



**START HERE**

**Psicoterapia e CBT process-based**  
Aspetti storici, epistemologici e clinici

A scenic landscape at sunset or sunrise. The sky is a mix of orange, yellow, and blue. In the foreground, a person is walking on a path that leads into the distance. The path is flanked by hills and trees. The overall mood is peaceful and inspiring.

Start now.

Start where you are.

Start with fear. Start with pain. Start with doubt. Start with hands shaking. Start with voice trembling but start. Start and don't stop.

Start where you are, with what you have.

Just... start..

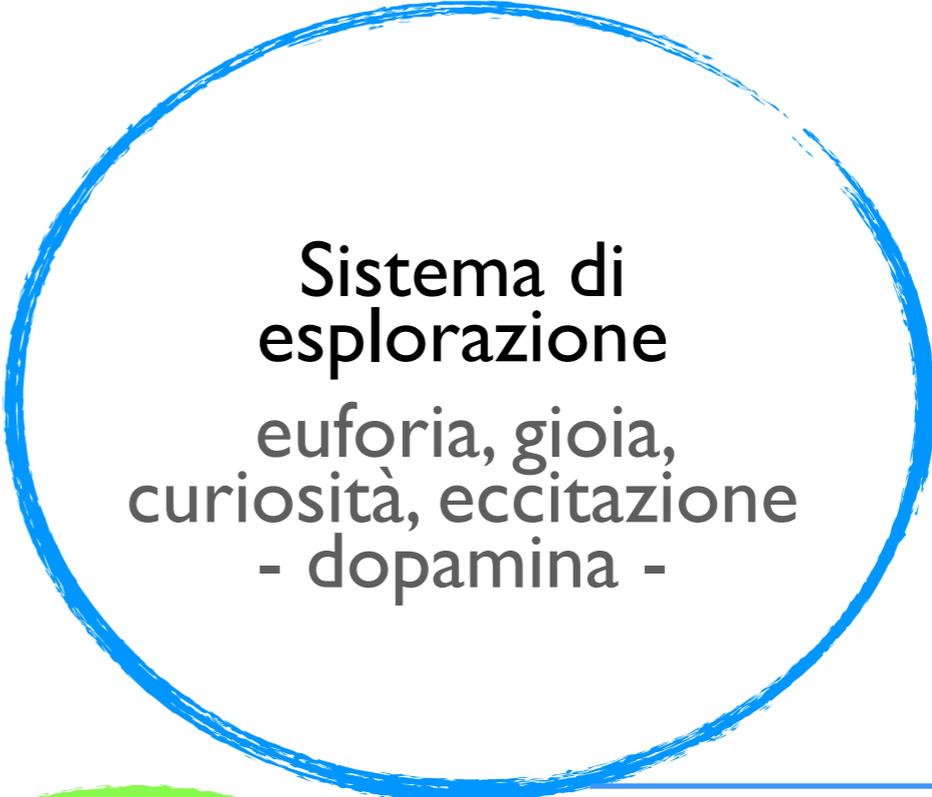
IJEOMA UMEBINYUO

# Sistemi motivazionali

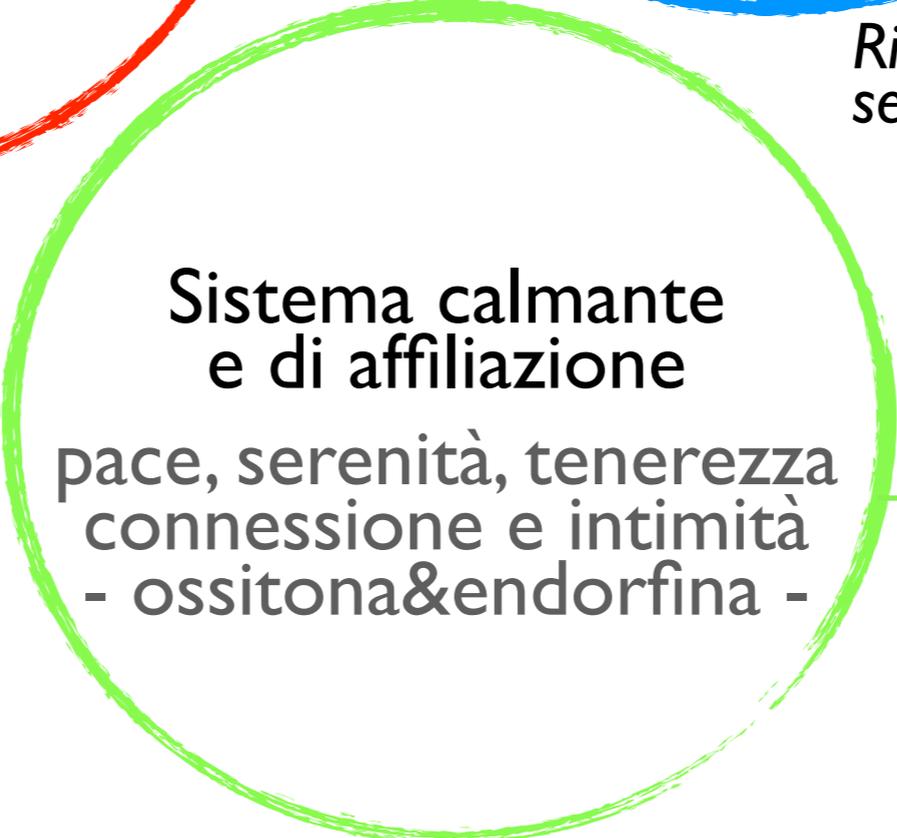
psicologia dell'evoluzione e CFT



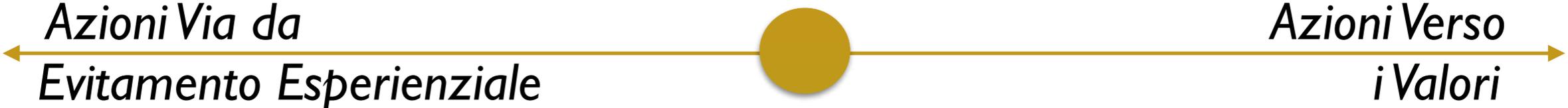
*Freezing, Fuga/evitamento,  
Attacco, Rimuginio  
Soppressione, Distrazione,  
Dissociazione*



*Ricerca di novità, gratificazioni,  
sensazioni, perseguire obiettivi*



*Ricerca di accudimento,  
pace, calma,  
intimità, connessione,  
appartenenza*



# Livelli di formazione

## 1. Deontologia, cornice normativa, EBPP

codice deontologico psicologi, normativa italiana, evidence based practice

## 1. Cornice filosofica e epistemologica

Contestualismo funzionale e framework cognitivo-funzionale (Biglan & Hayes, 1996; De Houwer, 2011)

## 2. Paradigmi di base

derivanti dalle Scienze Contestuali del Comportamento, dalla Psicologia Cognitiva, dalla Neuropsicofisiologia

## 3. CBT process-based e Meta-Modello Evolutivo Esteso

(Hayes et al, 2020)

6 processi: emotivi, cognitivi, attentivi, motivazionali, Sè-Altri, azioni overt  
2 livelli: fisiologico e socio-culturale  
4 principi evolucionistici: variazione, selezione, ritenzione, contesto



## 6. Valutazione di efficacia

metodi e strumenti di misurazione e valutazione dell'intervento e di raccolta del feedback del paziente

## 5. Modelli clinici e protocolli di intervento

CBT, REBT, ACT, TMC, DBT, ST, CFT...  
atteggiamento terapeutico  
modelli teorico e eziopatogenetico  
concettualizzazione del caso  
strategie di assessment, obiettivi e strategie di intervento

## 4. Formulazione del Caso

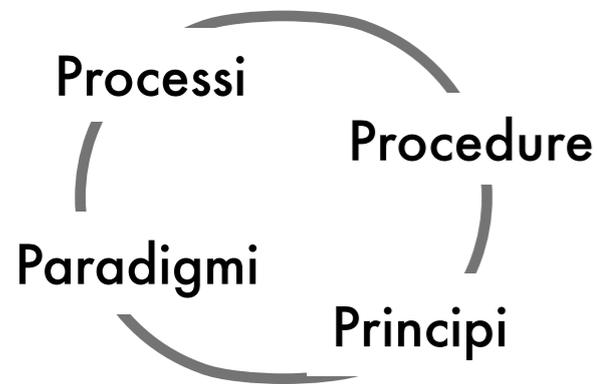
vulnerabilità, meccanismi di risposta e risorse  
Analisi funzionale per processi che dialoga con psicopatologia e sistemi di classificazione categoriali e dimensionali

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# Livelli di formazione

**1. Deontologia, cornice normativa, EBPP**  
 codice deontologico psicologi, normativa italiana, evidence based practice

**1. Cornice filosofica e epistemologica**  
 Contestualismo funzionale e framework cognitivo-funzionale (Biglan & Hayes, 1996; De Houwer, 2011)

**2. Paradigmi di base**  
 derivanti dalle Scienze Contestuali del Comportamento, dalla Psicologia Cognitiva, dalla Neuropsicofisiologia

**3. CBT process-based e Meta-Modello Evolutivo Esteso**  
 (Hayes et al, 2020)  
 6 processi: emotivi, cognitivi, attentivi, motivazionali, Sè-Altri, azioni overt  
 2 livelli: fisiologico e socio-culturale  
 4 principi evolucionistici: variazione, selezione, ritenzione, contesto

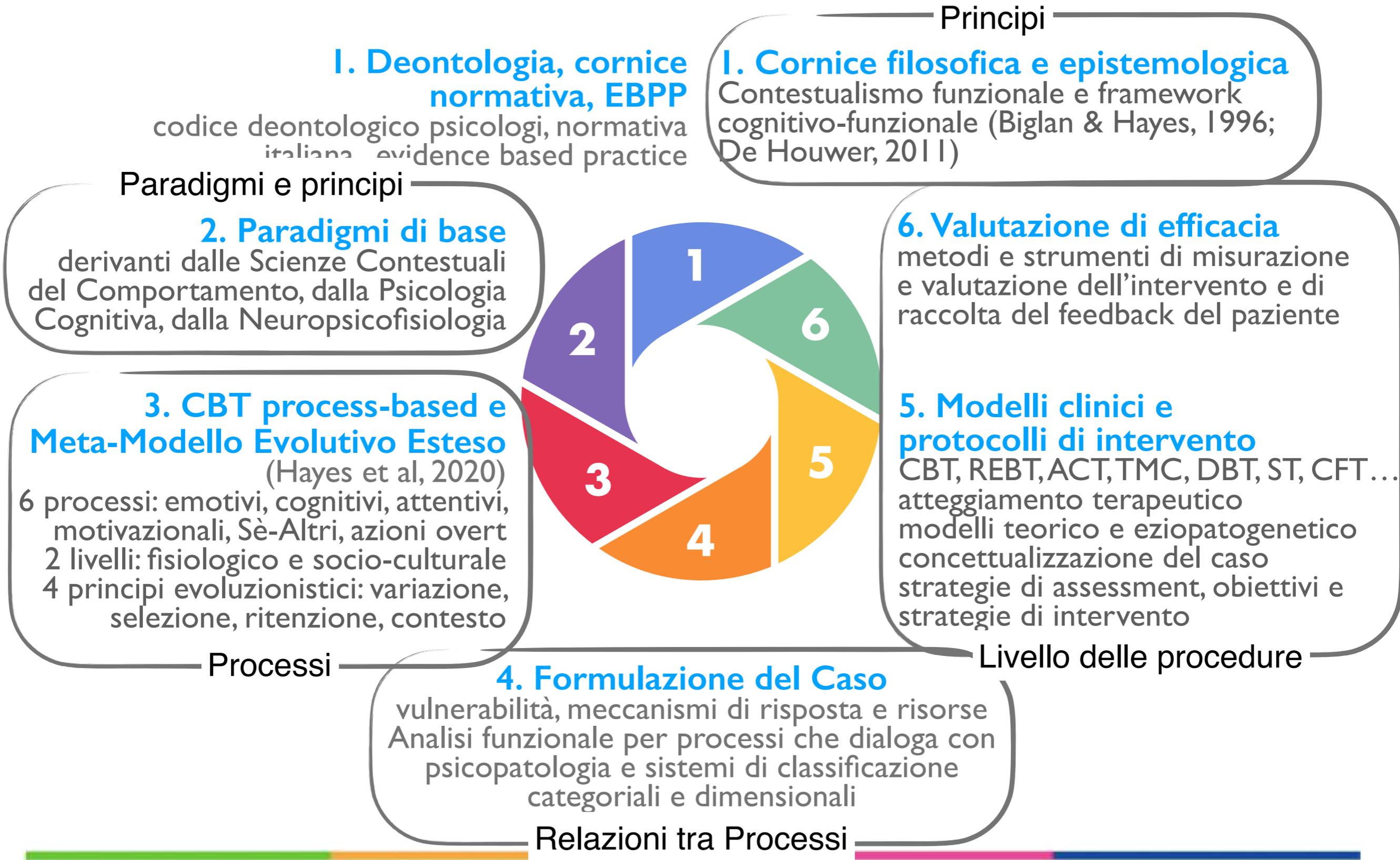


**6. Valutazione di efficacia**  
 metodi e strumenti di misurazione e valutazione dell'intervento e di raccolta del feedback del paziente

**5. Modelli clinici e protocolli di intervento**  
 CBT, REBT, ACT, TMC, DBT, ST, CFT...  
 atteggiamento terapeutico  
 modelli teorico e eziopatogenetico  
 concettualizzazione del caso  
 strategie di assessment, obiettivi e strategie di intervento

**4. Formulazione del Caso**  
 vulnerabilità, meccanismi di risposta e risorse  
 Analisi funzionale per processi che dialoga con psicopatologia e sistemi di classificazione categoriali e dimensionali

# Livelli di formazione

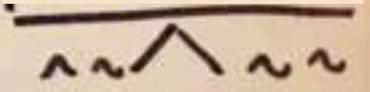


DON'T GET LOST!

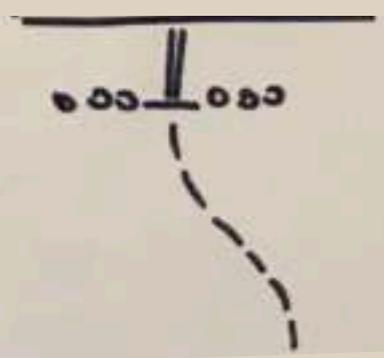
Dove siamo



Chi siamo

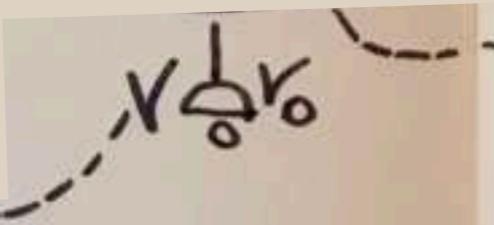


Diventare chi?



Psicoterapia??  
origini e  
traiettorie

una o tante?

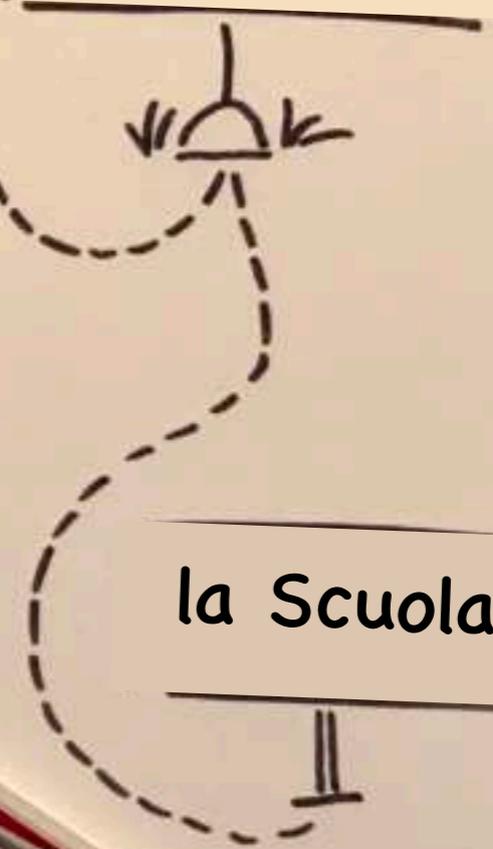


quali skill?

