiare la paura anzi ad accrescerla sino al punto di annullarla per guarire.

dagli attacchi di panico basta infatti una terapia breve mirata fondata sul linguaggio logico e insieme suggestivo del terapeuta su inconsueti compiti che il paziente deve svolgere alla lettera sull'idea che bisogna spegnere il fuoco aggiungendo la legna grazie al resoconto di alcuni casi di dialogo terapeutico in questo libro si dimostra che è più semplice e rapido di quanto si possa immaginare emanciparsi dal panico l'importante è farsi aiutare da chi sa come fare sulla scia di un'esperienza ventennale in qualità di terapeuta e di consulente in campo clinico giorgio nardone ha formulato insieme ai suoi collaboratori una tecnica sorprendentemente efficace per condurre un colloquio mediante il quale l'interlocutore o il paziente finisce per cambiare le proprie convinzioni più radicate la validità del dialogo strategico risiede nel fatto che questo cambiamento non è avvertito come un'imposizione esterna ma come il naturale scioglimento del nodo che crea il disagio e il malessere una tecnica nuova e insieme antichissima che prende spunto dalla retorica classica e che si congiunge con successo alla terapia in tempi brevi in questo saggio giorgio nardone e alessandro salvini mettono a punto un metodo ancora più raffinato in cui l'interlocutore stesso è indotto a considerare sotto una nuova prospettiva la sua situazione dolcemente come se il cambiamento fosse una scoperta guidata da chi chiede aiuto e non dal terapeuta i modi e i luoghi del panico sono i più diversi la paura dell'altezza della folla dei luoghi chiusi la paura di volare di perdere le persone care degli ascensori del proprio aspetto fisico questo libro spiega l'innovativo modello terapeutico di giorgio nardone che si è dimostrato sul campo il più efficace tra quelli finora elaborati e svela i meccanismi che portano a questo tipo di patologia una finestra aperta sugli enigmi della mente umana il metodo si basa su un'idea semplice ma efficace conoscere un problema partendo dalla sua soluzione invece di interessarsi al perché i disturbi vengono a formarsi nardone si è interessato al come tali problematiche funzionano e ha concentrato il suo lavoro sulle soluzioni il protocollo si basa su raffinate tecniche di suggestione ipnotica trabocchetti comportamentali e benefici imbrogli che aggirano la resistenza al cambiamento del paziente con risultati sorprendenti per efficacia brevità e bassi costi economici la metodica viene applicata in questo libro agli attacchi di panico una patologia purtroppo tra le più diffuse e invalidanti che minaccia e compromette la vita quotidiana lavorativa o familiare di moltissime persone 239 251 la morte alle cinque l'artista maledetto la sterminatrice di psichiatri questi sono alcuni titoli dei casi descritti o forse sarebbe meglio dire narrati in questo libro grazie al quale apprendiamo delle sorprendenti similitudini tra la professione dello psicoterapeuta e quella dell'investigatore la dinamica nascosta di alcuni problemi psicologici può essere smascherata seguendo gli schemi d'indagine resi famosi dalla letteratura poliziesca analisi della scena del crimine ricerca degli indizi individuazione della logica anomala del delitto analisi psicologica delle motivazioni gli interrogatori con tecniche comunicative particolari fino a scoprire il colpevole il terapeuta proprio come l'investigatore conduce un'inchiesta e trae le conclusioni dieci casi reali dieci appassionanti indagini risolte con le astuzie gli stratagemmi le mosse a sorpresa dei più celebri detective della letteratura sherlock holmes hercule poirot phil marlowe il tenente colombo sei di questi casi sono stati pubblicati nel libro i delitti del monastero la paura emozione primaria direttamente connessa alla sopravvivenza è una dotazione naturale che dobbiamo percepire come amica senza paura c'è solo incoscienza e chi sa allenarla non può che trarne vantaggio ma cosa succede quando la paura da reazione sana diventa patologica in un'escalation che la vede trasformarsi in

