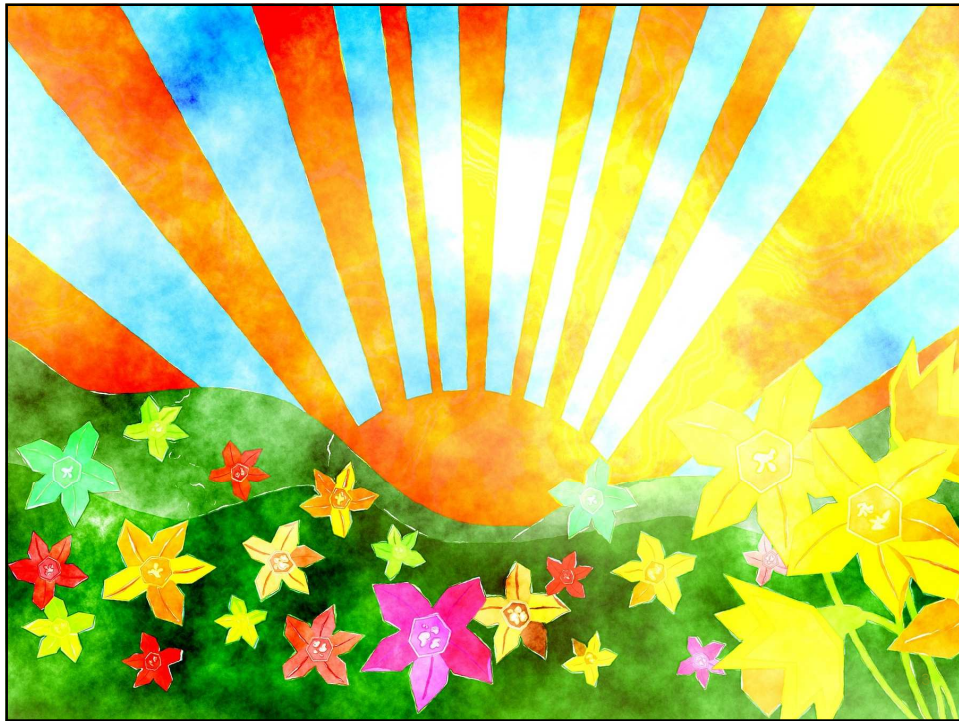




1








2



3

**Treatnet Family**

**Elementi di terapia familiare per adolescenti con disturbi da uso di sostanze**

- **1**  
Introduzione alla terapia familiare e al programma Treatnet Family
- **2**  
Strategie chiave della terapia familiare
- **3**  
Fasi e interventi della terapia familiare
- **4**  
Eventuali temi e problematiche
- **5**  
Micro-insegnamento e valutazione

4

## A che punto siamo?



Strategie di base della terapia familiare:

- ▶ Reframes (re-incorniciamenti)
- ▶ Reframing relazionali
- ▶ Assunzione di prospettiva
- ▶ Domande relazionali
- ▶ Affrontare la resistenza
- ▶ Rolling with resistance

5

5

## Discutiamone!



**Le vostre reazioni e opinioni su argomenti trattati oggi**

- ▶ Quale competenza ha più senso, secondo voi?
- ▶ Quale competenza vi piace? E quale no? Perché?
- ▶ Quali competenze o idee devono essere più praticate dal gruppo per essere acquisite nel modo adeguato?

6

6

**Il cesto per le domande**



7

**Iniziamo!**



8



9

## Gli obiettivi del corso di formazione

### Alla fine del workshop sarete in grado di:

Spiegare e utilizzare fasi e interventi della terapia familiare

**Fase 1:** Coinvolgimento

**Fase 2:** Valutazione della famiglia

**Fase 3:** Creare motivazione al cambiamento

**Fase 4:** Interventi primari della terapia familiare

**Fase 5:** Conclusione



10

10



11



12

## Fase 1: Coinvolgimento

1. Costruire un'alleanza collaborativa
2. Joining (risonanza emotiva)
3. Validazione
4. Stimolare la speranza



13

13

## Osserviamo!



### Coinvolgimento

Situazione: il terapeuta parla con il padre e con la madre di come porre confini al loro figlio quindicenne.