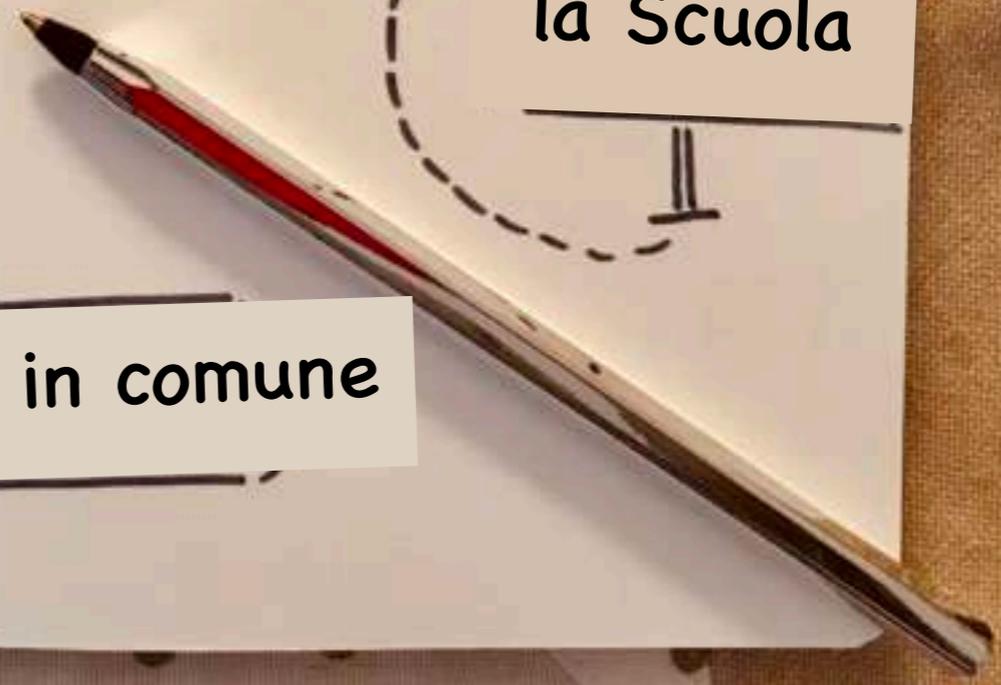
e in Italia?



la Scuola



cose in comune





**Ambulatorio di psicoterapia**  
per il trattamento di singoli,  
coppie e famiglie



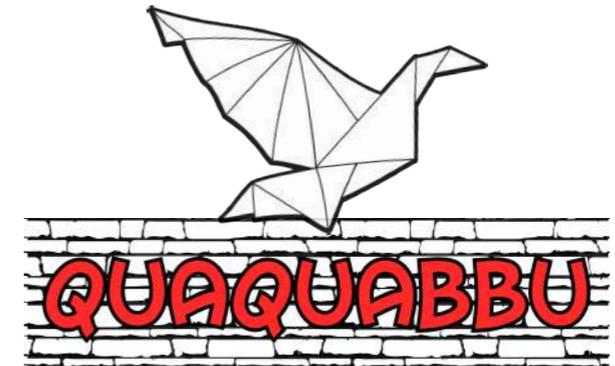
**ISTITUTO TOLMAN**  
Laboratorio di Scienze  
Cognitivo-Comportamentali

**Polo per la formazione in  
Applied Behavior Analysis**

in partnership con  
IESCUM

**Scuola di Specializzazione  
in Psicoterapia C.C.**

riconosciuta dal MIUR



**Servizio ABA** per minori con  
Autismo e Sviluppo Atipico

**Istituto Tolman**

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



ISTITUTO TOLMAN  
Direttore e Fondatore  
dott. Giovanni Lo Savio



---

Scuola di Specializzazione  
Psicoterapia CognitivoComportamentale

---

Palermo - Catania - Cagliari

# CBT-Italia - Società Italiana di Psicoterapia Cognitivo Comportamentale

*L'Istituto  
aderisce a  
CBT-Italia!*



**SOCIETÀ ITALIANA  
DI PSICOTERAPIA  
COGNITIVO  
COMPORTAMENTALE**



**EABCT**  
European Association of  
Behaviour and Cognitive  
Therapy

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



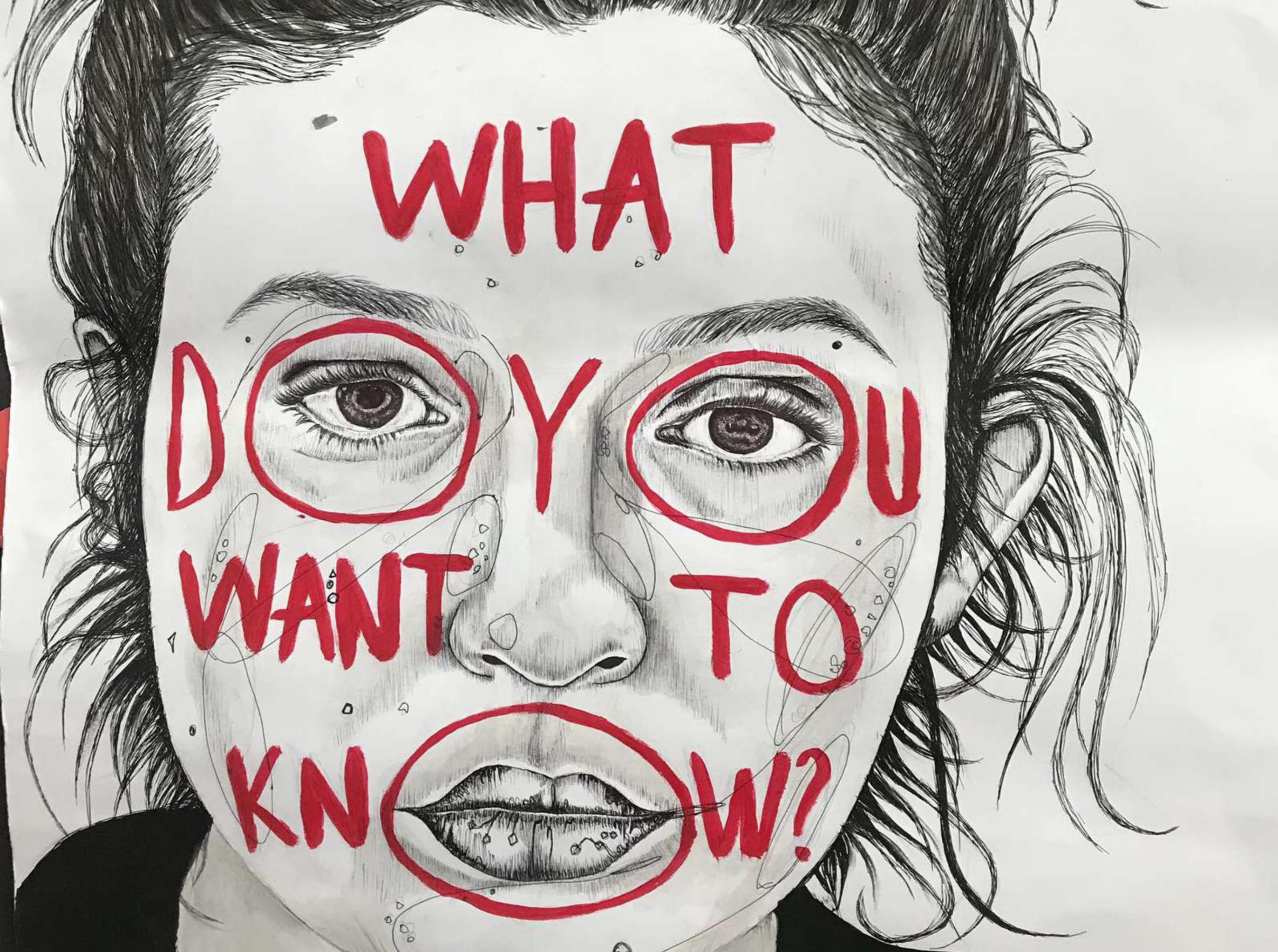
**WHO ARE YOU?**

WHAT

DO YOU

WANT TO

KNOW?







Cosa ti  
porta qui?

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



**2 minuti di orologio a coppie**

Cosa ho apprezzato di più?

Cosa mi è venuto in mente rispetto al mio lavoro?

C'è qualcosa che vorrei provare a fare, di più o di meno o di diverso?

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Indice

- come nasce la psicoterapia
- struttura di una psicoterapia
- psicoterapia come scienza applicata
- **Psicologia cognitivo e comportamentale (CBP)**
  - epistemologia
  - oggetto di studio: interazione uomo-contesto
  - comportamenti, motivazione, contesto
  - forma e funzione del comportamento
  - funzione degli stimoli
  - processi, paradigmi, principi e procedure
  - processi/dimensioni, sistemi e livelli (EEMM)
- 3 generazioni della CBT e CBT process-based
- Cosa vuol dire evidence-based
- Aspetti clinici della CBT: scopo, struttura, relazione
- Percorso di formazione e standard

# dove e come nasce il bisogno della psicoterapia

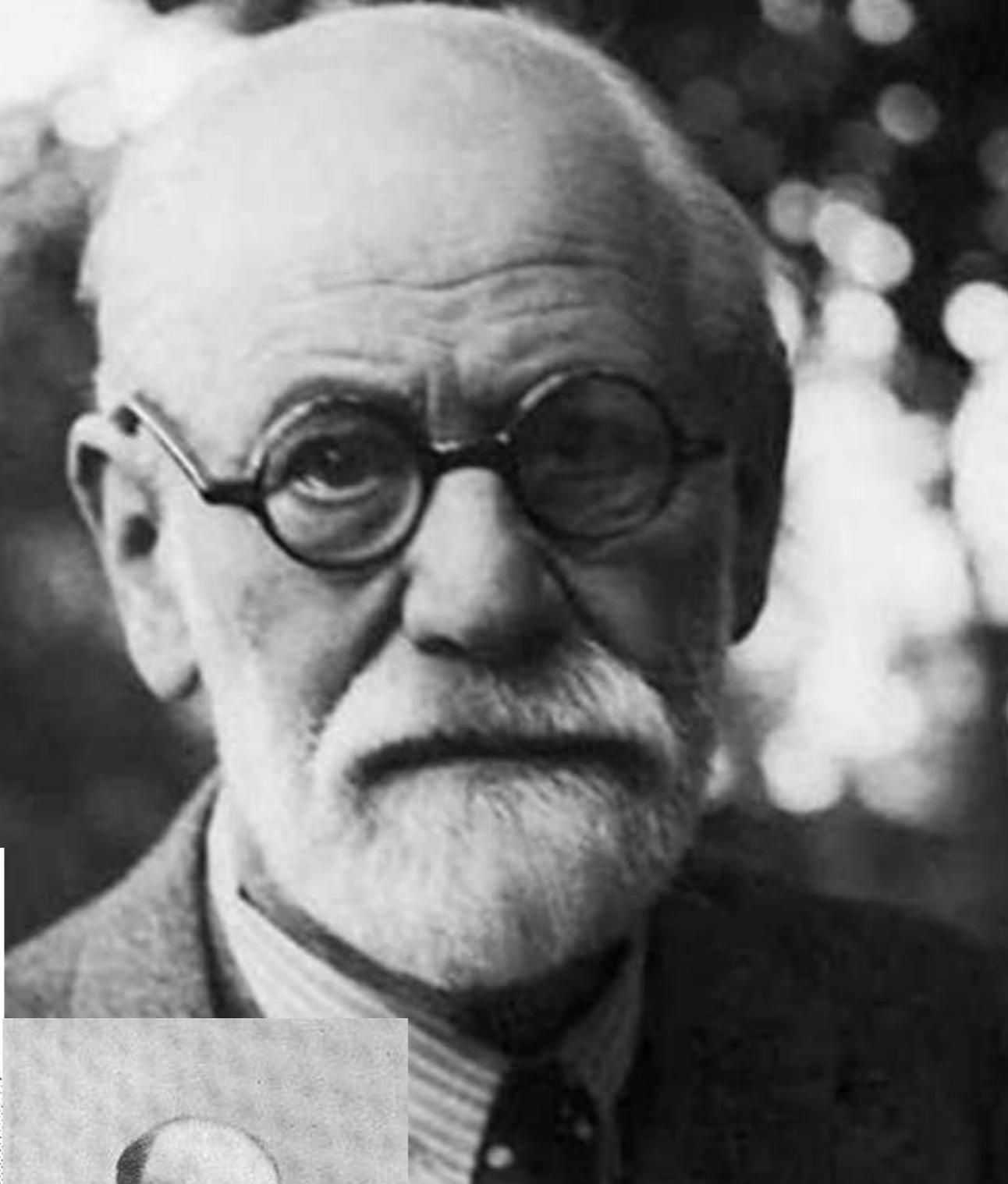
---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



uto Tolman



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# cosa caratterizza una psicoterapia

---

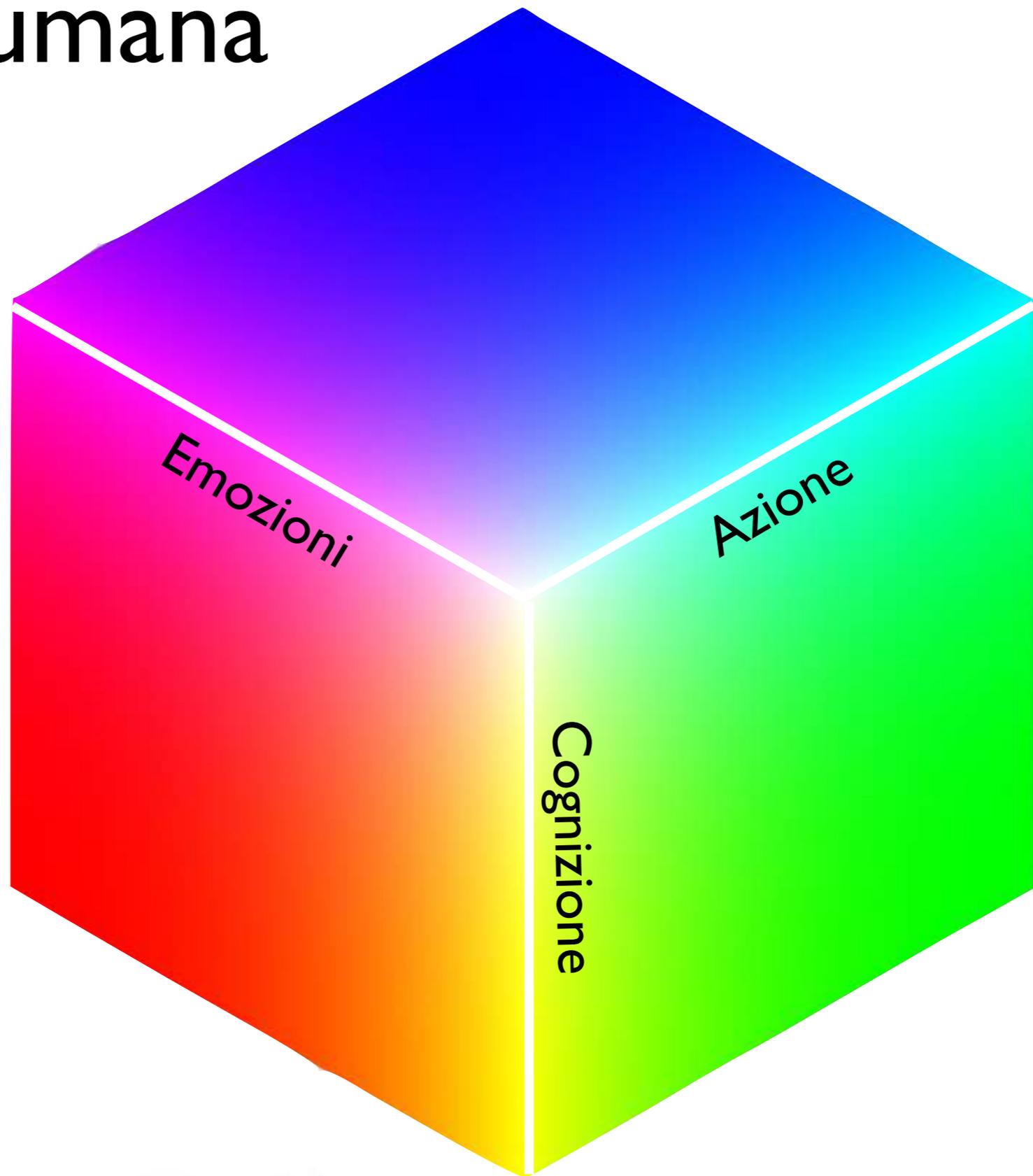
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# L'esperienza umana



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# ogni psicoterapia...



## solo alcune...

Valutazione effetti (outcome), identificano i processi di cambiamento, definiscono principi di base empiricamente supportati, valutano l'utilità clinica delle teorie, dei principi, delle procedure e dei training

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



## 2 minuti di orologio a coppie

Cosa ho apprezzato di più?