ansia panico fobia rendendo un vero inferno la vita della persona in questo volume dopo aver elencato le diverse forme in cui il disturbo fobico si manifesta e averne spiegato i meccanismi fondamentali giorgio nardone propone una serie di casi tratti dall'esperienza terapeutica condotta presso il centro di terapia strategica da lui diretto dalle fobie sociali alla paura delle malattie dalle monofobie alle fobie senza panico fino ai deliri fobici ancora una volta si dimostra che solo il paziente opportunamente guidato dal terapeuta può trovare in sé stesso le risorse per risolvere un problema che il più delle volte nasce da una risposta disfunzionale un meccanismo che potrà essere disinnescato grazie ad accorgimenti apparentemente magici ma che in realtà nascono da una profonda conoscenza del modo in cui tutti noi funzioniamo 1229 2

La paura delle malattie 2018-03-29T00:00:00+02:00 resa famosa da Molière e dal suo malato immaginario la paura delle malattie sembra non voler allentare la presa sugli individui in una sfida apparentemente paradossale con la medicina e i suoi continui progressi il terrore che mina la vita quotidiana la richiesta continua d'aiuto medico e di terapia le lamentele di dolore ancora troppo spesso bollate come frutto dell'immaginazione sono invece profondamente reali e fanno vivere male sia i pazienti sia le persone che li circondano diventando in senso più lato un problema per tutta la società dopo aver descritto la sindrome ipocondriaca in tutte le sue varianti e averne passato in rassegna i possibili fattori d'innescamento questo ampio ed esauriente testo dimostra l'efficacia della psicoterapia breve strategica nel suo trattamento grazie a strategie e stratagemmi terapeutici studiati ad hoc per le sue caratteristiche con l'ausilio di casi clinici tratti dalla realtà il lettore può apprezzare l'efficacia di molte divertenti e paradossali tecniche che permettono in modo apparentemente magico di uscire in breve tempo dai circoli viziosi della paura delle malattie vengono infine fornite alcune indicazioni per la prevenzione dell'ipocondria basate sul riconoscimento dei messaggi che il nostro corpo ci invia e sugli stili di vita opportuni per raggiungere e mantenere il benessere psicofisico

Terapia breve strategica 1997 in questi ultimi anni nell'età adolescenziale si osserva un incremento massiccio quasi epidemico di una serie di disturbi psichici e comportamentali il disturbo borderline le uscite psicotiche transitorie e soprattutto la casistica di pazienti cronicizzati perché terapeuticamente mal trattati questo ha indotto come è sempre accaduto per la terapia breve strategica a far evolvere specifiche forme di trattamento che calzano alla struttura di queste forme di disturbo per realizzare al meglio tali modelli terapeutici si è svolta una rigorosa analisi della casistica e delle soluzioni terapeutiche risultate efficaci il frutto di questo lavoro è stata l'elaborazione della psicoterapia breve a lungo termine ovvero di un intervento terapeutico che dapprima permette di azzerare le invalidanti sintomatologie ma che poi consente attraverso un lavoro più a lungo termine il costituirsi di uno stabile equilibrio psicologico anche in quei soggetti con personalità connotata da una costante instabilità e fragilità il cambiamento può avvenire subitaneamente ma l'acquisizione di stabilità psichica e comportamentale richiede un arco esperienziale più ampio i risultati finora ottenuti sono incoraggianti e spronano a insistere sulla strada intrapresa senza dimenticare che ogni punto d'arrivo nella ricerca e nella cura degli altri è un punto di partenza

Psicoterapia breve a lungo termine 2017-06-29T00:00:00+02:00 che cosa sono le paure patologiche come si formano come si mantengono e come possono essere risolte paura generalizzata paura di stare da soli paura di parlare in pubblico paura degli animali paura di decidere paura delle malattie ossessioni compulsive sindrome da attacchi di panico sono tutti disturbi prodotti dalla nostra psiche che possono essere eliminati in tempi brevi come dimostra la ricerca scientifica di tipo empirico sperimentale attraverso esempi illuminanti e racconti di casi clinici reali l'autore illustra le caratteristiche di tali patologie ed espone in modo chiaro i più efficaci e validi metodi terapeutici un testo utile brillante e di piacevole lettura che mostra come problemi apparentemente insormontabili possano trovare soluzione se affrontati con un'adeguata strategia