- Osservate come il terapeuta:
- Costruisce un'alleanza (la famiglia condivide gli stessi obiettivi, ha fiducia in terapeuta)
  - Entra in contatto
  - Dà supporto
  - Offre speranza che la terapia possa essere portata a buon fine

14

14

## Facciamo un po' di pratica!



- ▶ «Costruite» una famiglia con genitori, patrigno/matrigna e adolescente + terapeuta
- ▶ Il terapeuta coinvolge la famiglia discutendone i problemi, punti di forza, ecc.
- ▶ Un partecipante informa il grande gruppo sulle competenze utilizzate

15

15



## Fase 2 Valutazione della famiglia

16



## Facciamo un po' di pratica!



### Fase 2: Valutazione della famiglia

- ▶ Come vedono il problema i membri della famiglia?
- ▶ Valutazione di struttura e processo:
  - Confini
  - Temi
  - Struttura/gerarchia
  - Regole
  - Ruoli
  - Patterns relazionali
  - Rinforzi
  - Rischi e punti di forza della famiglia

17

17

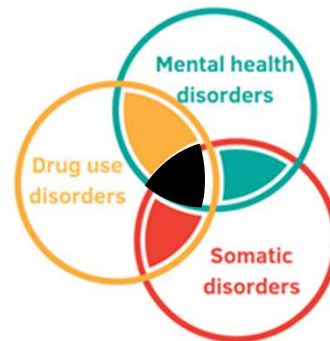
## Fase 2: Valutazione della famiglia

- ▶ Identificare comorbidità
- ▶ Considerare la possibilità di rinviare il paziente ad un servizio aggiuntivo della vostra rete

Disturbi da uso di sostanze

Disturbi di salute mentale

Disturbi somatici

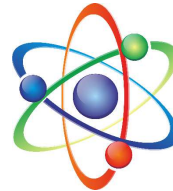


18

18

## Atomo sociale

- ▶ Cos'è l'atomo sociale?
- ▶ Perché usarlo?



19

19

## Facciamo un po' di pratica!



### Atomo sociale

- ▶ Guardane un esempio
- ▶ Fai uno schema del tuo atomo sociale
- ▶ Parla con il partner di:
  - temi che avete notato
  - Come potrebbe essere utile l'atomo sociale nella terapia per adolescenti con disturbi da uso di sostanze

20

20

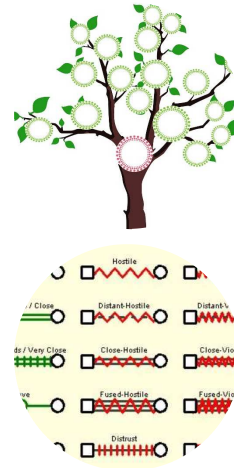
## Genogramma

### ► Che cosa è il genogramma?

- ✓ visualizzazione grafica delle relazioni nel sistema familiare, non molto diversa dall'albero genealogico

### ► Perché utilizzarlo?

- ✓ Un modo potenzialmente utile per conoscere meglio il sistema familiare di adolescenti
- ✓ Può aiutare a identificare e a discutere sui temi nella famiglia
- ✓ Può coinvolgere adolescenti riservati e silenziosi i quali, senza aiuto di una tecnica del genere, potrebbero non condividere molto



21

21

## Facciamo un po' di pratica!



### Genogramma

- Osservatene un esempio
- Disegnate un genogramma
- Parlate con il partner di:
  - temi che avete notato
  - come può essere utile il genogramma nella terapia per adolescenti con disturbi da uso di sostanze

22

22

## Domande sulla valutazione relazionale

### Esempi di domande sulla valutazione relazionale per valutazione della famiglia:

- ▶ Come si risolvono di solito i conflitti?
- ▶ Cosa funziona?
- ▶ Cosa non funziona?
- ▶ Quando \_\_\_\_ fa \_\_\_\_ che cosa fa \_\_\_\_\_?
- ▶ Che cosa ha portato ai problemi recenti?
- ▶ Quali obiettivi ha ciascuno di voi riguardo alla terapia familiare?