Cosa mi è venuto in mente rispetto al mio lavoro?

C'è qualcosa che vorrei provare a fare, di più o di meno o di diverso?

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# psicoterapia come scienza applicata

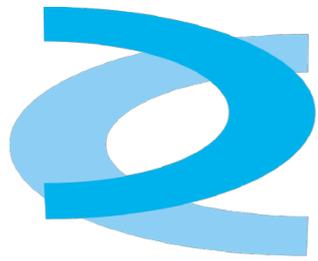
---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



ISTITUTO TOLMAN



# La Psicologia è una **Scienza**

per la comprensione delle interazioni tra l'uomo e il suo contesto

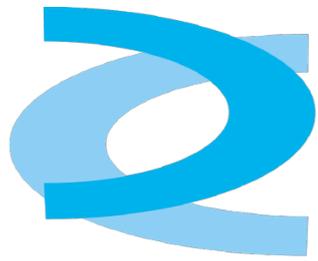
---

Istituto Tolman

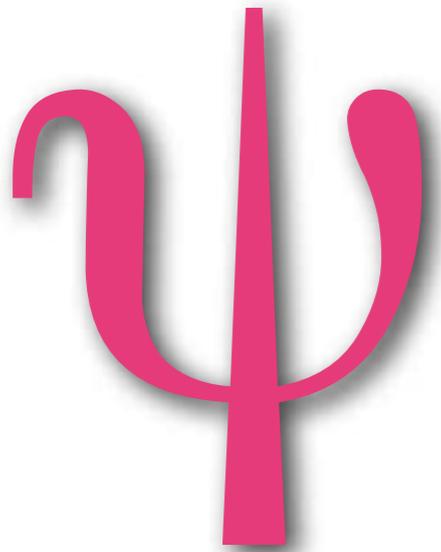
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



ISTITUTO TOLMAN



La Psicologia è una **Scienza**

per la comprensione delle interazioni tra l'uomo e il suo contesto

La Psicoterapia è **Scienza Applicata**

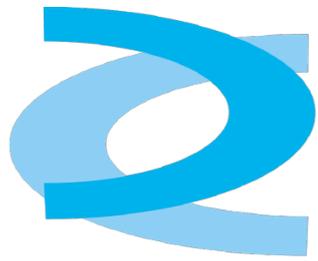
---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



ISTITUTO TOLMAN



La Psicologia è una **Scienza**

per la comprensione delle interazioni tra l'uomo e il suo contesto

La Psicoterapia è **Scienza Applicata**

e ha tra i suoi valori il **Servizio all'Uomo**

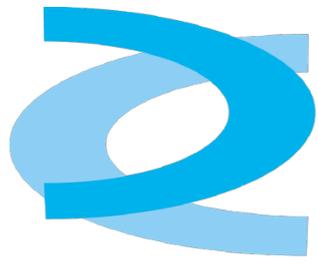
---

Istituto Tolman

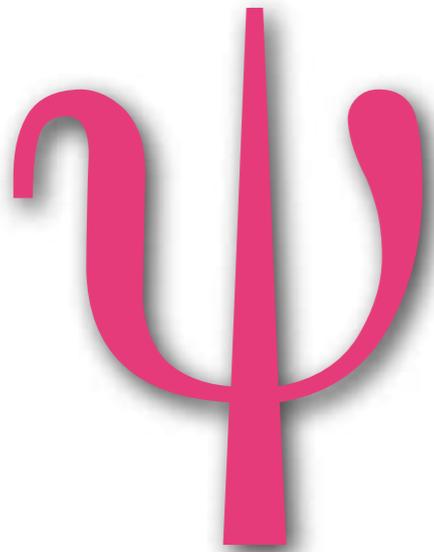
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



ISTITUTO TOLMAN



Art.3 Codice Deontologico degli Psicologi Italiani  
“Lo *psicologo* considera suo dovere accrescere le conoscenze  
sul *comportamento umano* per  
promuovere il *benessere psicologico* dell’individuo”

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Psicologia cognitivo e comportamentale (CBP)

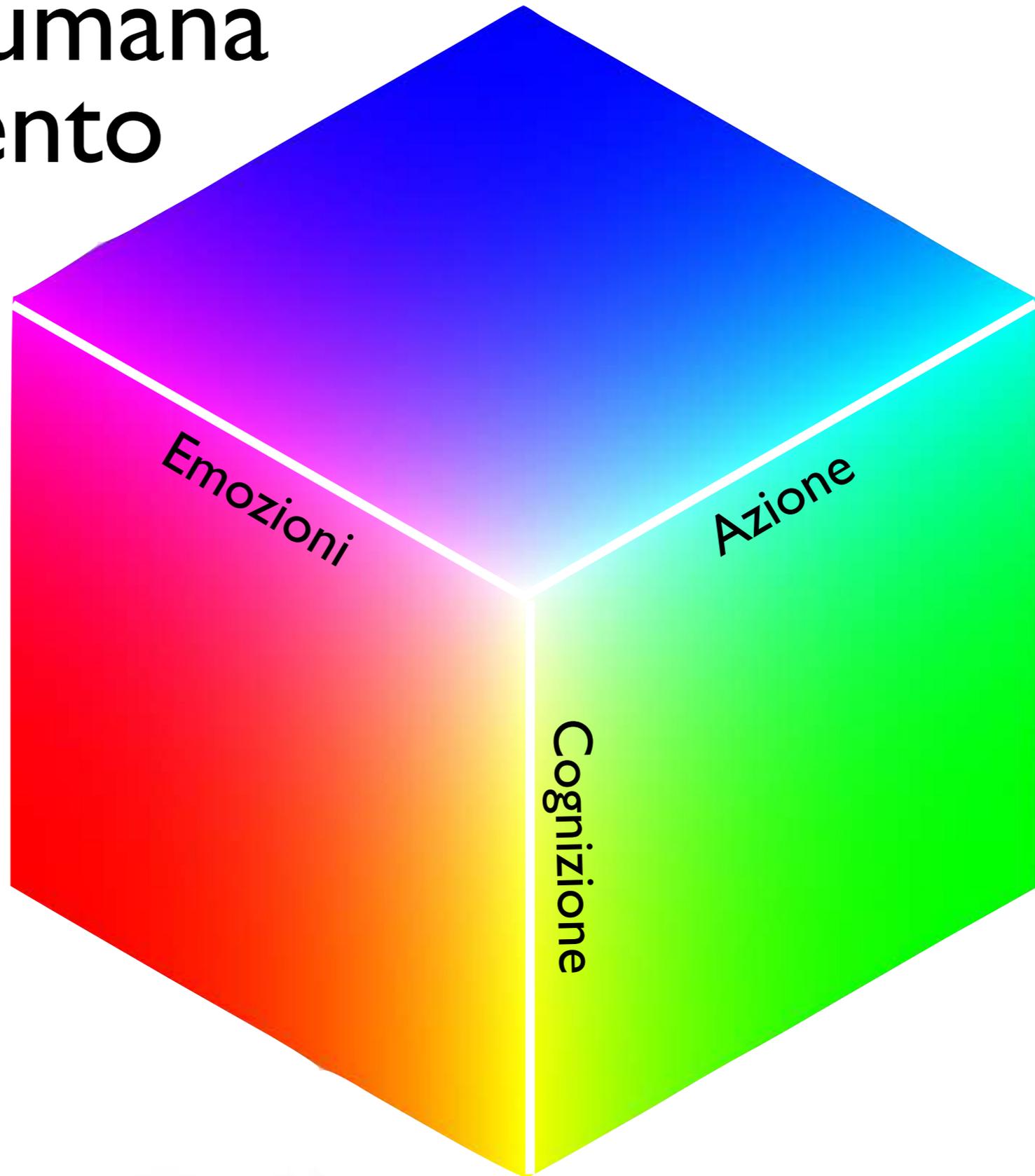
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# L'esperienza umana Comportamento



Istituto Tolman

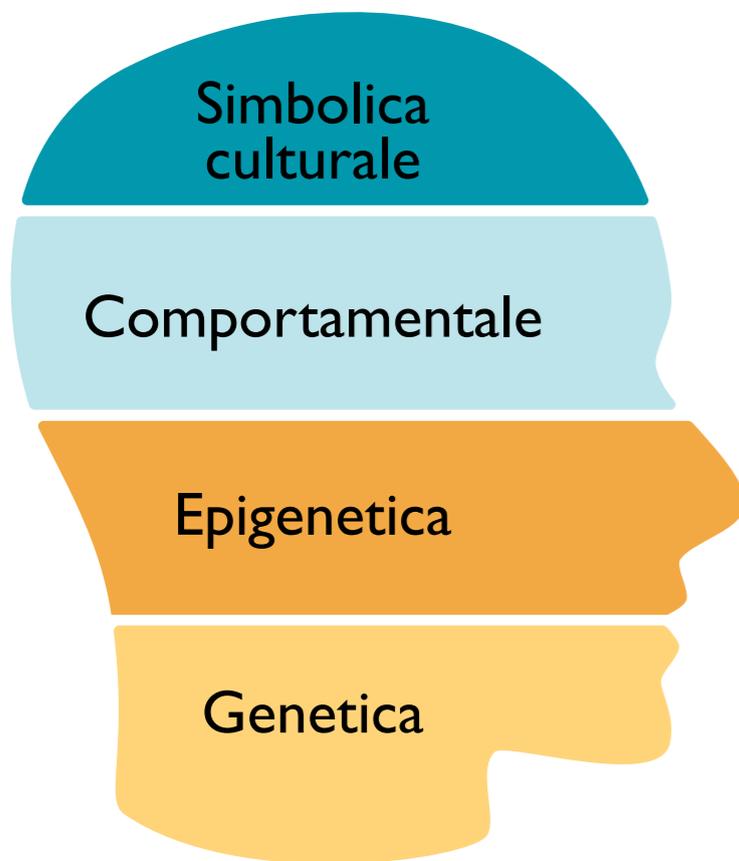
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Modello evolutivistico esteso

## Evoluzione in 4 dimensioni



Variazioni apprese per via simbolico verbale nel corso della vita e trasmissibili

Variazioni apprese per contingenza diretta o modellamento nel corso della vita e trasmissibili

Variazioni del fenotipo ereditate nel corso delle generazioni

Variazioni del genotipo ereditate nel corso della specie

Jablonka & Lamb (2005).  
*Evolution in four dimensions*.  
Cambridge: MIT Press.

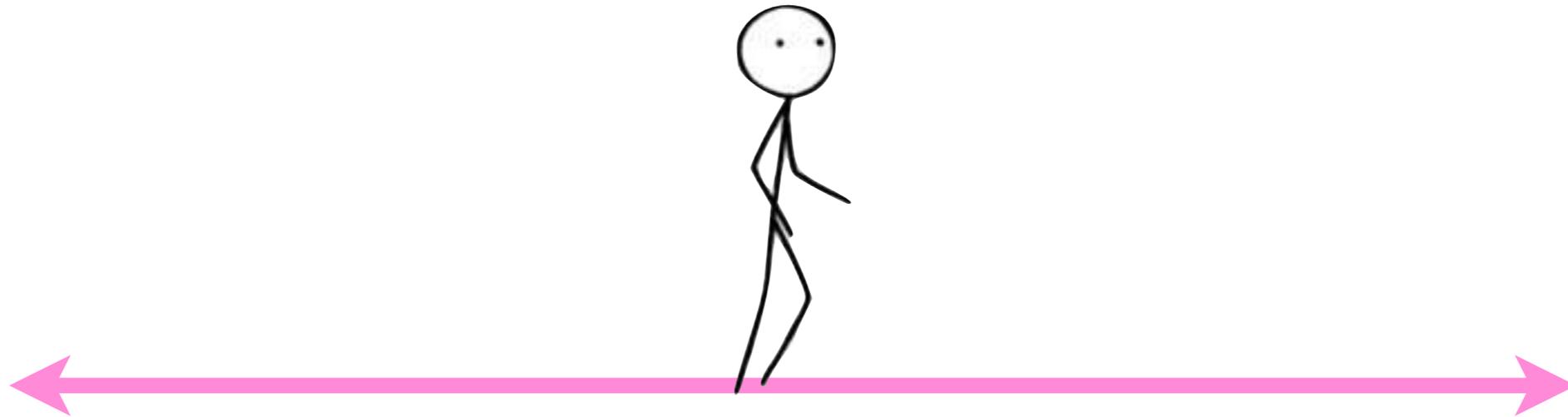
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?



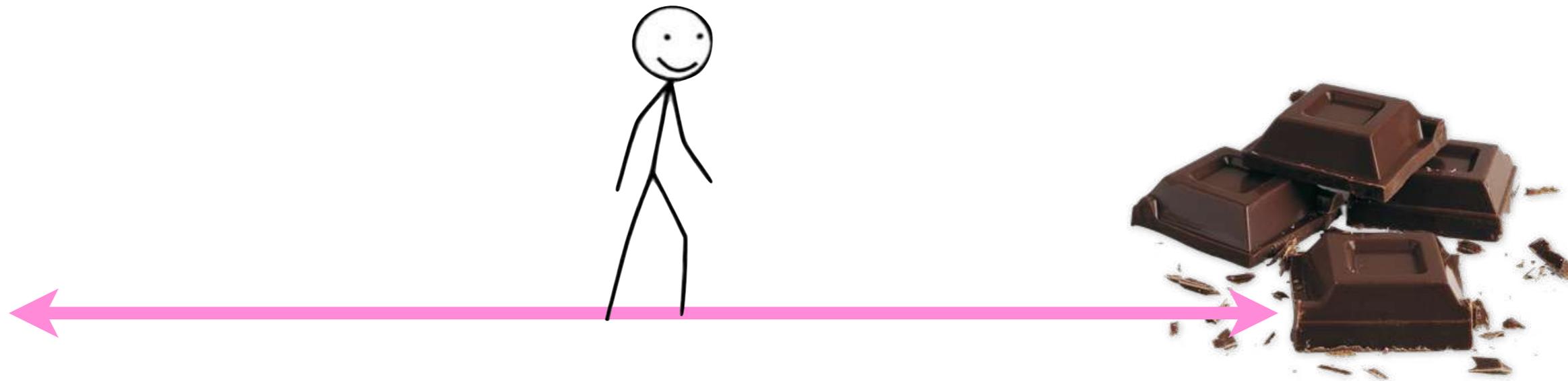
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?