Oltre i limiti della paura 2012-06-25 nulla è più desiderato dagli uomini della perfetta armonia tra mente e natura in quanto garanzia di serenità sviluppo sano del percorso di vita e della personalità l'area dei disturbi della sessualità è la prova più

evidente di quanto sia fragile questo equilibrio meccanismo che si inceppa e ha bisogno di essere risistemato questo libro si occupa proprio del ristabilimento del rapporto tra lo sforzo di controllo mentale e l'incapacità di lasciarsi andare alle sensazioni anni di lavoro del centro di terapia strategica nell'ambito dei disturbi sessuali hanno permesso di sviluppare tecniche terapeutiche il più delle volte orientate semplicemente allo sblocco di ciò che la mente intrappola della sessualità la potenzialità straordinaria della natura è l'energia che permette di uscire in bellezza da situazioni di estrema sofferenza per dirla con le parole di giorgio nardone considerata l'urgenza di chi soffre di questi problemi il contributo potrà essere maggiormente apprezzato poiché dimostra che problemi così dolorosi imbarazzanti e talvolta persistenti non richiedono obbligatoriamente soluzioni altrettanto imbarazzanti dolorose e prolungate nel tempo

La mente contro la natura 2013-01-17T00:00:00+01:00 la terapia breve centrata sulla soluzione è la terapia breve più studiata e praticata al mondo e in generale una delle forme di psicoterapie più diffuse a partire dalle iniziali teorizzazioni di steve de shazer e del gruppo di milwaukee il modello si è evoluto in un metodo capace di rispondere a qualunque sfida della psicopatologia del malessere e del disagio umano individuale e relazionale con un attento uso delle domande la tbc porta la persona a liberarsi dei sintomi e ad assumere nuove percezioni nuovi comportamenti e nuovi significati con un'efficacia pari a quella delle altre psicoterapie e un'efficienza sorprendente in media 4-5 sedute quello che avete tra le mani è il primo libro scritto in Italia dedicato a questo approccio che ne ripercorre storia teoria e pratiche spiegando step by step il metodo di intervento e corredandolo di una ricca serie di casi tratti dalla pratica clinica indice prefazione introduzione con una nota su un approccio multiteorico alla psicoterapia parte prima i principi della terapia breve centrata sulla soluzione dalle origini ad oggi i principi teorici di base introduzione ai principi pratici risultati e applicazioni nel mondo parte seconda la pratica della terapia breve centrata sulla soluzione terapia breve uno sviluppo centrato sulla descrizione la prima seduta le sedute successive alla prima caso di terapia breve centrata sulla soluzione conclusioni bibliografia autori

La psicoterapia breve nel trattamento delle crisi di panico 1999 i disturbi psichici e comportamentali spesso difficili da debellare possono rendere la vita insopportabile questo non significa che patologie complesse e di lunga durata come manie paranoie disordini alimentari fobie ossessioni richiedano terapie altrettanto sofferte e prolungate esaminando le molteplici forme che i disturbi possono assumere e ripercorrendo i successi raggiunti nella cura dei propri pazienti giorgio nardone ci mostra come serie difficoltà psicologiche possano trovare rapidamente rimedio grazie a terapie basate su interventi strategici mirati queste cure sono la forma più evoluta e suggestiva di applicazione ai problemi umani del modello di problem solving strategico della scuola di palo alto un viaggio istruttivo e sorprendente alla scoperta dell'arte di risolvere casi clinici complicati mediante soluzioni solo apparentemente semplici

