

Contextual Schema Therapy: le tecniche esperienziali

Duccio Baroni & Nicola Marsigli

La Contextual Schema Therapy (CST) è un recente modello proposto da Roediger, Stevens e Brockman e rappresenta un'evoluzione dell'originaria Schema Therapy di Young. In particolare, nella CST vengono ridefiniti i bisogni di base e integrati i principi dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) come guida per lo sviluppo del mode Adulto Funzionale.

Tali innovazioni portano a nuove opportunità per lavorare con i pazienti attraverso interventi esperienziali propri delle terapie di terza generazione. L'obiettivo, similmente al modello originario, è quello di costruire nel paziente un mode Adulto Funzionale capace di connettersi con i propri valori e di essere flessibile nello scegliere un corso di azione.

Lo scopo di questo workshop è presentare come la CST ha ridefinito il razionale e l'utilizzo di alcune tecniche esperienziali, come il *chair work* o l'*imagery rescripting*. Durante il workshop, i conduttori illustreranno queste tecniche attraverso presentazione di casi e simulate così da permettere ai partecipanti di provare e comprendere l'utilizzo di queste tecniche.