Istituto Tolman

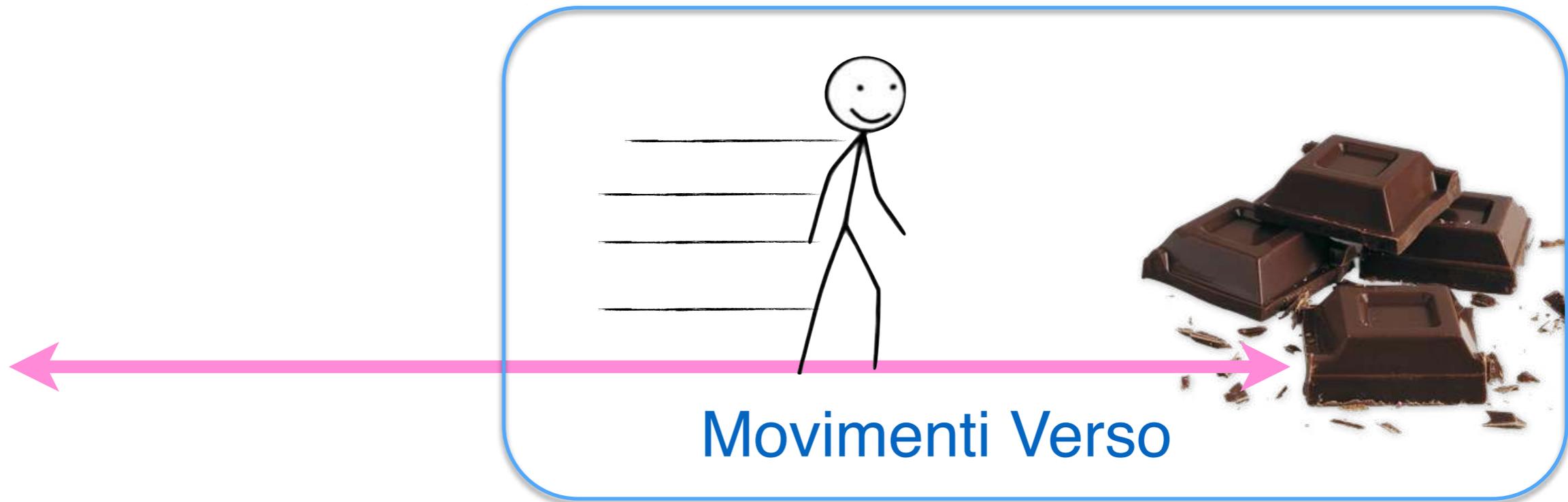
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?

in contesto motivante appetitivo



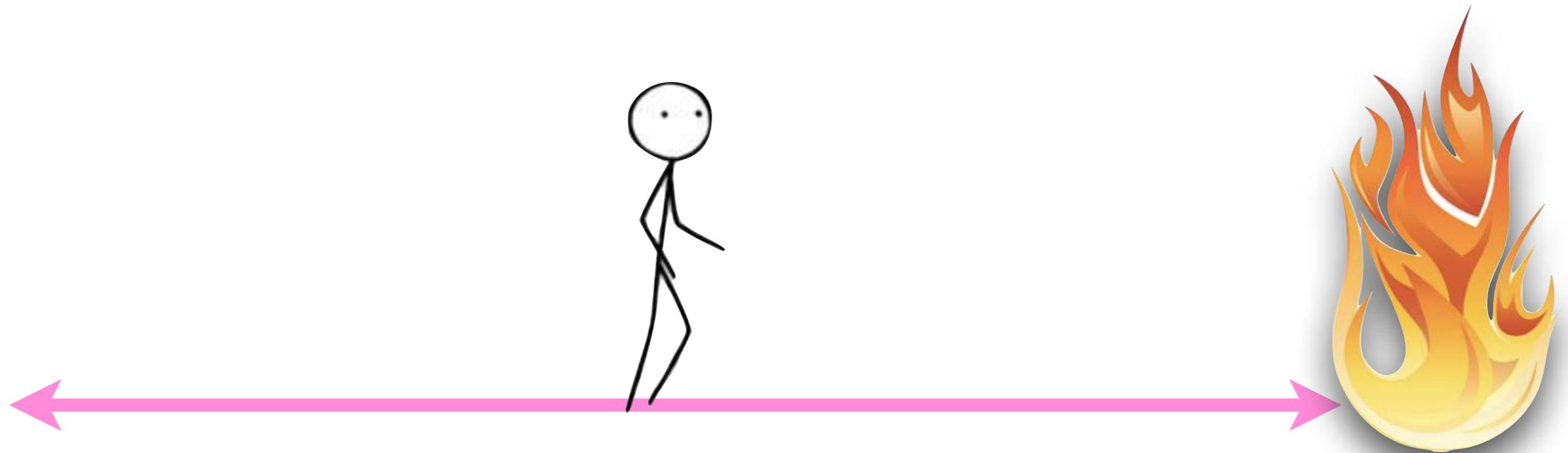
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?



# Cosa muove l'uomo?

in contesto motivante aversivo



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?

Sollievo



Movimenti Via da

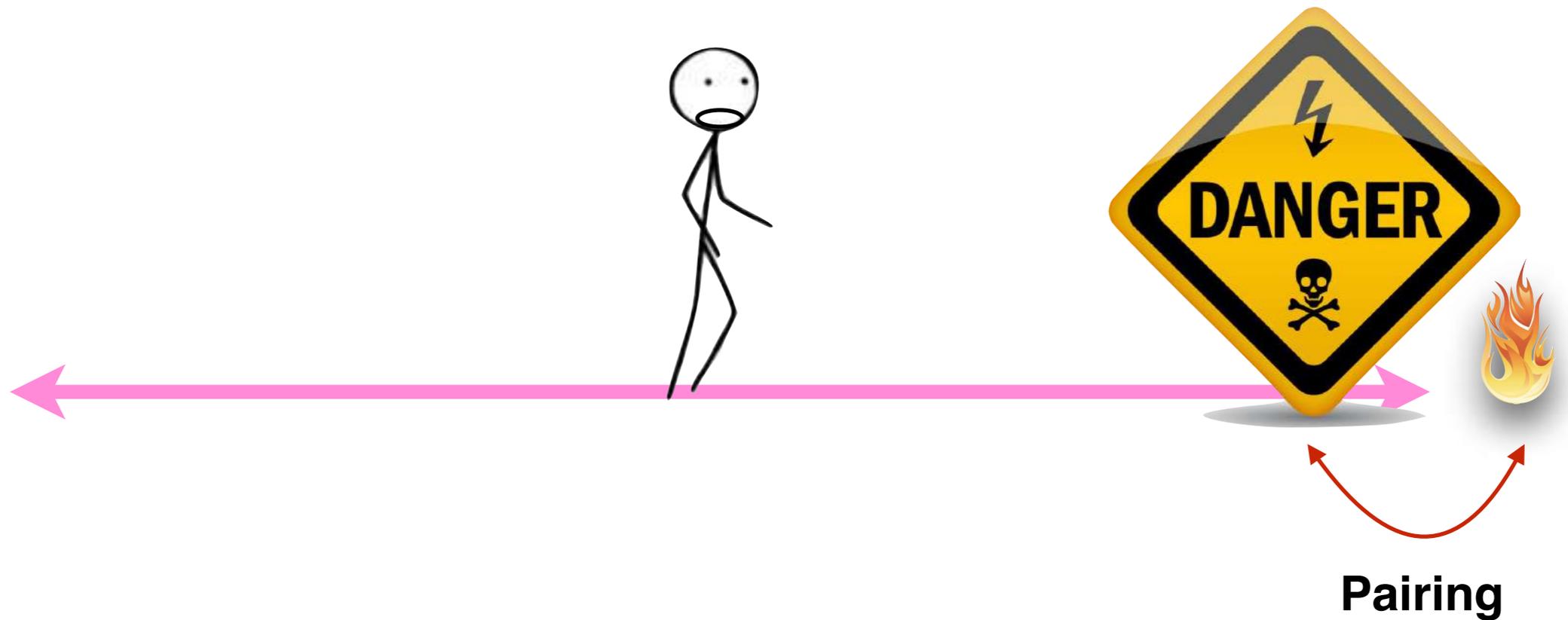
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?



Istituto Tolman

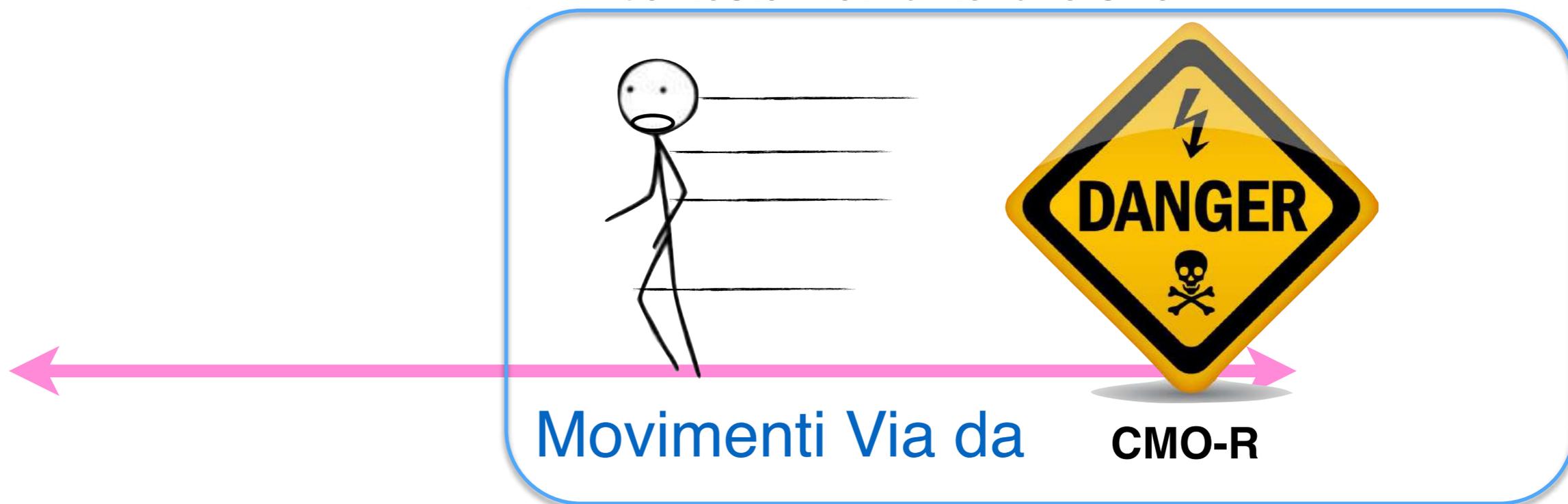
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?

in contesto motivante aversivo



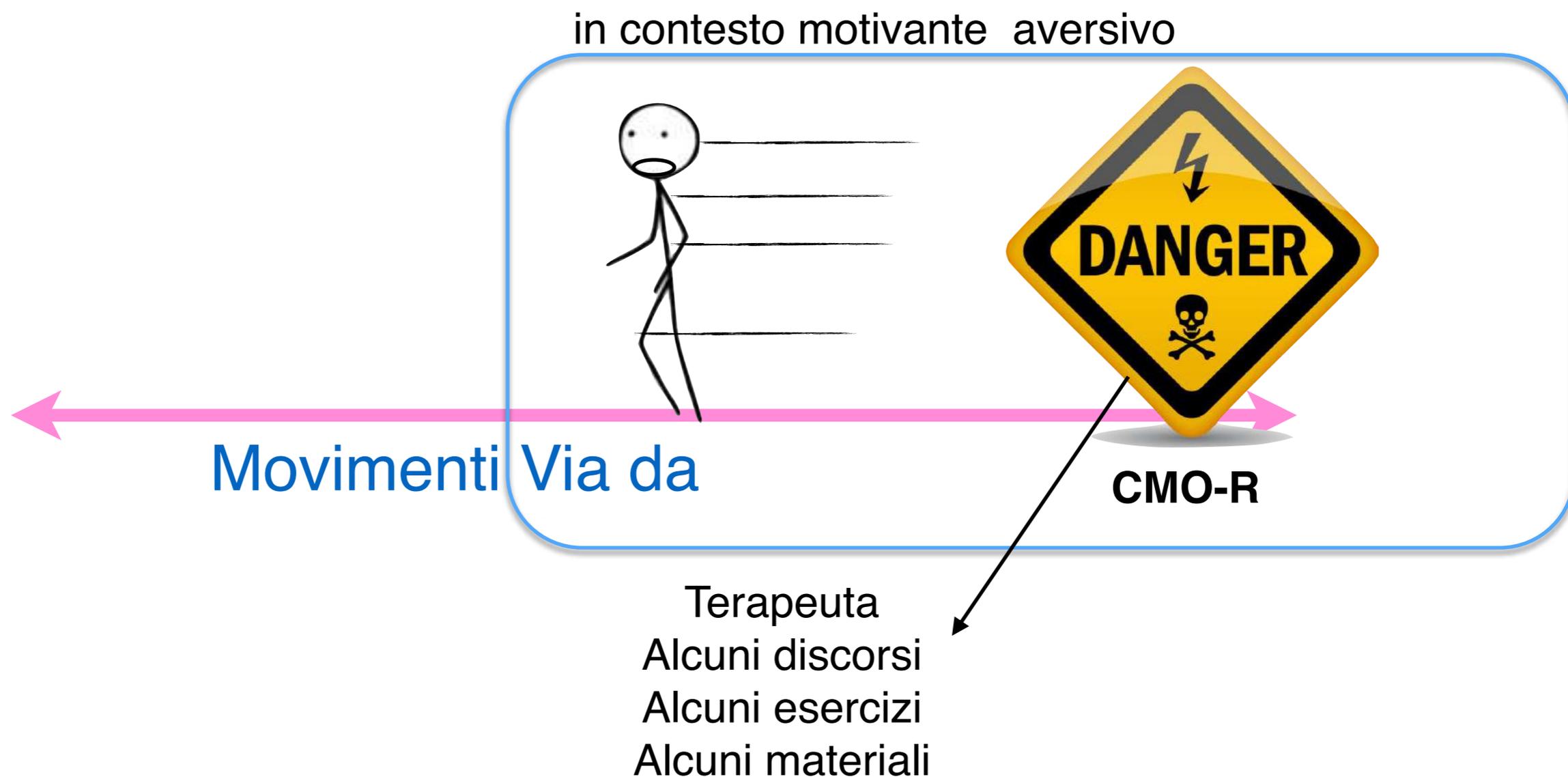
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?



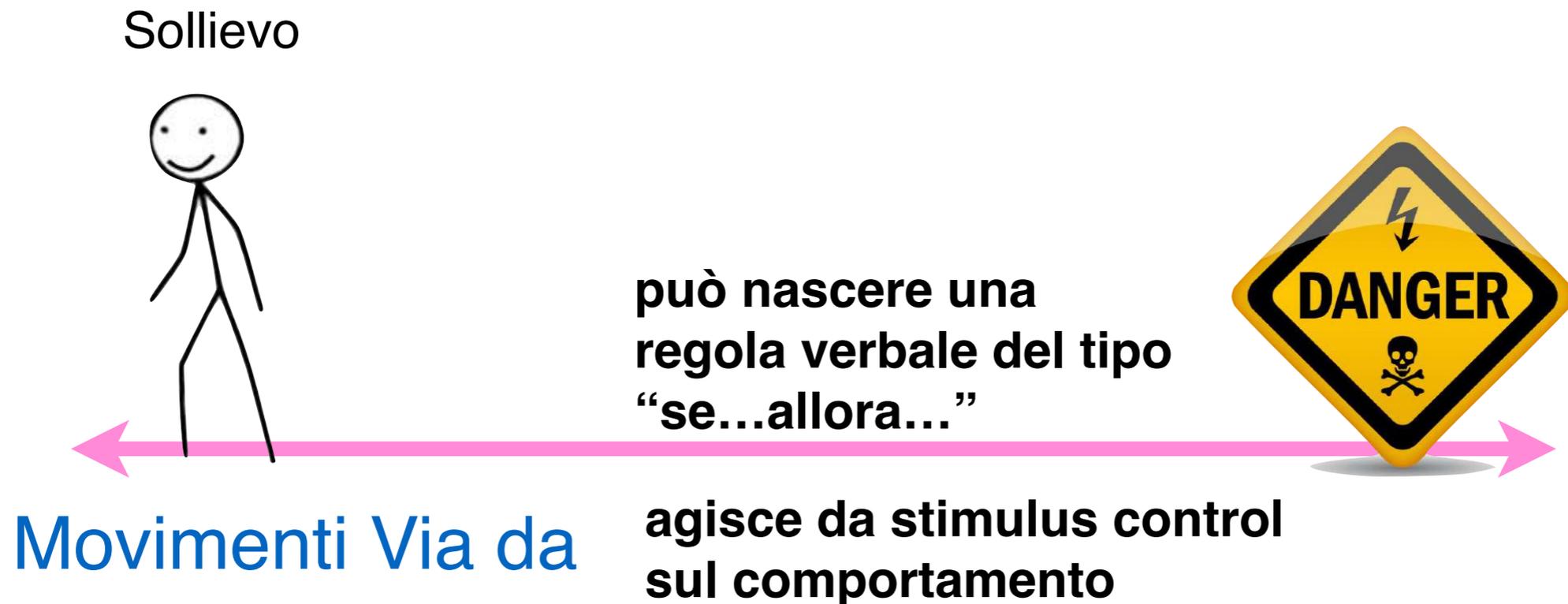
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

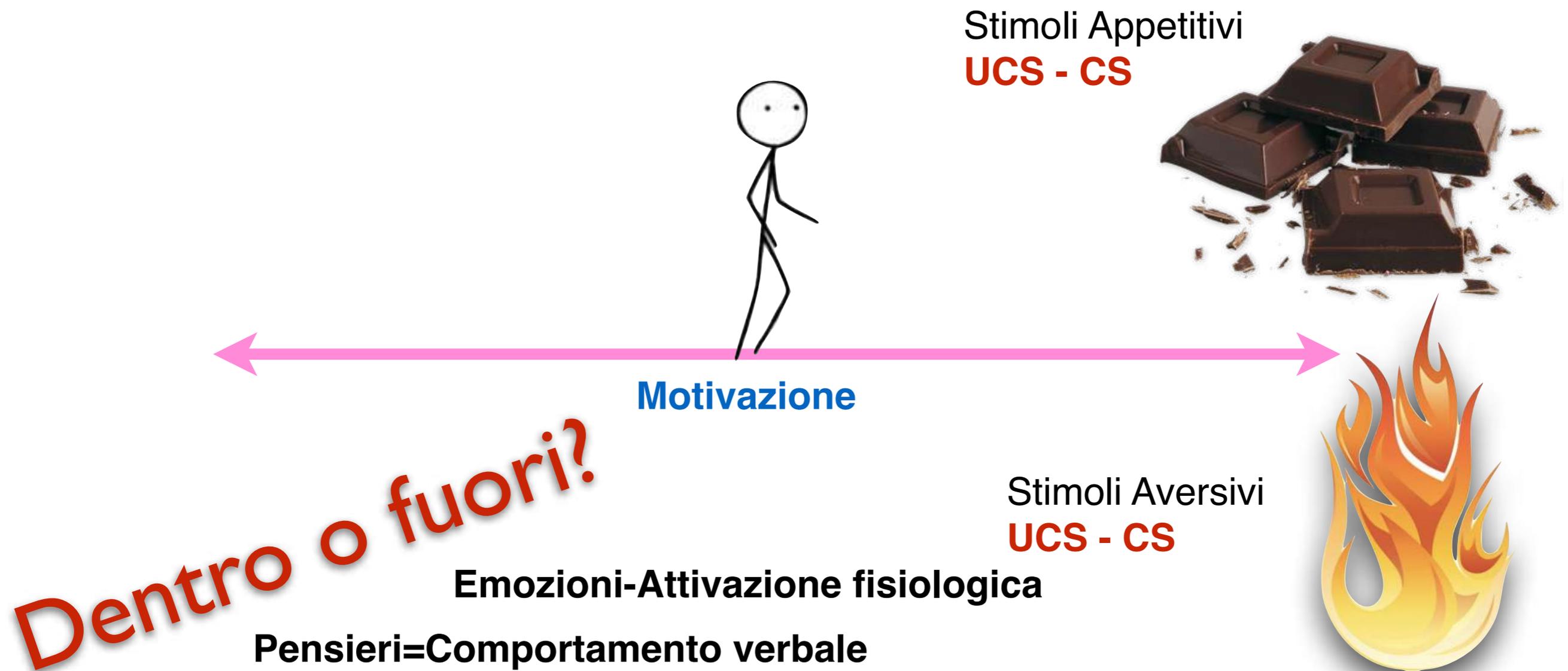
# Cosa muove l'uomo? ...effetti collaterali del linguaggio...