Psicoterapia breve di gruppo. Applicazioni efficaci «a tempo limitato» 2002 suggerisce una via per la modificazione delle interazioni tra genitori e figlio che non sia semplicemente basata su indicazioni e prescrizioni ai genitori di modifica comportamentale psicoterapia basata sull'aiuto a comprendere come le relazioni interne condizionano le relazioni esterne essa si differenzia in modo significativo dalle terapie a orientamento psicodinamico che considerano il sintomo del bambino come un

epifenomeno di meccanismi inconsci dal cui affronto e risoluzione dovrebbe dipendere quasi magicamente il cambiamento comportamentale questo manuale descrive un modello di psicoterapia psicodinamica che pone al centro il lavoro sulle interazioni attuali e passate l'ipotesi sottesa è che mantenere al centro del lavoro terapeutico le interazioni genitori figlio possa permettere una maggiore rielaborazione nei genitori e nei figli dei loro modelli operativi interni e che tale rielaborazione abbia un effetto più stabile e duraturo nella facilitazione della presa di coscienza dei sintomi del bambino e del fatto che essi sono comunque sempre una espressione di malessere nel rapporto tra sé e l'altro

Terapia breve centrata sulla soluzione 2021-03-24 durante la guerra civile americana i medici militari osservando lo stress da combattimento dei soldati descrissero per la prima volta il fenomeno della iperventilazione acuta e i suoi sintomi in seguito a partire dagli anni 50 del novecento la fame d'aria la dispnea e il senso di soffocamento sono stati oggetto di ricerche che confermavano come l'iperventilazione fosse alla base di numerose patologie idiopatiche trentacinque anni dopo giorgio nardone sotto la supervisione di watzlawick e weakland comprese che i meccanismi della respirazione e della paura si influenzavano a vicenda e che il problema della fame d'aria si poteva risolvere passando dalla ricerca di spiegazioni alla messa a punto di soluzioni che se funzionanti spiegavano il problema stesso una vera e propria rivoluzione copernicana di cui l'autore è stato protagonista promuovendo un trattamento terapeutico in grado di agire sia sulla psicologia che sulla fisiologia del soggetto in senza fiato l'autore offre interessanti spunti di riflessione sulla meccanica che alimenta l'effetto del senso di soffocamento avvalendosi dei contributi di simona milanese medico specialista e di sabino de bari fisioterapista l'augurio è che questo scritto concorra a diffondere l'idea che il circolo vizioso tra paura patologica e respirazione disfunzionale si possa e si debba spezzare

Psicoterapia breve. Teorie e tecniche di trattamento 1986 cambiare per conoscere presenta i fondamenti e lo sviluppo originale della terapia breve strategica l'approccio innovativo al trattamento dei disturbi psicologici messo a punto e progressivamente perfezionato da giorgio nardone e dai suoi colleghi presso il centro di terapia strategica di arezzo anche di fronte alle patologie più gravi e invalidanti la terapia breve strategica si è dimostrata più efficace delle migliori forme di psicoterapia diffuse in tutto il mondo facendo leva sulla logica stessa del paziente per aiutarlo a superare i problemi e a liberarsi da disturbi di lungo periodo e dalla dipendenza dai farmaci il volume affronta tutte le fasi del più avanzato modello di terapia breve mostrando la corrispondenza di obiettivi strategie e linguaggio usati nella cura di diversi disturbi con particolare attenzione alla prima fase del trattamento e all'uso del dialogo strategico per una migliore comprensione del modello e delle sue applicazioni il testo è arricchito da numerosi e ampi esempi specifici di trattamento di disturbi fobici disturbi ossessivo compulsivi depressione disturbi alimentari presunte psicosi e molto altro un volume di grande utilità che fotografa le origini della terapia breve strategica il suo stato attuale e le sue prospettive future

Parole, emozioni e videotape. Manuale di psicoterapia breve dinamico-esperienziale (PBD-E) 2001 239 334

Psicosoluzioni 2012-06-28 questo testo di giorgio nardone è il frutto della più recente e innovativa evoluzione della psicoterapia breve strategica un modello di intervento sui problemi personali e interpersonali che si è rivelato un efficace

