

La motivazione compassionevole per orientare le pratiche corporee e immaginative in CBT: il contributo della Compassion Focused Therapy
Nicola Petrocchi

La Compassion Focused Therapy sostiene che per alcuni pazienti, soprattutto caratterizzati da forte vergogna e auto-critica, il processo di cambiamento non avvenga soltanto attraverso l'intervento sulle credenze ma, molto più efficacemente, attraverso l'attivazione e "l'allenamento-*training*" di un **sistema motivazionale innato (la compassione)** connesso al sistema dell'accudimento e all'attivazione del sistema parasimpatico. In questo intervento, ci focalizzeremo non solo sul delineare il razionale e le modalità delle principali tecniche immaginative e corporee della CFT, ma anche come l'intenzione compassionevole potrebbe essere utilizzata all'interno di altre tecniche CBT in modo da aumentarne l'efficacia.