



Sobria Rispettosa Giusta



“Storie Slow” per una cura sobria e rispettosa

Torino, 14 febbraio 2025

Modulo abstract

Per storie e narrazioni individuali o collettive

Inviare via e-mail entro il 7 gennaio all’indirizzo:

info@slowmedicine.it

Il primo autore deve essere socio di Slow Medicine

	Programma di scrittura Word Carattere Times New Roman. Dimensione carattere 12. Interlinea singola. Allineamento: giustificato. Per riferimenti bibliografici (max 3) tipo: Barter PJ, et al. Titolo. Sigla rivista anno; vol: pag-pag.
Titolo dell’abstract (in grassetto)	L’orto abbandonato Anche una singola seduta di psicoterapia può bastare
Sessione del convegno	<input type="checkbox"/> Sobrietà delle cure: “fare di più non significa fare meglio” <input type="checkbox"/> Rispetto e scelte di cura condivise <input checked="" type="checkbox"/> X Relazione e tempo di cura
Autore/i (cognome e iniziale del nome puntato tipo: Rossi A., Bianchi B.). I	Bologna M., Fiaschi M.D.
Ente/i di appartenenza	Istituto per la Ricerca e lo Studio dei Disturbi Psicici (IseRDiP, Milano)

(in corsivo)	
E-mail	maria.bolognamd@gmail.com
Abstract (max 4000 battute, spazi inclusi)	<p>E' una mattina di fine estate. In uno studio di psicoterapia vedo Clara per la prima volta.</p> <p><i>C. Insegno in una scuola elementare, mi manca qualche anno alla pensione. Da un po' di tempo non mi riconosco più... sono particolarmente irritabile, poco disponibile, mi arrabbio facilmente. Non voglio diventare come le mie vecchie zie, critica su tutto e tutti, arrabbiata per niente. A volte ho l'impressione di aver sprecato la mia vita...</i></p> <p><i>T. E' come se sentisse il bisogno di fare una ricapitolazione, di capire cosa sta cambiando in lei e come prepararsi a questo passaggio di vita, in cui si esprimono nuovi bisogni ed è necessario rivedere la cassetta degli attrezzi per metter via quelli che non servono più.</i></p> <p><i>C. Sì, sono sempre stata molto disponibile verso gli altri e molto esigente verso me stessa con un grande senso del dovere, verso i miei familiari, i miei scolari, le colleghe ... Sono mancate alcune persone che conoscevo in questo periodo. L'altro giorno sono passata davanti all'orto di una di loro, aveva 80 anni... ci teneva molto, lo curava tanto... L'ho trovato in abbandono.</i></p> <p><i>T. Mi sembra molto colpita dalla perdita di queste persone e dalla morte, che provoca uno stato di abbandono delle cose che un tempo sono state molto curate, amate ...</i></p> <p><i>C. (fa cenno di sì, si commuove)</i></p> <p><i>T. Prendersi cura degli altri, delle cose fa sentire attivi, come se essere passivi possa essere pericoloso... Forse essere attivi è un modo per difendersi da una paura, una preoccupazione...</i></p> <p><i>C. Sì, è proprio così. Quando è morta mia madre avevo nove anni, ho cercato di difendermi dalla paura che potesse capitare anche a me dicendomi 'I bambini non muoiono mai!'. Poco tempo dopo è morta una bambina mia vicina di casa e mi sono detta: 'Allora non è vero!'. Ed ho cominciato ad inventare rituali contro la paura fino a notte inoltrata ritardando sfinita l'andata a letto, pregavo pregavo pregavo e ritagliavo figure nella carta ripiegata, sa...? Come cristalli di neve. Crollavo dalla stanchezza, ma resistevo.</i></p> <p><i>T. Capisco ...</i></p> <p style="text-align: right;">- segue-</p>

In psicoterapia anche un unico incontro può consentire –se la persona ha risorse attive- un adattamento migliore, il recupero di parti di sé trascurate, l’elaborazione di una esperienza passata. Questo accade per effetto di un clima relazionale caratterizzato da un atteggiamento attivo e fortemente sintonizzato, che rispetta la condizione della persona, i suoi limiti e le sue possibilità. E’ l’esperienza emotiva correttiva, che attraverso l’elaborazione delle emozioni in uno spazio duale, favorisce l’adattamento a nuovi compiti di vita un passo oltre.

L’Intervento Focale a Seduta Singola è una modalità di risposta terapeutica su misura della persona, che individua ciò che è essenziale elaborare all’interno della prospettiva del ciclo di vita (Hoyt e Talmon, 2014; Cannistrà e Piccirilli, 2018; Bologna et Al., 2023).

Bibliografia

Hoyt M.F., Talmon M. (2014) Terapia a seduta singola e servizi walk-in, CISU, 2022

Cannistrà F., Piccirilli F. Terapia a seduta singola. Principi e pratiche, Giunti, 2018

Bologna M., Fiaschi M.D., Gislon M.C. L’intervento a seduta singola, Mimesis, 2023