alternativa alle tradizionali terapie psicoanalitiche o farmacologiche i risultati ottenuti con interventi strategici ben costruiti hanno infatti ormai ampiamente dimostrato come sia possibile risolvere in maniera effettiva e in tempi brevi un gran numero di problemi di ordine psicologico l'approccio strategico alla terapia già esposto nel precedente volume l'arte del cambiamento può essere definito come l'arte di risolvere problemi complicati mediante soluzioni apparentemente semplici ed è il frutto della sintesi degli studi della scuola di Palo Alto di cui Watzlawick è l'esponente di maggior spicco Nardone sulla scia del suo lavoro con Watzlawick e attraverso l'esperienza raccolta in veste di terapeuta e ricercatore ha messo a punto un innovativo modello terapeutico di trattamento delle forme gravi di paura che si è dimostrato sul campo il più efficace tra quelli finora elaborati si tratta di un modello risultato da una ricerca intervento su oltre 150 casi durata sei anni che ha condotto alla formulazione di una teoria completamente innovativa sulla formazione e persistenza dei disturbi fobico-ossessivi in cui si fa ricorso a raffinate tecniche di suggestione ipnotica trabocchetti comportamentali e benefici imbrogli che aggirano la resistenza al cambiamento del paziente questo testo di grande utilità per il terapeuta che vi potrà trovare un contributo notevole al suo aggiornamento professionale è accessibile anche al lettore non specialista che vi troverà gli strumenti per capire meglio l'affascinante funzionamento della psiche umana

Il cambiamento nella psicoterapia di crisi. Esperienza clinica e ricerca empirica in un servizio psichiatrico 2004 nel 1988 usciva l'arte del cambiamento il testo con il quale Giorgio Nardone introduceva quell'attività ventennale i cui risultati e successi sono raccolti e spiegati nel presente volume vent'anni durante i quali mediante un sempre più consapevole uso terapeutico del paradosso della credenza e della contraddizione ossia delle logiche non ordinarie Nardone è giunto a individuare quelle costanti che permettono caso per caso di scegliere la strategia più adatta per affrontare e risolvere le più importanti patologie su scala individuale di gruppo o aziendale un percorso in cui non si parte dall'astrattezza lineare di una teoria per procedere alle sue applicazioni ma si opera nel modo esattamente opposto grazie a quella che Nardone definisce consapevolezza operativa è attraverso la soluzione che si perviene alla conoscenza di un problema alla base di ciò vi è l'accettazione della realtà come mutamento e della credenza della contraddizione e del paradosso come dati di fatto sempre operanti nei processi mentali e quindi nei comportamenti e sono proprio questi dati che una volta riconosciuti ci suggeriscono la strada più consona per la risoluzione dei problemi la verità di una teoria si deduce dai suoi risultati una psicoterapia che funziona è una buona psicoterapia per spessore e ampiezza delle tematiche trattate solcare il mare all'insaputa del cielo dev'essere considerato un testo imprescindibile punto di partenza per qualsiasi sviluppo operativo e teorico nell'ambito della psicoterapia breve strategica e fecondo stimolo per la riflessione filosofica e in particolare epistemologica che ha per oggetto l'essere umano

Manuale di psicoterapia breve per i disturbi emozionali nei bambini 2009 può capitare di sentirsi terrorizzati in mezzo alla gente in spazi chiusi o aperti si tratta di agorafobia e claustrofobia succede di non riuscire a prendere un volo o salire sulle scale mobili o di non poter vedere un gatto senza rabbrivire sono fobie che possono dar luogo al disturbo da attacchi di panico il battito cardiaco accelera il respiro si fa affannoso si ha la sensazione di perdere il controllo si cerca rifugio

nell'evitamento dei supposti rischi la paura è però un'emozione fondamentale e ragionevole dal momento che innesca i meccanismi di attacco o di fuga quando ci troviamo in pericolo può dunque salvarci la vita mentre ciò che può rovinarcela è la paura della paura il timore preventivo delle reazioni psicofisiologiche che il nostro organismo può avere di fronte a ciò che percepiamo come una minaccia occorre allora rimettere nella giusta prospettiva questa emozione per tornarne padroni ma qual è la via d'uscita dal circolo vizioso della fobia che si autogenera non serve una lunga psicoterapia secondo Giorgio Nardone quanto invece una strategia paradossale che ci guidi a fronteggiare la paura anzi ad accrescerla sino al punto di annullarla per guarire dagli attacchi di panico basta infatti una terapia breve mirata fondata sul linguaggio logico e insieme suggestivo del terapeuta su inconsueti compiti che il paziente deve svolgere alla lettera sull'idea che bisogna spegnere il fuoco aggiungendo la legna grazie al resoconto di alcuni casi di dialogo terapeutico in questo libro si dimostra che è più semplice e rapido di quanto si possa immaginare emanciparsi dal panico l'importante è farsi aiutare da chi sa come fare