# Cosa muove l'uomo?



# Cosa muove l'uomo?



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa muove l'uomo?

Stimoli Appetitivi  
UCS - CS



Motivazione  
MO

Condizioni contestuali  
SD / Sdelta

A

Regole  
guidano il comport.  
in base all'esperienza

B

C

SR+, SR-, SP+, SP-  
UCS - CS



Stimoli Aversivi  
UCS - CS



Istituto Tolman



# Cosa motiva l'uomo

bisogni, operazioni motivazionali, valori,  
rinforzatori

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa motiva l'uomo...

## bisogni e operazioni motivazionali (OM)

OM incondizionate (UMOs) riguardano

- bisogno di ossigeno
- soddisfare fame e sete
- bisogno di dormire
- bisogno di un'adeguata temperatura
- bisogno di far cessare stimolazione dolorosa
- bisogno di un'adeguata stimolazione sessuale

# Cosa motiva l'uomo...

## bisogni e operazioni motivazionali (OM)

OM incondizionate (UMOs) riguardano  
bisogno di ossigeno  
soddisfare fame e sete  
bisogno di dormire  
bisogno di un'adeguata temperatura  
bisogno di far cessare stimolazione dolorosa  
bisogno di un'adeguata stimolazione sessuale

OM condizionate (CMOs)  
riguardano bisogno secondari

condizioni di deprivazione e di saturazione

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



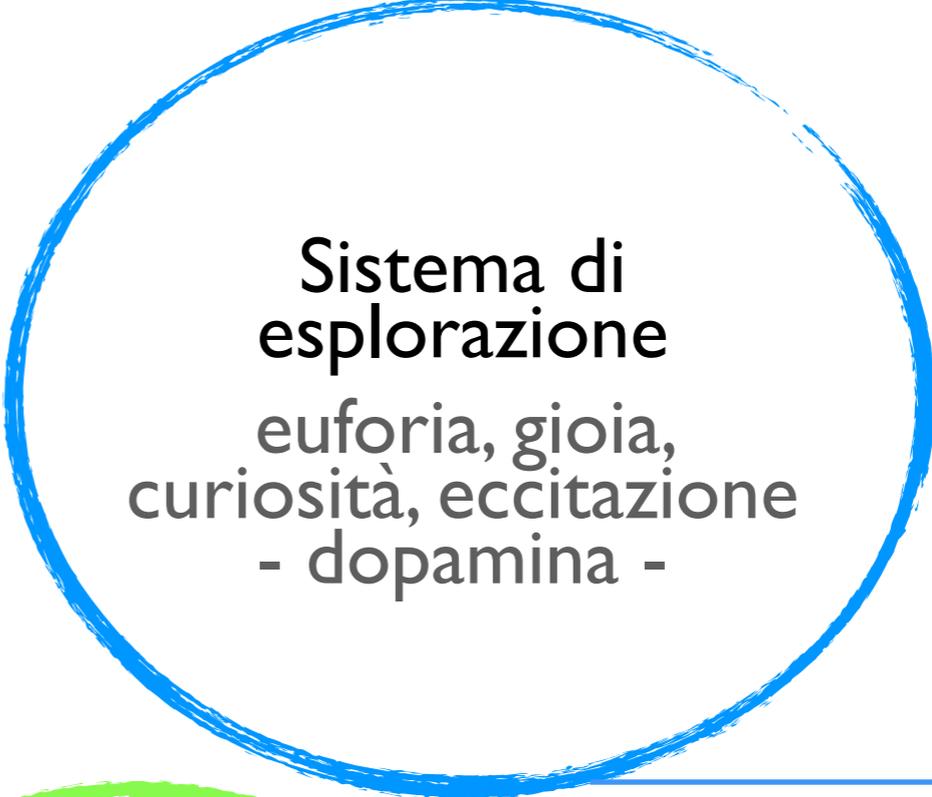
dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Sistemi motivazionali

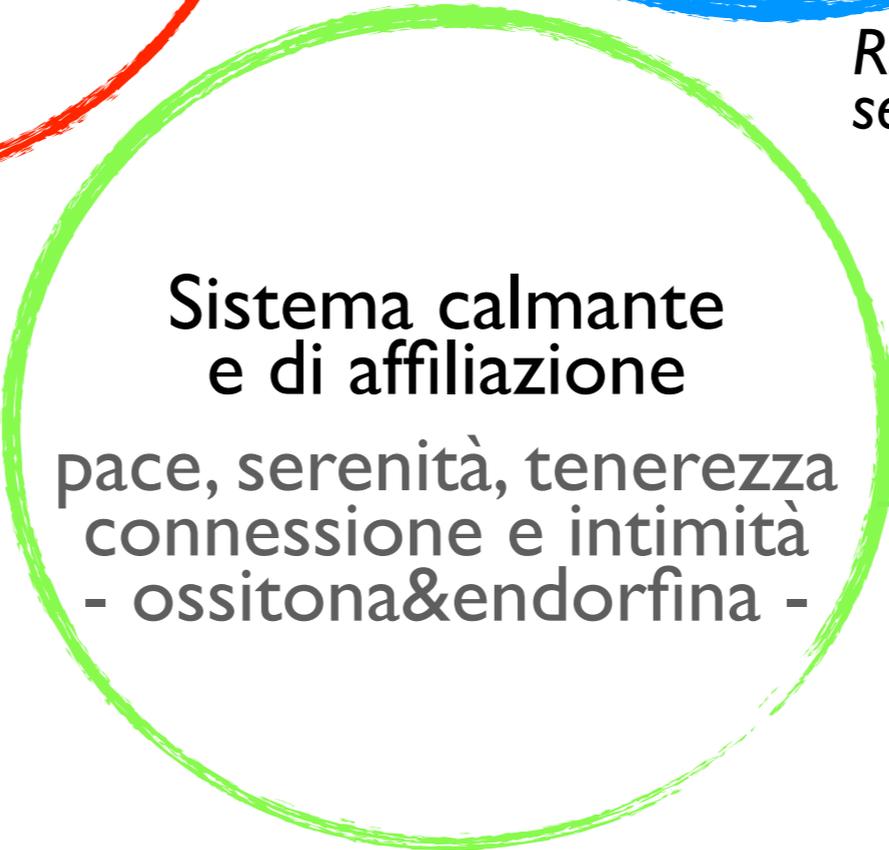
psicologia dell'evoluzione e CFT



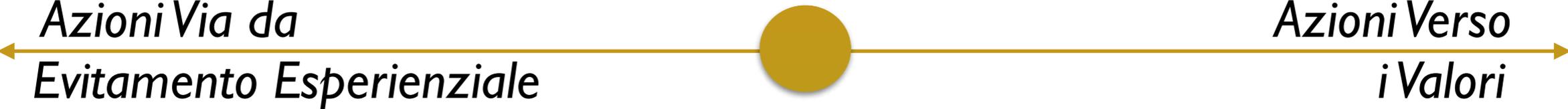
*Freezing, Fuga/evitamento,  
Attacco, Rimuginio  
Soppressione, Distrazione,  
Dissociazione*



*Ricerca di novità, gratificazioni,  
sensazioni, perseguire obiettivi*

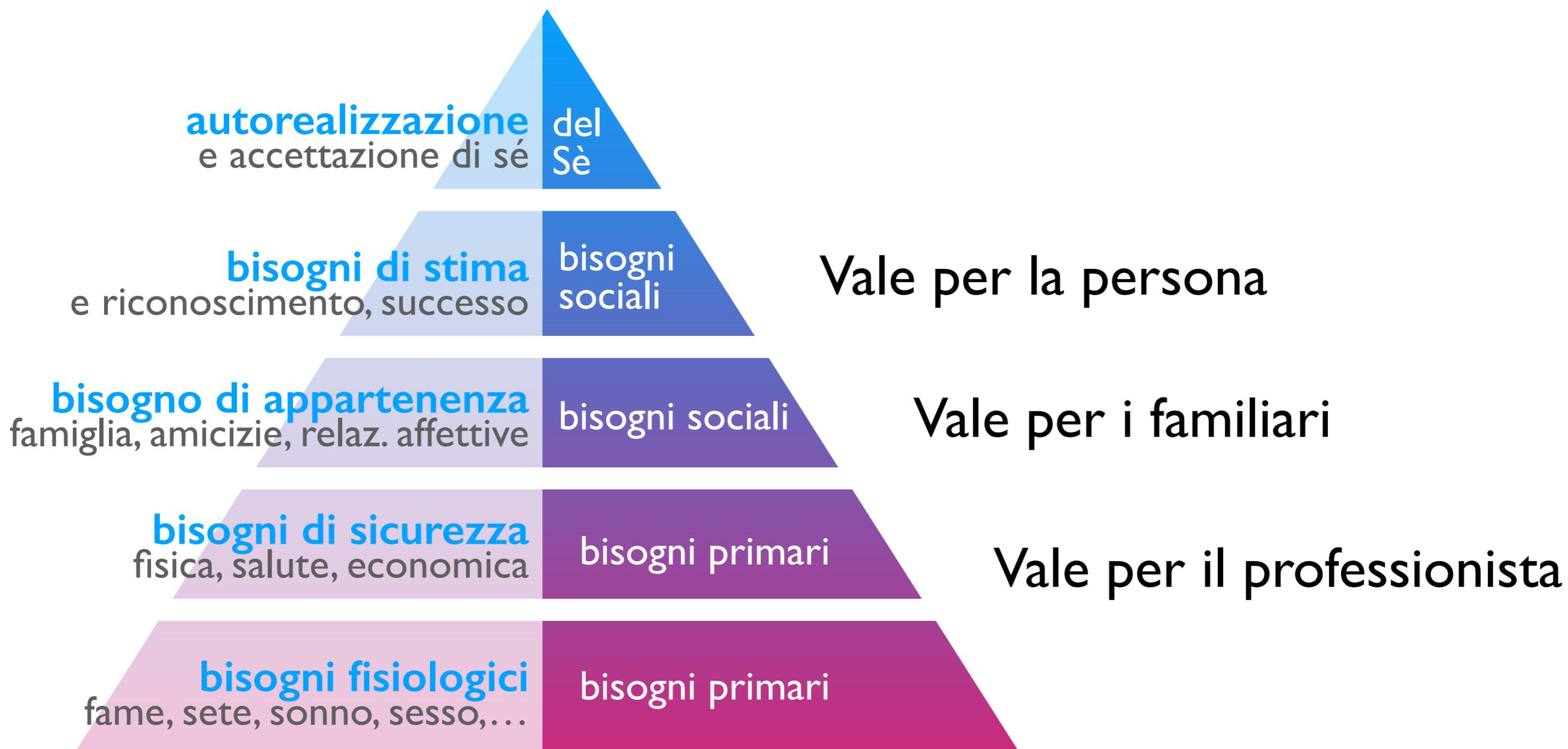


*Ricerca di accudimento,  
pace, calma,  
intimità, connessione,  
appartenenza*



# Considerare i bisogni per comprendere azioni via da e verso

(Maslow, 1943)



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Considerare i bisogni per comprendere azioni via da e verso

(Hayes, 2019)

**Desiderio di orientarsi**  
vs essere nel passato/futuro

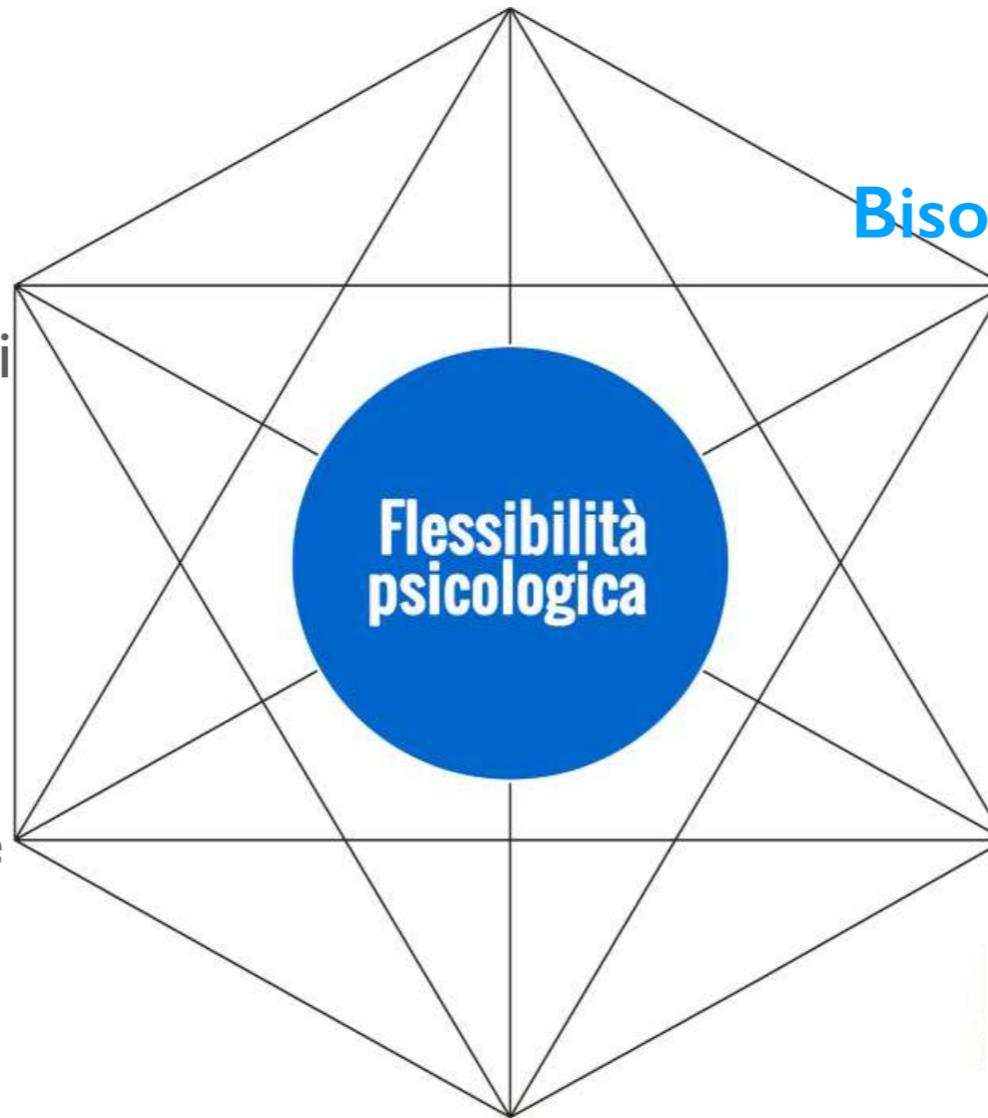
**Desiderio di Sentire**  
dissociarsi/distaccarsi,  
ricerca eccessiva di sensazioni

