

## **Il contributo della Contextual Schema Therapy alle terapie basate sul processo**

**Eckard Roediger**

Jeffrey Young ha sviluppato la Schema Therapy per poter trattare i problemi relazionali dei pazienti. Secondo questo modello, i comportamenti disadattivi sono prodotti da schemi profondi e maladattivi, che si sono formati durante l'infanzia a causa della frustrazione di bisogni emotivi di base. Questa concettualizzazione implica una dimensione biografica per comprendere il disagio che il paziente presenta. Attraverso l'uso di tecniche di imagery è, infatti, possibile permettere ai pazienti di collegare gli episodi della loro vita agli schemi sottostanti. La relazione terapeutica sembra essere uno strumento molto utile nel trattamento dei pazienti con disturbo della personalità e permette di raggiungere elevati livelli di adesione alla terapia. Oltre a utilizzare i processi funzionali dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) per descrivere le caratteristiche proprie del modo "Adulto Funzionale", la Contextual Schema Therapy sottolinea l'importanza di una profonda elaborazione emotiva, come ad esempio avviene attraverso l'imagery rescripting di esperienze infantili. Durante questa presentazione, verrà delineato come la relazione terapeutica viene bilanciata attraverso l'uso di tecniche esperienziali come il chair work o l'imagery. L'obiettivo è generare esperienze emotive correttive basate su cambiamenti di prospettiva e permettere la soddisfazione dei bisogni emotivi di base in modo equilibrato e prosociale.