23

23

## Valutazione di necessità immediate



Fare domande riguardo a:

- ▶ Scuola
- ▶ Corte
- ▶ Salute
- ▶ Condizioni abitative
- ▶ Lavoro
- ▶ Situazione economica
- ▶ Supporto sociale

24

24

## Cornice (frame) relazionale

Usare informazioni di valutazione per creare una cornice relazionale: comprendere il comportamento di una persona in quanto influenzata dagli altri nonché influenzante per gli altri

- ▶ Empatizzare con l'esperienza di ogni cliente
- ▶ Incoraggiare assunzione di prospettiva
- ▶ Spostarsi dalla comprensione intrapersonale a quella interpersonale e sistemica del problema
- ▶ Re-incorniciare/ e rietichettare eventi e interazioni sistematicamente
- ▶ Usare domande e interpretazioni relazionali

25

25

## Osserviamo!



### Cornice (frame) relazionale

Osservate il gioco di ruolo e rifletteteci su:

- ▶ Quale domanda di valutazione fareste?
- ▶ Potreste ipotizzare una o più cornici relazionali? Quali potrebbero essere?
- ▶ Come introdurreste queste cornici relazionali?

26

26

## Quando menzionare davanti alla famiglia l'uso di alcol o droghe

When would you bring it up? How would you bring it up?  
 Quando menzionereste questo argomento? In che modo lo fareste?

- ▶ “Abbiamo parlato molto dei problemi di tuo figlio a scuola. Mi chiedo se questi problemi siano correlati ad altri problemi, come ad esempio l'uso di alcol o altre sostanze?”
- ▶ “Ho notato che l'uso di sostanze non è stato discusso. Stiamo evitando questo argomento? Mi chiedo se sia difficile parlarne?”

27

27



**Fase 3**  
**Creare un contesto motivazionale per il cambiamento**

28

## Create un contesto motivazionale per il

**Ricordatevi che sarà più facile creare un contesto per il cambiamento se:**

- ▶ Affrontate la resistenza
- ▶ Capite l'intento positivo di ognuno
- ▶ Create un ambiente sicuro
- ▶ Introducete una cornice relazionale
- ▶ Siete percepiti come rispettosi, competenti, attivi
- ▶ Affrontate questioni importanti per la famiglia
- ▶ Stimolate speranza e siete ottimisti!

29

29

## La forza della speranza

**Non sottovalutate la forza della speranza:**

- ▶ “Lavoreremo insieme su questo problema. Questa terapia ha aiutato molte famiglie con problemi simili.”
- ▶ “Sei stanco/a delle cose che non cambiano, ma non deve essere per forza sempre così. Io non rinuncerò a te e voglio che tu faccia lo stesso. Facciamo un passo alla volta, ma nella direzione sicura.”
- ▶ Che cosa potreste dire ancora per stimolare speranza?