**Bisogno di autodeterminazione**  
perdita di senso e scopo  
percezione di scarso o  
eccessivo controllo

**Desiderio di Coerenza**  
perdita di senso, regole rigide

**Desiderio di Competenza**  
evitare fallimento, impulsività,  
perfezionismo

**Desiderio di appartenenza a un gruppo e sicurezza**  
adesione totale, autocritica e ritiro



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Considerare i bisogni degli attori coinvolti aiuta a comprendere azioni via da (sotto controllo aversivo) e verso (sotto controllo appetitivo)

Bisogni emotivi universali secondo la Schema therapy

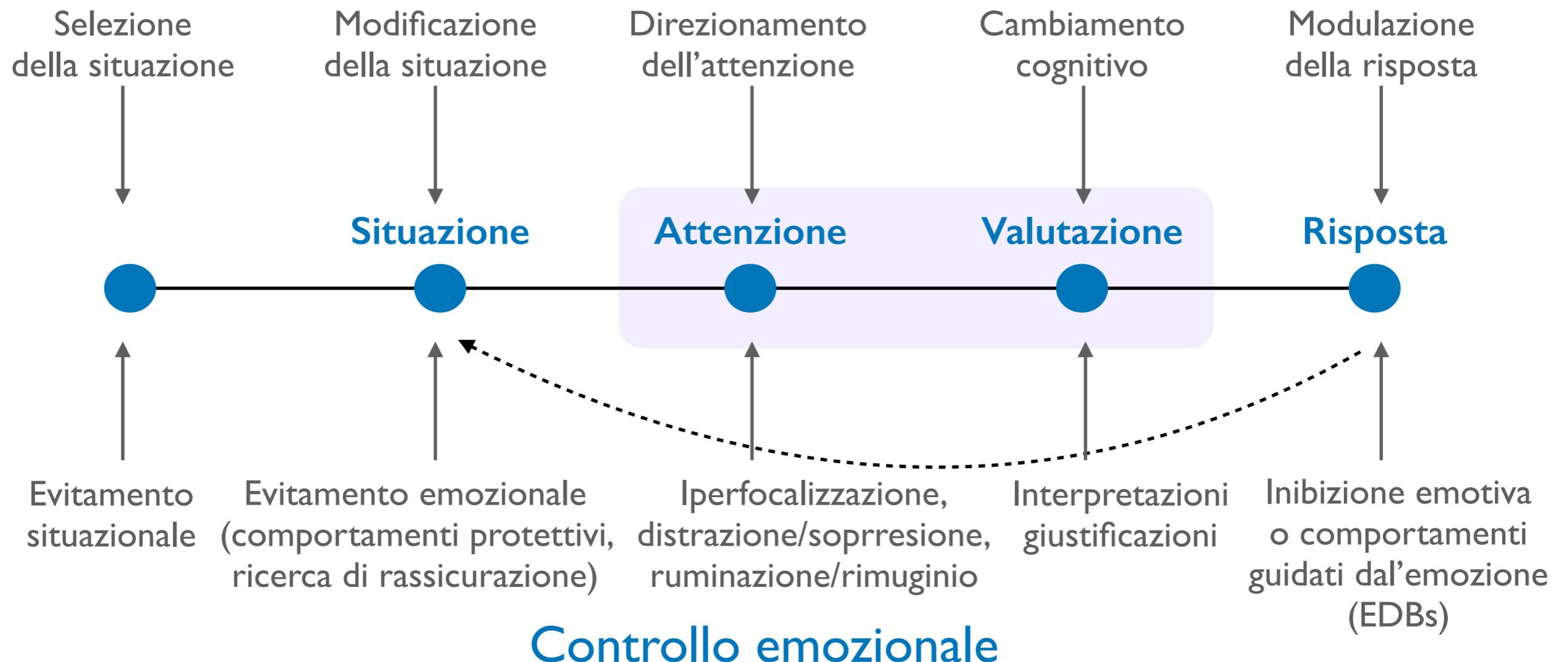
Il soddisfacimento adeguato di questi bisogni favorisce un equilibrio psicologico:

- a) i bisogni di sicurezza, stabilità, cura e accettazione;
- b) i bisogni di autonomia, abilità e senso d'identità;
- c) il bisogno di essere liberi di esprimere le proprie esigenze ed emozioni;
- d) il bisogno di spontaneità e gioco;
- e) il bisogno di limiti realistici che favoriscano l'emergere dell'auto-controllo.

# Modello di regolazione delle emozioni

(Gross, 2011)

## Strategie di regolazione



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# Focus sui Valori personali

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Esperienza con i 5 sensi

Azioni Via da

Azioni Verso

Notare e Scegliere



Chi o cosa è importante per me

## Esperienza interne

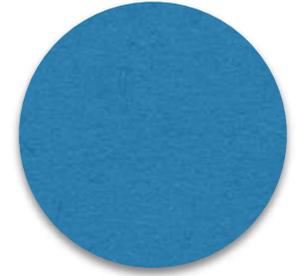
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Come conosciamo la **Persona** di fronte a noi?



grazie a dei modelli teorici  
di una **Scienza**

attraverso  
la **Relazione**

per osservare e influenzare  
**Repertori di comportamento**



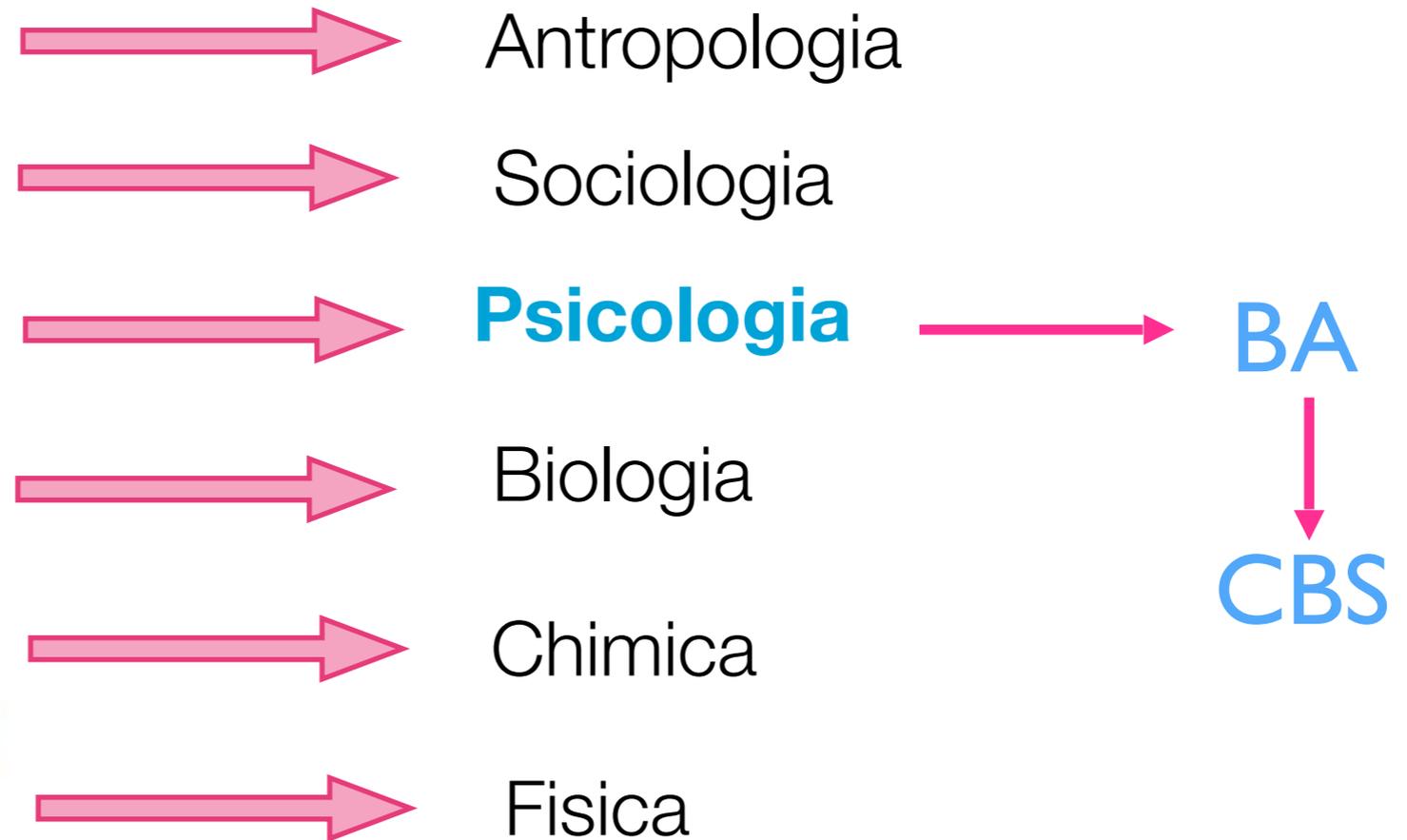
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Livelli di analisi



Quale livello scegliere per l'analisi dipende dallo **scopo** dell'analisi e dagli **effetti** che si intendono produrre.

# Visioni del mondo e epistemologia



---

Nicola Lo Savio  
Logo-Psicoterapeuta

# Contestualismo Funzionale

(Hayes, Hayes, Reese, 1988)

**Anche ciò che  
apparentemente non ha senso**

# Contestualismo Funzionale

(Hayes, Hayes, Reese, 1988)

Prende senso nell'interazione con il Contesto

Sedia Mutilata (Berset, 1997)  
Piazza delle Nazioni - Ginevra



# Contestualismo Funzionale

(Hayes, Hayes, Reese, 1988)



1. Qualsiasi comportamento può essere compreso solo nell'**interazione** con il contesto.
2. Il criterio di verità è pragmatico: se la mia azione ha un **effetto** è vera (funziona) in quel contesto.
3. Lo scopo del CF è **predire e influenzare** il comportamento per alleviare la sofferenza umana e promuovere il benessere (muoversi verso i propri **valori**)

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Scienze Cognitive e Comportamentali



Psi. generale  
Psi. dello sviluppo

Biologia

Psi. sociale  
Metodologia della ricerca

Psico-Neuro-fisiologia

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Scienze Cognitive e Comportamentali



Analisi del  
Comportamento

CBT 1G (generazione)  
ABA di 1G (generazione)  
applicazione alla disabilità

Psi. generale  
Psi. dello sviluppo

Psi. sociale  
Metodologia della ricerca

Biologia

Psico-Neuro-fisiologia

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale

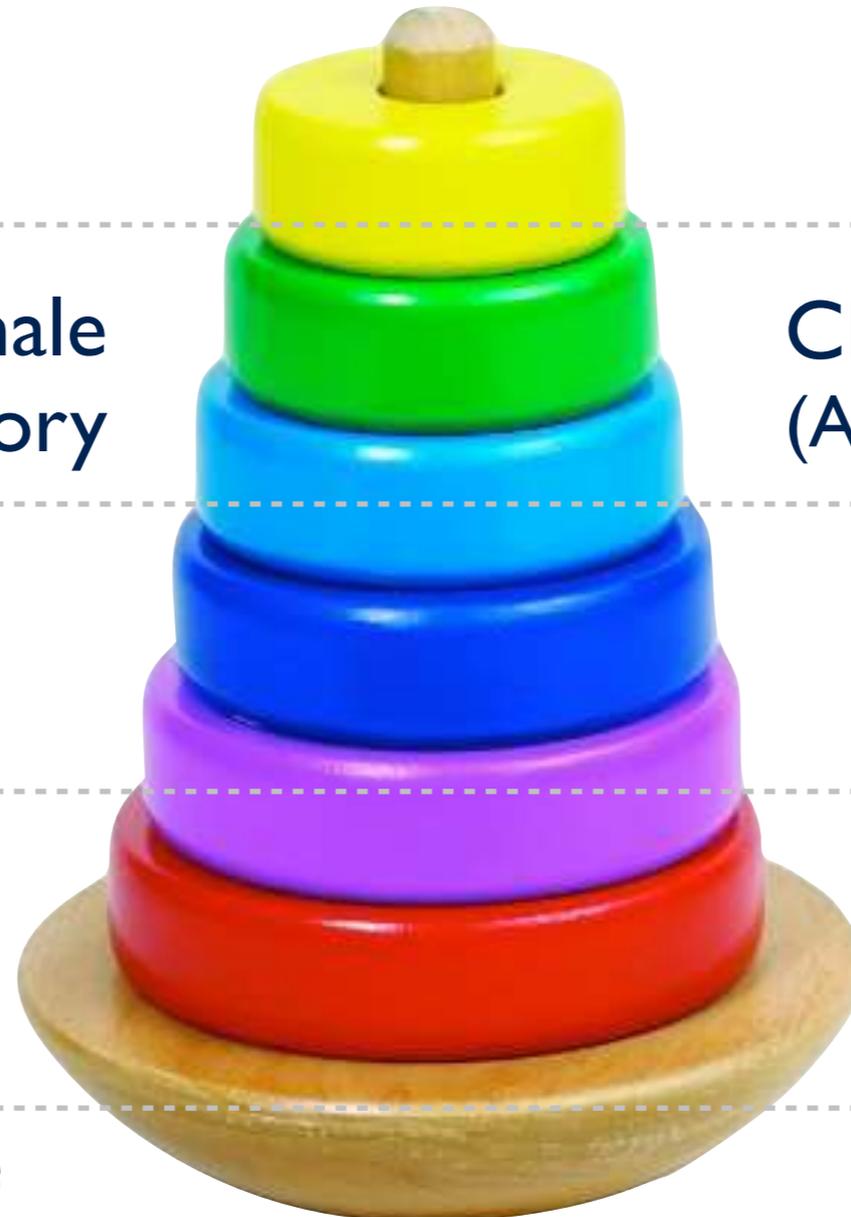


dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Scienze Cognitive e Comportamentali



# Scienze Cognitive e Comportamentali



Contestualismo Funzionale  
Relational Frame Theory

CBT di 3G  
(ACT, DBT, FAP, BA... MCT)

Psicologia Cognitiva  
e modello HIP  
(influenze dalla psicanalisi)

CBT di 2G (REBT e CBT)

Analisi del  
Comportamento

CBT 1G (generazione)  
ABA di 1G (generazione)  
applicazione alla disabilità

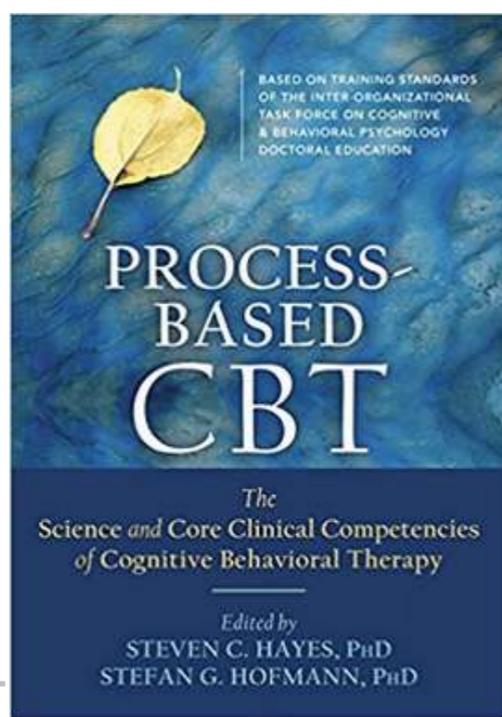
Psi. generale  
Psi. dello sviluppo

Psi. sociale  
Metodologia della ricerca

Biologia

Psico-Neuro-fisiologia

Istituto Tolman



# Cognitive e Comportamentali

**CBT basata sui processi**  
(Hayes&Hofmann, 2018)



Contestualismo Funzionale  
Relational Frame Theory

CBT di 3G  
(ACT, DBT, FAP, BA... MCT)  
ABA di 2G

Psicologia Cognitiva  
e modello HIP

CBT di 2G (REBT e CBT)