Psicoterapia breve di individuazione. La metodologia di Tommaso Senise nella consultazione con l'adolescente 2004 sulla scia di un'esperienza ventennale in qualità di terapeuta e di consulente in campo clinico Giorgio Nardone ha formulato insieme ai suoi collaboratori una tecnica sorprendentemente efficace per condurre un colloquio mediante il quale l'interlocutore o il paziente finisce per cambiare le proprie convinzioni più radicate la validità del dialogo strategico risiede nel fatto che questo cambiamento non è avvertito come un'imposizione esterna ma come il naturale scioglimento del nodo che crea il disagio e il malessere una tecnica nuova e insieme antichissima che prende spunto dalla retorica classica e che si congiunge con successo alla terapia in tempi brevi in questo saggio Giorgio Nardone e Alessandro Salvini mettono a punto un metodo ancora più raffinato in cui l'interlocutore stesso è indotto a considerare sotto una nuova prospettiva la sua situazione dolcemente come se il cambiamento fosse una scoperta guidata da chi chiede aiuto e non dal terapeuta

Senza fiato 2023-06-20T00:00:00+02:00 i modi e i luoghi del panico sono i più diversi la paura dell'altezza della folla dei luoghi chiusi la paura di volare di perdere le persone care degli ascensori del proprio aspetto fisico questo libro spiega l'innovativo modello terapeutico di Giorgio Nardone che si è dimostrato sul campo il più efficace tra quelli finora elaborati e svela i meccanismi che portano a questo tipo di patologia una finestra aperta sugli enigmi della mente umana il metodo si basa su un'idea semplice ma efficace conoscere un problema partendo dalla sua soluzione invece di interessarsi al perché i disturbi vengono a formarsi Nardone si è interessato al come tali problematiche funzionano e ha concentrato il suo lavoro sulle soluzioni il protocollo si basa su raffinate tecniche di suggestione ipnotica trabocchetti comportamentali e benefici imbrogli che aggirano la resistenza al cambiamento del paziente con risultati sorprendenti per efficacia brevità e bassi costi economici la metodica viene applicata in questo libro agli attacchi di panico una patologia purtroppo tra le più diffuse e invalidanti che minaccia e compromette la vita quotidiana lavorativa o familiare di moltissime persone

Psicoterapia breve per il benessere psicologico 2017 239 251

Cambiare per conoscere 2015-09-03T00:00:00+02:00 la morte alle cinque l'artista maledetto la sterminatrice di psichiatri questi sono alcuni titoli dei casi descritti o forse sarebbe meglio dire narrati in questo libro grazie al quale apprendiamo delle

sorprendenti similitudini tra la professione dello psicoterapeuta e quella dell'investigatore la dinamica nascosta di alcuni problemi psicologici può essere smascherata seguendo gli schemi d'indagine resi famosi dalla letteratura poliziesca analisi della scena del crimine ricerca degli indizi individuazione della logica anomala del delitto analisi psicologica delle motivazioni gli interrogatori con tecniche comunicative particolari fino a scoprire il colpevole il terapeuta proprio come l'investigatore conduce un'inchiesta e trae le conclusioni dieci casi reali dieci appassionanti indagini risolte con le astuzie gli stratagemmi le mosse a sorpresa dei più celebri detective della letteratura sherlock holmes hercule poirot phil marlowe il tenente colombo sei di questi casi sono stati pubblicati nel libro i delitti del monastero