30


30



31

**Fase 4: Interventi della terapia familiare**

1. Intervenire per interrompere i cicli di comportamento negative
2. Enactments (Attualizzazioni)
3. Problem solving
4. Competenze comunicative del parlante- ascoltatore



32

32



## Fase 4: interventi della terapia familiare (cont.)

### 5. Altre competenze utili

- Urge surfing
- Fare qualcosa di diverso
- Competenze di rifiuto di droghe/alcol
- Contrattazione delle contingenze

### 6. Idee relative al rinforzo dell'ACRA (approccio di rinforzo della comunità adolescenti)

### 7. Compiti da svolgere al di fuori della terapia riguardo al cambiamento di comportamento e dinamiche relazionali

33

33

## Fase 4: Interventi di terapia familiare

### Interrompere i cicli di comportamento negativi



This Photo by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA](#)

34

34

## Interrompere cicli negativi di comportamento

Il terapeuta dovrebbe aiutare i membri della famiglia a:

- ▶ Vedere l'intento positivo dietro le loro parole irate
- ▶ Trovare sentimenti più vulnerabili oltre "la rabbia" - dolore, paura, premura, solitudine, rifiuto ecc.
- ▶ Pianificare e svolgere un'attività gratificante
- ▶ Apprezzare che genitore/figlio/fratello/sorella abbia fatto qualcosa di buono
- ▶ Potreste pensare ad altri modi di interrompere un ciclo negativo?

35

35

## Osserviamo e facciamo un po' di pratica!



### Interrompere cicli negativi di comportamento

- ▶ Quale strategia è usata dal terapeuta?
- ▶ Potreste pensare a qualche altro modo di interrompere un ciclo negativo?

36

36

## Phase 4: Family therapy interventions

### Enactment

Interventi introdotti dal terapeuta i quali cambiano le interazioni familiari.



37

37

## Dimostrazione video

### Jake e la mamma analizzano il dilemma



38

38

## Fase 4: Interventi di terapia familiare



### Problem-solving

- ▶ Definire il problema
- ▶ Fare un elenco di soluzioni
- ▶ Classificare le soluzioni
- ▶ Sceglierne una
- ▶ Provarla
- ▶ Se necessario, esaminare la soluzione

39

39

## Fase 4: Interventi di terapia familiare



### Competenze comunicative parlante-ascoltatore

#### Passi:

1. Spiegate a un membro della famiglia che deve parlare chiaramente e senza rabbia con un altro membro della famiglia riguardo ciò che lui/lei vuole che l'altro capisca
2. Chiedete ad altri membri familiari di riassumere ciò che è stato detto
3. Affermate la comprensione dei familiari

40

40

## Osserviamo!



### Competenze comunicative del parlante-ascoltatore

- ▶ In che modo il terapeuta fa sentire le voci di ciascuno dei membri della famiglia?
- ▶ In che modo migliora il terapeuta la reciproca comprensione di prospettiva?
- ▶ Che altro avete notato?

41

41

## Imparare competenze utili

### I craving si alzano e si abbassano come le onde

Se riesci a cavalcare un'onda per 20 minuti, è più probabile che il craving possa sparire da solo. Strategie:

- ▶ Ritardare e distrarre per 20 minuti
- ▶ Respirare profondamente
- ▶ Affrontare pensieri catastrofici
- ▶ Bere un bicchiere d'acqua
- ▶ Chiamare la persona di supporto



42

42

## Chiedete ai giovani domande riguardo al craving



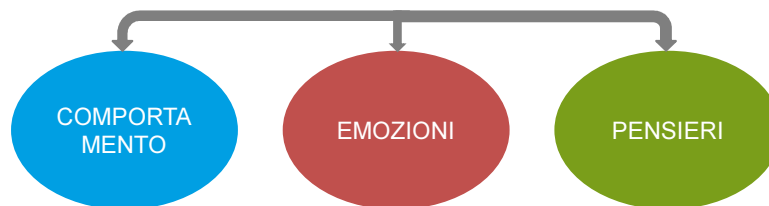
- ▶ A volte ti senti come se volessi prendere la droga di nuovo?
- ▶ Che cosa fai allora?
- ▶ Cosa ha funzionato per te?
- ▶ Come si manifesta il craving per te?
- ▶ Quanto fastidio ti da?
- ▶ Quanto tempo dura il craving?