Analisi del  
Comportamento

CBT 1G (generazione)  
ABA di 1G (generazione)  
applicazione alla disabilità

Psi. generale  
Psi. dello sviluppo

Psi. sociale  
Metodologia della ricerca

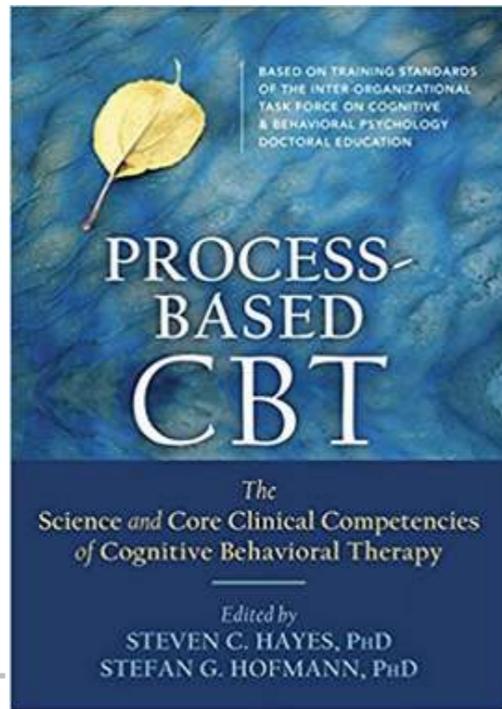
Psico-Neuro-fisiologia

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# Cognitive e Comportamentali

CBT basata sui processi  
(Hayes&Hofmann, 2018)

Contestualismo Funzionale  
Relational Frame Theory

Psicologia Cognitiva  
e modello RIP

Analisi del  
Comportamento

Psi. generale  
Psi. dello sviluppo

Biologia

Psico-Neuro-fisiologia

Psi. sociale  
Metodologia della ricerca

CBT di 3G  
(ACT, DBT, PAP, BA... MCT)  
ABA di 2G

CBT di 2G (REBT e CBT)

CBT 1G (generazione)  
ABA di 1G (generazione)  
applicazione alla disabilità



# Framework Cognitivo Funzionale

(DeHouwer, Barnes Holmes 2018)

## Livello Funzionale (Contestualismo Funzionale)

**Cognizione, Emozioni e Azioni = Comportamenti**

posso comprendere il pensare e il provare emozioni  
come effetto dell'interazione con il contesto  
posso osservarlo in forma e funzione



## Livello Cognitivo

**Processamento di informazioni**

posso comprendere i meccanismi  
verbali/neurofisiologici attraverso i quali  
il contesto influenza il comportamento (HIP)

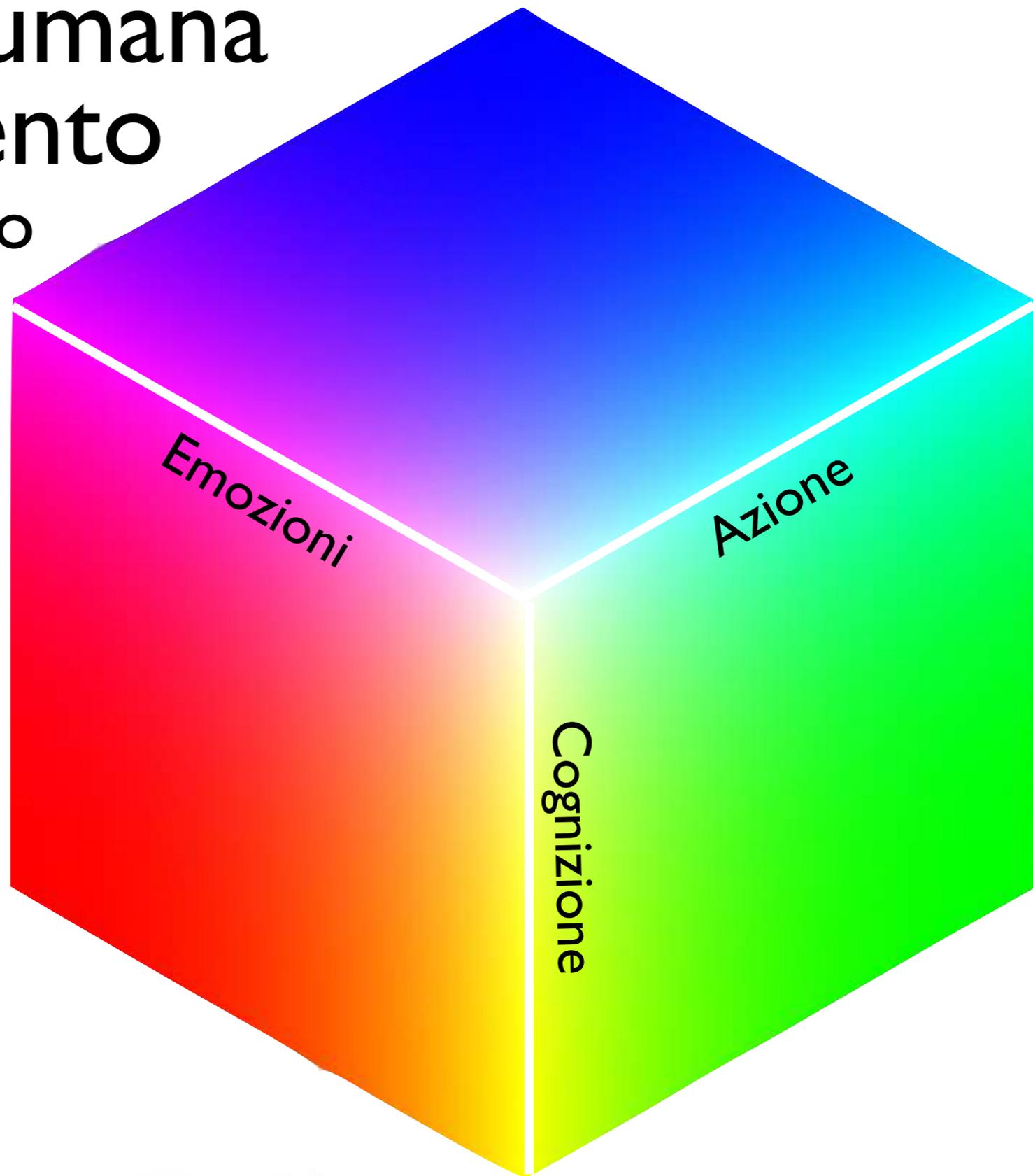
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# L'esperienza umana Comportamento l'oggetto di studio



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# L'oggetto di studio: il comportamento come interazione

una porzione dell'interazione tra l'organismo e il contesto  
frutto della storia interazionale  
con il contesto



Istituto Tolman

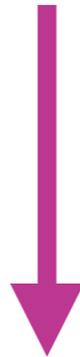
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Cosa è Comportamento?

***il Test del morto***  
***“se lo può fare un morto***  
***non è comportamento”***



***Operazionalizzare***



# L'oggetto di studio comportamenti = inter-azioni uomo-contesto



Tutto ciò che l'uomo  
pensa, prova e fa in interazione con il contesto  
(interno ed esterno).

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# L'oggetto di studio

comportamenti = inter-azioni uomo-contesto



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale

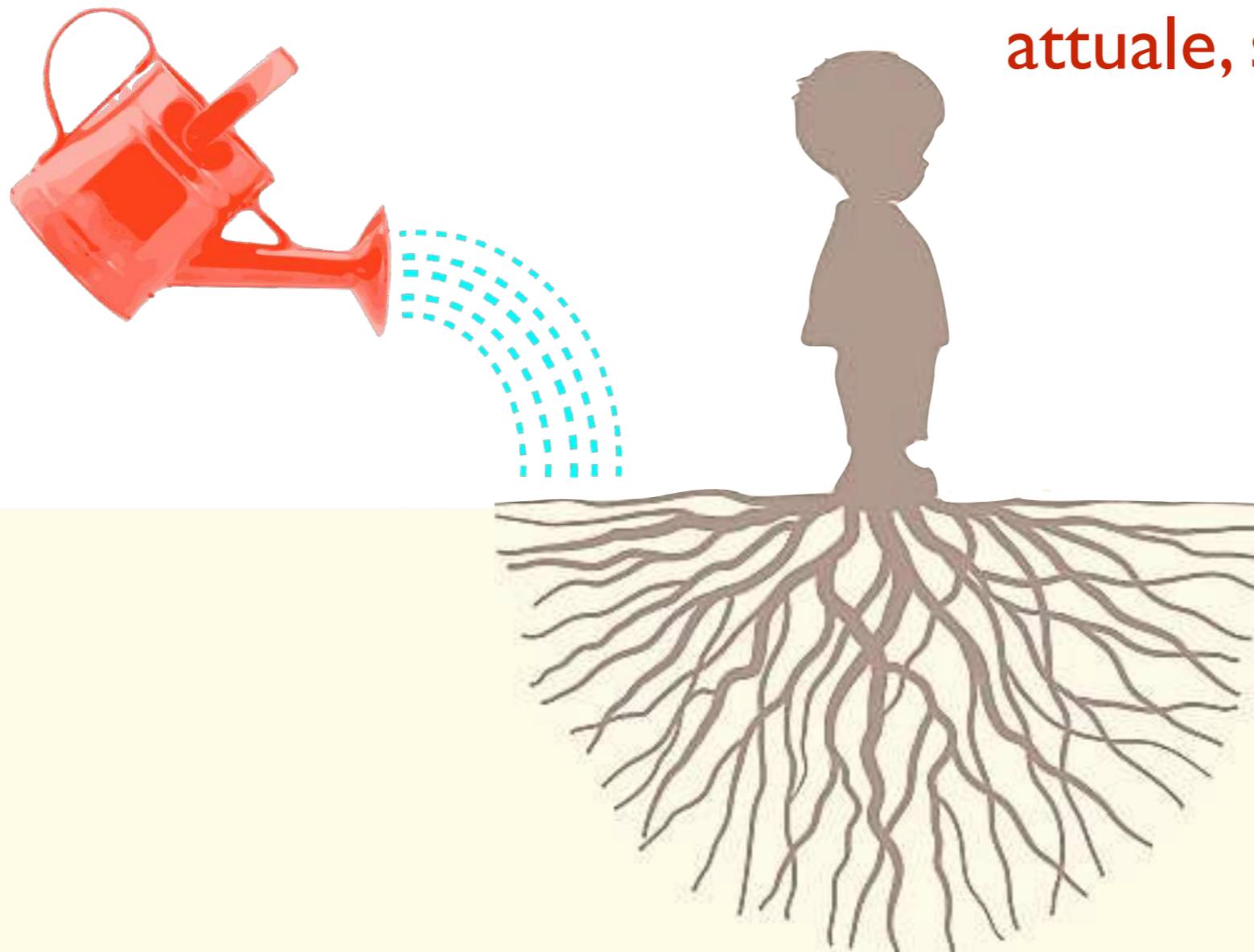


dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# L'oggetto di studio comportamenti = inter-azioni uomo-contesto

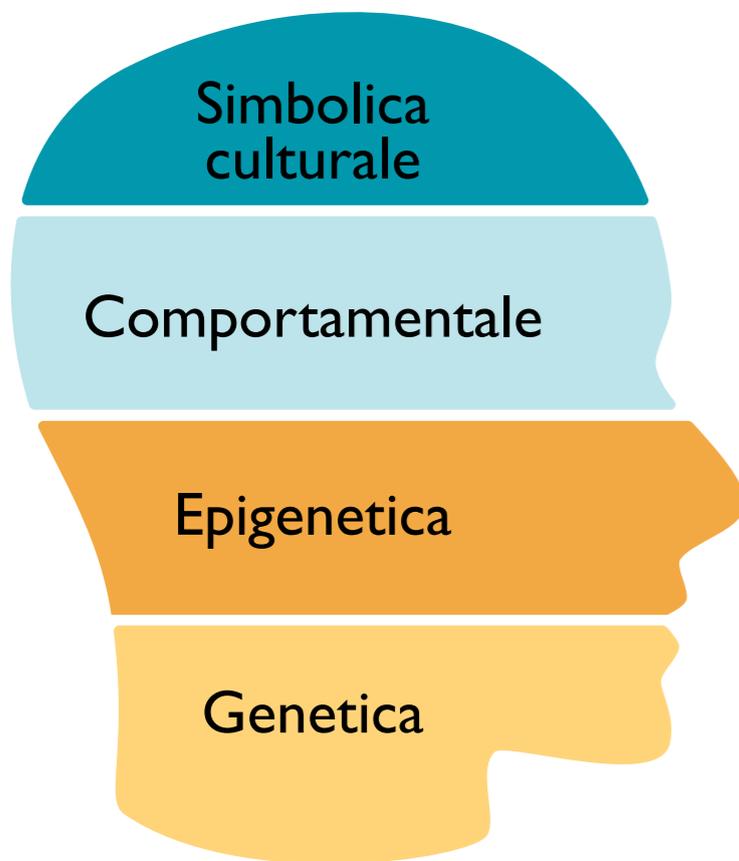
Ogni inter-azione è

funzione di  
predisposizioni biologiche  
ed interazioni con il **contesto  
attuale, storico e verbale**



# Modello evolutivistico esteso

## Evoluzione in 4 dimensioni



Variazioni apprese per via simbolico verbale nel corso della vita e trasmissibili

Variazioni apprese per contingenza diretta o modellamento nel corso della vita e trasmissibili

Variazioni del fenotipo ereditate nel corso delle generazioni

Variazioni del genotipo ereditate nel corso della specie

Jablonka & Lamb (2005).  
*Evolution in four dimensions*.  
Cambridge: MIT Press.

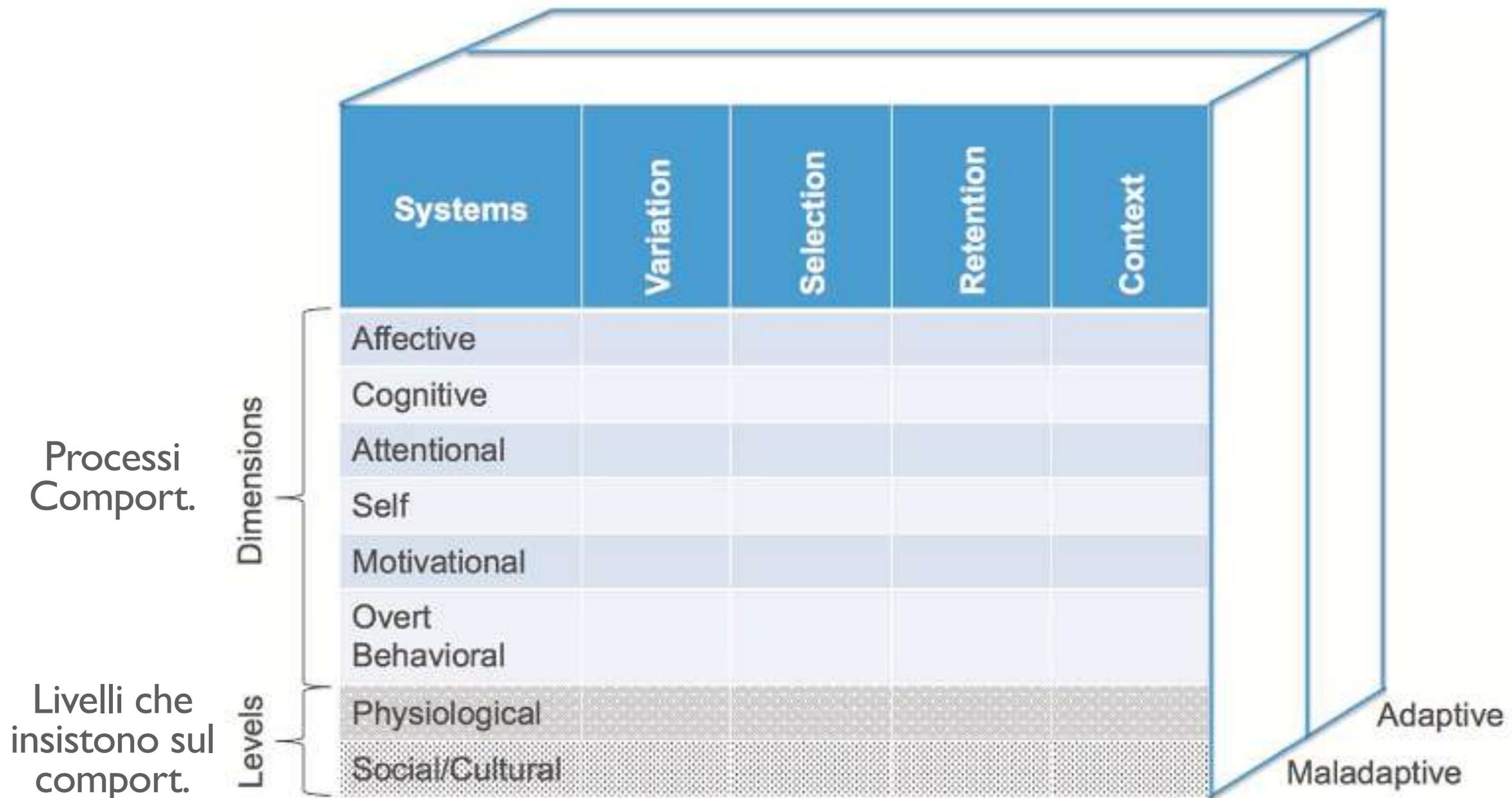
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Meta-modello evolutivo esteso dei processi di cambiamento