Pensieri brutti e cattivi 2019-05-16T00:00:00+02:00 la paura emozione primaria direttamente connessa alla sopravvivenza è una dotazione naturale che dobbiamo percepire come amica senza paura c'è solo incoscienza e chi sa allenarla non può che trarne vantaggio ma cosa succede quando la paura da reazione sana diventa patologica in un'escalation che la vede trasformarsi in ansia panico fobia rendendo un vero inferno la vita della persona in questo volume dopo aver elencato le diverse forme in cui il disturbo fobico si manifesta e averne spiegato i meccanismi fondamentali giorgio nardone propone una serie di casi tratti dall'esperienza terapeutica condotta presso il centro di terapia strategica da lui diretto dalle fobie sociali alla paura delle malattie dalle monofobie alle fobie senza panico fino ai deliri fobici ancora una volta si dimostra che solo il paziente opportunamente guidato dal terapeuta può trovare in sé stesso le risorse per risolvere un problema che il più delle volte nasce da una risposta disfunzionale un meccanismo che potrà essere disinnescato grazie ad accorgimenti apparentemente magici ma che in realtà nascono da una profonda conoscenza del modo in cui tutti noi funzioniamo

Paura, panico, fobie 2010-12-31T00:00:00+01:00 1229 2

Psicoterapia d'urgenza e psicoterapia breve 1983

Trattato di psicoterapia breve integrata 2000

Solcare il mare all'insaputa del cielo 2012-06-28T00:00:00+02:00

La terapia degli attacchi di panico 2016-06-23T00:00:00+02:00

Come applicare la psicoterapia dinamica breve. Il metodo del tema relazionale conflittuale centrale 2000

Uno studio di psicoterapia breve 1974

Psicoterapia breve. 51 metodi semplici ed efficaci 2005

Teoría de la psicoterapia analítica breve 1984

Teoria della psicoterapia analitica breve 1986

Il dialogo strategico 2010-12-31T00:00:00+01:00

La psicoterapia breve in adolescenza. Un modello integrato 2018

Non c'è notte che non veda il giorno 2012-11-29T00:00:00+01:00

La psicoterapia come un romanzo giallo. Dal problema alla soluzione: lo psicoterapeuta indaga 2004

Panico! Come smettere di temerlo e riuscire a superarlo 2013-10-04T00:00:00+02:00

La psicoterapia come un romanzo giallo 2012-11-29T00:00:00+01:00

Paura, panico, fobie. La terapia in tempi brevi 2007

Il libro delle fobie 2023-11-07T00:00:00+01:00

Suggestione, ristrutturazione, cambiamento. L'approccio strategico e costruttivista alla psicoterapia breve 1991

Terapia breve e completa. L'approccio multimodale 2003

La psicoterapia strategico-integrata. L'evoluzione dell'intervento clinico breve 2016-01-28T00:00:00+01:00

Psicoterapia breve d'individuazione. La metodologia di Tommaso Senise nella consultazione con l'adolescente 2014

- [advance microeconomics theory solution \[PDF\]](#)
- [2003 ford expedition owners manual free download .pdf](#)
- [birthday address flip over red \(Read Only\)](#)
- [the haunting of harrow house Copy](#)
- [my sticker journal blank sticker 8 x 10 64 pages \(Read Only\)](#)
- [suzuki dl1000 v strom service repair manual 2002 2009 \(Download Only\)](#)
- [the lions legacy a stirring romantic tale of revenge honour and burning passion in norman england conqueror trilogy 3 Full PDF](#)
- [3rd grade research paper sample outline Full PDF](#)
- [101 uses for lemon lavender peppermint \(Read Only\)](#)
- [download manual cj3b \(PDF\)](#)
- [applied calculus 4th edition by hughes hallett .pdf](#)
- [storytown comprehension tests grade 3 \(Download Only\)](#)
- [principles of economics 5th edition mankiw test bank \(PDF\)](#)
- [stakeholder management challenges and opportunities evolution of indian stakeholder management and its status now \(Download Only\)](#)
- [parental responsibilities and rights \(Read Only\)](#)
- [the tassajara bread \(Read Only\)](#)
- [2009 volkswagen jetta owners manual \[PDF\]](#)
- [mr tickle and the scary halloween mr men and little miss Copy](#)
- [the 8 week blood sugar diet how to beat diabetes fast and stay off medicationbody for life 12 weeks to mental and physical strength \(Download Only\)](#)
- [norton field guide to writing \(PDF\)](#)