43

43

## Chiedete ai giovani di scrivere un diario

- ▶ Annotare ogni craving manifestatosi durante la settimana
- ▶ Riassumere ogni craving per quanto concerne:



- ▶ Pianificare in che modo affrontare ciascuno di essi: eliminare stimoli condizionati, respirare profondamente, distrarsi, rilassarsi, dialogo interiore positivo, ecc. Facendo questo, voi e i giovani state sviluppando un piano concreto per affrontare e affrontare con successo il craving successivo.

44

44

## Insegnare abilità di rifiuto di droghe/alcol

**Molte persone affette da disturbi da abuso di sostanze ricadono nell'uso a causa della pressione sociale**

- ▶ Queste abilità di rifiuto possono essere acquisite
- ▶ Come?

45

45

## Facciamo un po' di pratica!



**Competenze di rifiuto di droghe/alcol**



46

46

## Problem solving: contrattazione delle contingenze

### Negoziazione come forma di risoluzione di conflitti

#### Eventuali problemi:

- ▶ Utile quando è necessario uno strumento immediato, quando la comunicazione è difettosa, quando i problemi sono specifici e comportamentali
- ▶ Ognuno ottiene ciò che desidera. Il figlio lava i piatti, i genitori danno il permesso al figlio di rimanere sveglio fino a tardi.

47

47

## Problem solving: contrattazione delle contingenze

### Negoziazione come forma di risoluzione di conflitti

#### ▶ **Suggerimenti riguardo al contratto comportamentale:**

- ▶ Specifico in quanto comportamentale
- ▶ Il comportamento deve essere monitorato
- ▶ Richiesta ragionevole (80 % tasso di partecipazione per un ragazzo/a che è solito/a saltare la scuola)
- ▶ Il contratto è soggetto a modifiche (genitori dittatoriali e genitori rigidamente autoritari sono candidati poco adatti.)

48

48



## Concentrarsi sul problem solving

### Contrattazione delle contingenze

#### **Un esempio del contratto:**

Questo contratto stipulato tra <il nome del figlio/a> e i suoi genitori. <il nome del figlio/a> accetta di tornare a casa in tempo per l'ora di cena almeno quattro giorni alla settimana.

Ogni giorno che <il nome del figlio/a> torna a casa in tempo, lui/lei ottiene un'ora di videogiochi o televisione (o altro tipo di ricompensa appropriata per lui/lei e la famiglia). Se riesce a raggiungere quattro giorni alla settimana, il genitore porterà il figlio/la figlia al cinema o lui/lei e gli amici (qualche altro tipo di ricompensa). Questo contratto sarà valutato fra un mese.

Firmato: <il nome del genitore> <il nome del figlio/della figlia>

49

49

## Rinforzare cambiamenti comportamentali

- ▶ Raggiungere obiettivi con rinforzi esterni aggiuntivi
- ▶ Insegnare competenze comunicative e quelle di problem solving
- ▶ Introdurre attività sociali e ricreative
- ▶ Utilizzare la Scala di felicità per individuare altri obiettivi nella vita



50

50

## ACRA Scala Felicità

### Scala Felicità

Nome: \_\_\_\_\_ ID dell'adolescente: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_  
 Questa scala ha lo scopo di stimare la vostra **attuale** felicità con la vita in ciascuna delle 16 aree elencate di seguito. Dovete cerchiare uno dei numeri (da 1 a 10) accanto a ciascuna area. I numeri verso il lato sinistro della scala di 10 unità indicano vari gradi di infelicità, mentre i numeri verso il lato destro della scala riflettono livelli di felicità in aumento. Ponetevi questa domanda mentre valutate ogni area della vita: "Quanto sono felice oggi con quest'area della mia vita?" In altre parole, indicate in base alla scala numerica (da 1 a 10) esattamente come vi sentite oggi. Cercate di escludere i sentimenti di ieri e concentratevi solo sui sentimenti di oggi in ciascuna delle aree della vita. Inoltre, cercate di non consentire a una categoria di influenzare i risultati delle altre.

