

Imagery rescripting per i disturbi di personalità: l'amplificatore emotivo che favorisce il cambiamento

Elena Rosin

Nell'ambito della terapia cognitivo-comportamentale l'interesse per il trattamento dei disturbi di personalità è in crescita. Se in passato venivano considerati difficilmente trattabili, ora abbiamo a nostra disposizione maggiori conoscenze per comprenderne il funzionamento e strategie efficaci per affrontarli. I disturbi di personalità sono spesso legati a esperienze precoci negative (Johnson, Cohen, Chen, Kasen e Brooks, 2006; Lobbestael, Arntz e Bernstein, 2010), per questo motivo è importante che i terapeuti abbiano a disposizione delle tecniche che permettano di lavorare sulle memorie infantili. A questo scopo è possibile utilizzare l'*imagery rescripting*, una tecnica terapeutica che attraverso l'utilizzo dell'immaginazione mira a cambiare il significato di eventi negativi del passato che sono collegati al problema presente o ai sintomi del paziente. L'immaginazione facilita un accesso diretto alle emozioni e aumenta maggiormente l'attivazione emotiva rispetto all'elaborazione verbale (Holmes & Mathews, 2005) suggerendo che le terapie che ne fanno uso possono essere un potente strumento per facilitare un'elaborazione profonda a livello emotivo.

In questo intervento verrà presentato l'utilizzo dell'*imagery rescripting* nelle varie fasi del trattamento: nella fase diagnostica iniziale per comprendere l'origine dei problemi del paziente; come strategia di trattamento delle esperienze infantili per permettere la rielaborazione emotiva e la creazione di nuovi significati; come strategia trasversale nel corso del trattamento per ampliare e rafforzare le risorse del paziente.