	Completamente infelice	Completamente felice
1. Uso / non-uso di cannabis	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
2. Uso / non-uso di alcol	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
3. Uso / non-uso di altre sostanze	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
4. Rapporto con fidanzato/a	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
5. Rapporto con amici	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
6. Rapporto con genitori / tutori	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
7. Scuola	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
8. Vita sociale	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
9. Attività ricreative	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
10. Abitudini personali (ad es. alzarsi la mattina, non fare ritardo, completare attività ecc.)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
11. Questioni legali	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
12. Gestione dei soldi	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
13. Vita sentimentale (emozioni)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
14. Comunicazione	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
15. Felicità generale	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
16. Altro	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	

31

51

## Il piano di trattamento/obiettivi del counseling

- ▶ Utilizzare la scala di felicità ACRA per selezionare la categoria dell'obiettivo
- ▶ Fissare obiettivi/strategia usando linee di guida "intelligenti"
- ▶ Generalmente, fissare obiettivi a tempo breve previsti per essere raggiunti (collegati ai rinforzi)
- ▶ Sviluppare una strategia settimanale a poco a poco per raggiungere ogni obiettivo (un compito da fare a casa)
- ▶ Compiti per casa: verificare il raggiungimento degli obiettivi

52

52

## Componenti di comunicazione positiva ACRA: per formulare una richiesta bisogna...

- ▶ Essere brevi
- ▶ Essere positivi
- ▶ Essere precisi e chiari
  
- ▶ Label your feeling: “I feel \_\_\_”
- ▶ Etichettare le proprie emozioni:
- ▶ “Mi sento/sento che...”
- ▶ Accettare la responsabilità parziale
- ▶ Offrire l’aiuto

Il contenuto della  
richiesta

Aumenta la  
probabilità di  
ottenere un «sì»

53

53

## ACRA counselling sociale/ricreativo

- ▶ Discutere l’importanza di una vita sociale/ricreativa sana
- ▶ Identificare le aree di interesse

Con soldi/  
Con altri

Con soldi /  
Senza altri

Senza soldi/  
Con altri

Senza soldi /  
Senza altri

54

54

## Facciamo un po' di pratica!



### La scala di felicità

- ▶ Compilare la scala di felicità per conto proprio o per conto altrui
- ▶ Discutere con i colleghi i risultati ottenuti e diversi modi in cui potreste utilizzare tale scala nel vostro lavoro

55

55

## Rinforzo comunitario ed educazione della famiglia

Per poter sollecitare i giovani ad intraprendere il trattamento i genitori possono imparare come:

- ▶ Usare contratti comportamentali e altre strategie per rinforzare il comportamento sobrio di adolescenti e porre fine al loro uso di droghe
- ▶ Comunicare in modo efficace e servirsi di competenze del problem-solving
- ▶ Pianificare attività che affrontano l'uso di droghe
- ▶ Ridurre lo stress e prendersi cura di se stessi
- ▶ Il terapeuta inizia il trattamento con adolescente solo quando lui/lei si sente pronto

56

56

### Attività da svolgere al di fuori della terapia: «compiti per casa»

#### **Obiettivo: aiutare le famiglie ad adoperare le competenze acquisite nella vita quotidiana**

##### ► Ecco alcuni esempi di tali attività:

- La famiglia cena insieme. Argomenti di conversazione potrebbero essere assegnati alla famiglia.
- Il padre deve chiedere alla figlia della sua giornata dopo il suo ritorno da scuola.
- Le attività possono essere pianificate in tal modo da rendere partecipi tutti i membri della famiglia (guardare un film, andare a pesca, fare spese)
- L'adolescente perseguirà un interesse a scuola
- Dopo scuola, l'adolescente lascerà ai genitori una nota con informazioni riguardo al luogo in cui si trova, numero di telefono, l'ora in cui tornerà a casa

57

57

### Le attività “fuori seduta”

#### **Come rendere probabile che la famiglia svolga veramente le attività?**

- Idealmente, la famiglia dovrebbe prendere parte nella decisione
- Il compito dovrebbe fornire sollievo o soddisfazione a tutti i soggetti coinvolti
- Tutti devono concordare sul fatto che il compito sarà realizzato e che tutti ne sentiranno vantaggi
- Chiedete ai membri della famiglia di spiegare il compito
- Tenete le cose semplici
- Seguite come procedono le attività e dite ai membri della famiglia che successivamente gli farete delle domande al riguardo

58

58

## Discutiamone!



### Attività “fuori seduta”

- ▶ Cosa succede se la famiglia non porta a termine l'attività?
- ▶ Cosa potreste fare per impedire che ciò accada?

59

59

## Se decidete di incontrare individualmente i membri della famiglia

### Fate ciò portando rispetto per tutti

- ▶ Spiegate le vostre ragioni
- ▶ Fategli sapere che non starete dalla parte di un membro contro un altro membro della famiglia
- ▶ Chiedete permesso ad ogni membro della famiglia
- ▶ Se un membro della famiglia non si sente a suo agio nelle sedute individuali, rispettate i suoi desideri



60

60

## Provate qualcosa di diverso



**“Se qualcosa non funziona, allora non fatelo di nuovo- ma fate qualcosa di diverso!”**

*Berg and Miller*

La terapia strategica è una forma di terapia “interazionale” dato che non si concentra sulla causa ultima dei problemi del cliente, bensì cerca di far aumentare le sue capacità e sviluppare le sue competenze di problem solving per aiutarlo nelle sue interazioni con altre persone.

61

61



**Fase 5  
Conclusione**

62

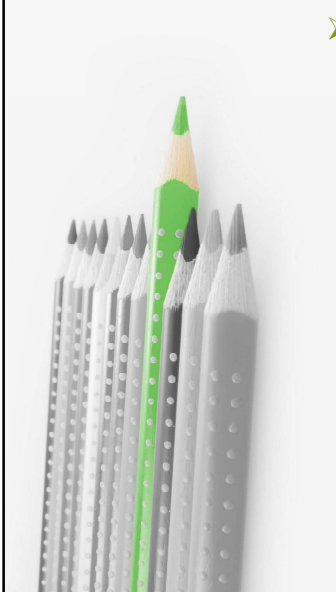
## Fase 5: Conclusione

- ▶ Man mano che ci si avvicina alla conclusione, domandate quali cambiamenti hanno osservato e a che cosa devono ancora prestare attenzione
- ▶ Cosa gli è piaciuto o meno? Cosa è stato più utile?
- ▶ Come sapranno di avere di nuovo bisogno di aiuto?
- ▶ Assicuratevi che la famiglia sia connessa agli attuali supporti della comunità, se necessario
- ▶ Gli altri?

63

63

## Punti da ricordare

- 
- Cinque fasi del FT:
    - Coinvolgimento
    - Valutazione della famiglia
    - Creare motivazione al cambiamento
    - Interventi primari della terapia familiare
    - Conclusione
  - Eventuali interventi del FT:
    - Interrompere i cicli di comportamento negativi
    - Enactment (Attualizzazioni)
    - Problem-solving
    - Competenze comunicative del parlante-ascoltatore
    - Compiti da svolgere al di fuori della terapia
    - La Scala di felicità

64

64



### Riflessioni di fine workshop



- ▶ Qual è stata la cosa più significativa che avete imparato oggi?
- ▶ Cosa porterete via con voi da questa giornata?
- ▶ Cosa vi è piaciuto di più?
- ▶ Come userete queste informazioni?
- ▶ Quali competenze pensate che inizierete a usare nel vostro lavoro?

65

65

Grazie del vostro tempo!  
Fine Workshop 3



Treatnet

66