An extended evolutionary meta-model of change processes  
(EEMM - Hayes & Hofmann, 2020)

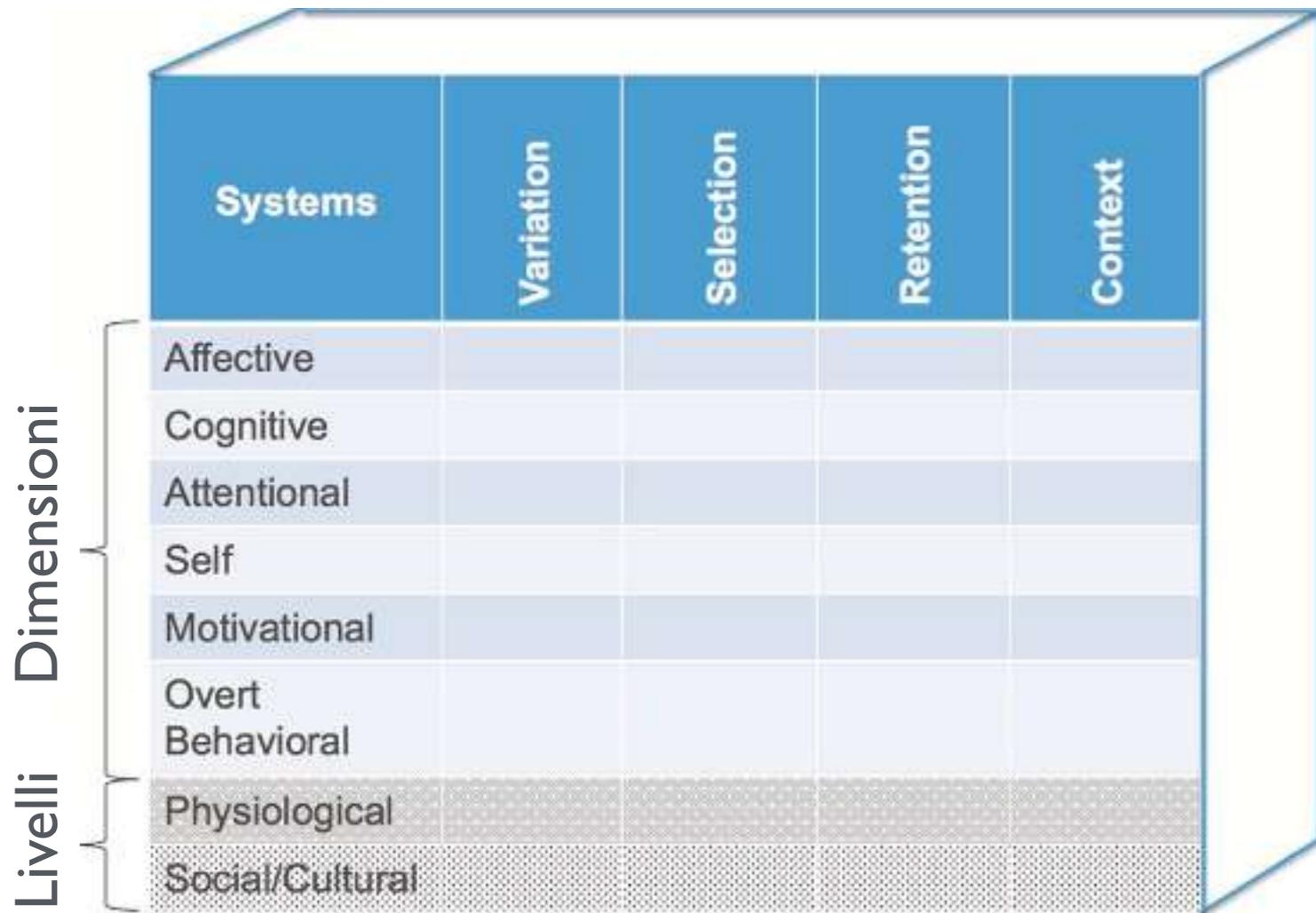
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Psicopatologia come ridotta flessibilità nelle dimensioni dell'esperienza umana



Extended evolutionary meta-model of change processes (EEMM )  
(Hayes & Hofmann, 2020)

La psicopatologia è intesa come **forme di adattamento ristrette e rigide**, emerse nell'interazione con contesti sfidanti e che non variano al variare del contesto.

L'apprendimento relazionale e lo sviluppo di regole e credenze possono ridurre la **sensibilità al contesto** e limitare l'evoluzione di risposte più funzionali.

# Ruolo del Contesto

Rappresenta l'insieme degli stimoli in cui è immersa la Persona  
Il comportamento è influenzato dal **contesto attuale**  
e dal **contesto storico**, cioè dalla storia di rinforzo  
che ha selezionato i comportamenti presenti nel  
repertorio.



Il contesto in cui siamo immersi è anche un **contesto verbale** che  
condividiamo con la nostra comunità linguistica e culturale di appartenenza.  
Dal contesto verbale apprendiamo a creare **relazioni arbitrarie** tra  
stimoli.



Ogni comportamento è *f* funzione di predisposizioni biologiche e di **Interazioni con il Contesto**

Il Contesto è **Setaccio** dei comportamenti

Contesto attuale

Contesto storico

Contesto esterno

*Contattati verbalmente*

Contesto interno

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



Ogni comportamento è *f* funzione di predisposizioni biologiche e di Interazioni con il Contesto



livello familiare



Il Contesto è **Setaccio** dei comportamenti



livello dei servizi di cura



educativo-culturale



livello socio-economico



livello normativo



livello politico

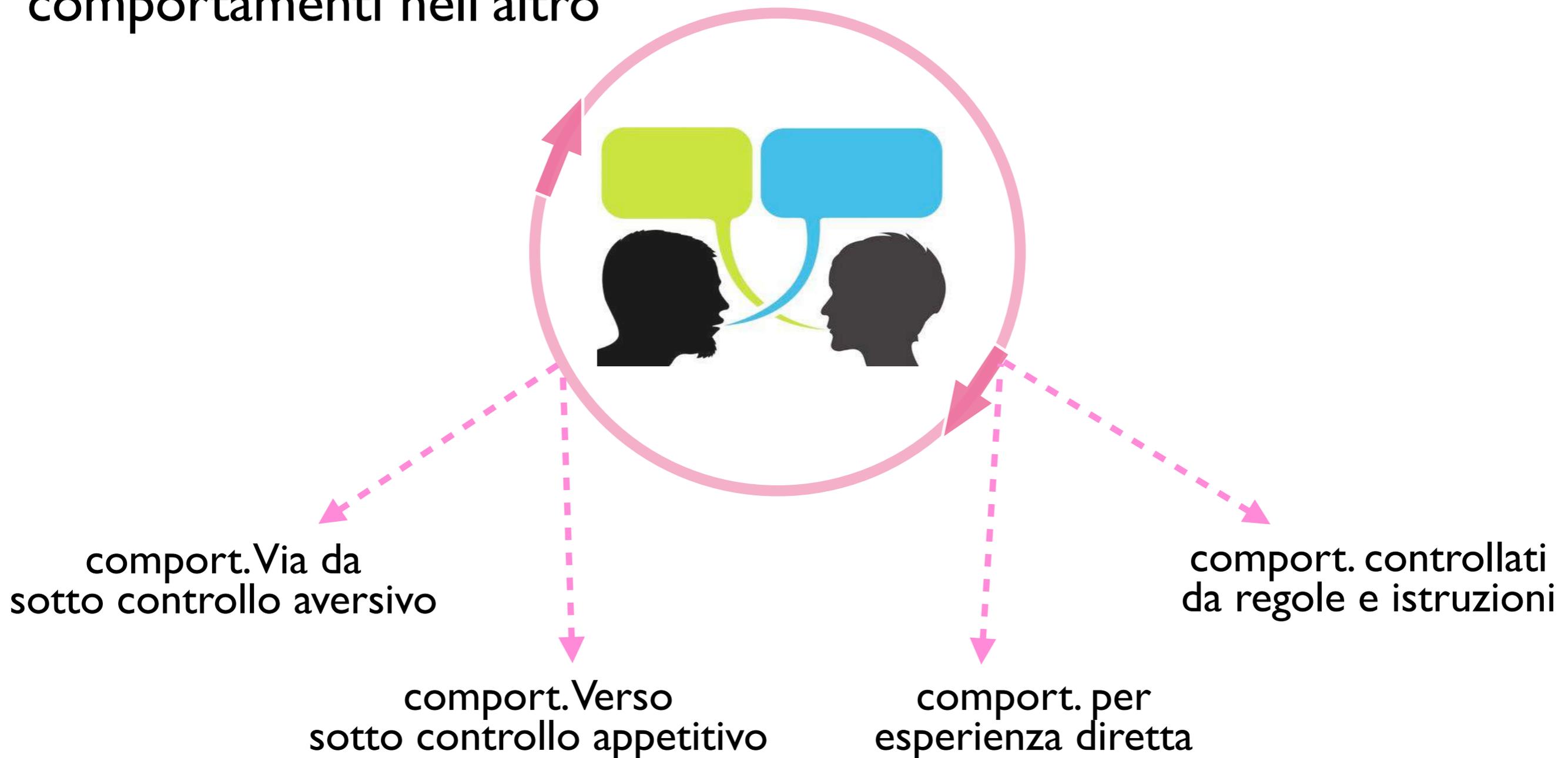
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Con il nostro comportamento selezioniamo comportamenti nell'altro



Nelle relazioni ciascuno è **Contesto** per le risposte dell'altro lo siamo con il nostro comportamento vocale e non vocale

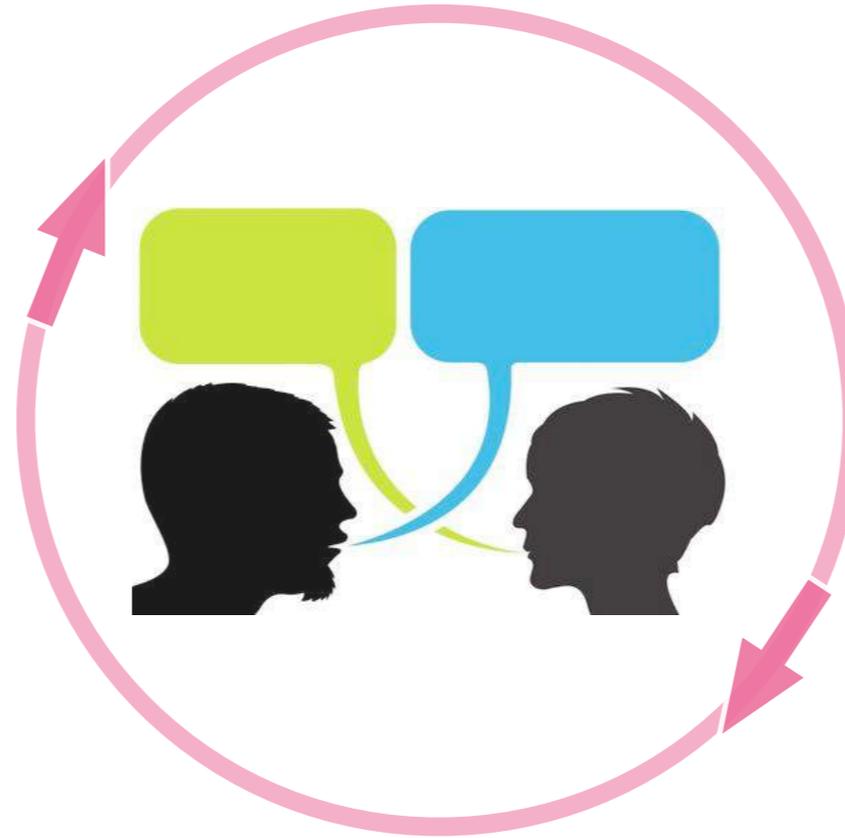
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# le conseguenze che contattiamo selezionano il nostro comportamento futuro



R e P tornano indietro  
quando facciamo da modelli



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



[https://www.youtube.com/watch?v=jOrGsB4qG\\_w](https://www.youtube.com/watch?v=jOrGsB4qG_w)

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



### **3 minuti di orologio a coppie**

Cosa ho apprezzato di più?

Cosa mi è venuto in mente rispetto al mio lavoro?

C'è qualcosa che vorrei provare a fare, di più o di meno o di diverso?

# Circolarità delle Scienze Cognitive e Comportamentali

**processi**  
Osserva/entra in relazione con Fenomeni

Modello Bio-Psico-Sociale

**Epistemologia**  
Contestualismo  
Funzionale

**paradigmi**

C. Rispondente - C. Operante  
RGB - Imitazione - RFT  
Modellistica cognitiva  
Modelli metacognitivi  
Neuroscienze e psicofisiologia



**strategie**  
Procedure e tecniche comportamentali e cognitive

**principi**

Principi dell'apprendimento:  
Rinforzo, Penalizzazione, Estinzione,  
Discriminazione, Generalizzazione, Transfer di funzione, Imitazione  
Equivalenza funzionale



Istituto Tolman

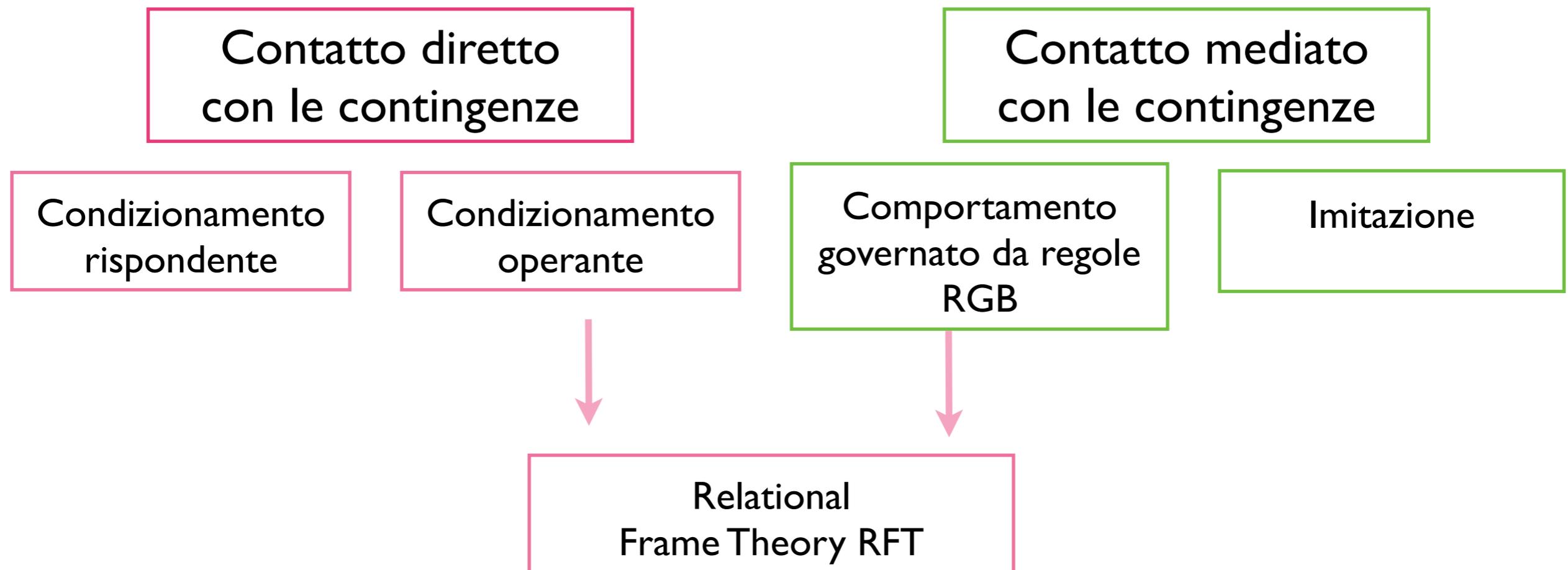
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Paradigmi Comportamentali

## L'uomo apprende per...



# Forma e Funzione del comportamento

Non esistono comportamenti folli o assurdi.

Tutti i comportamenti trovano un senso negli occhi di chi li osserva:  
la sfida è comprendere **la funzione** di quel dato comportamento.

“L’organismo ha sempre ragione”

F.B. Skinner



# Forma e Funzione del comportamento

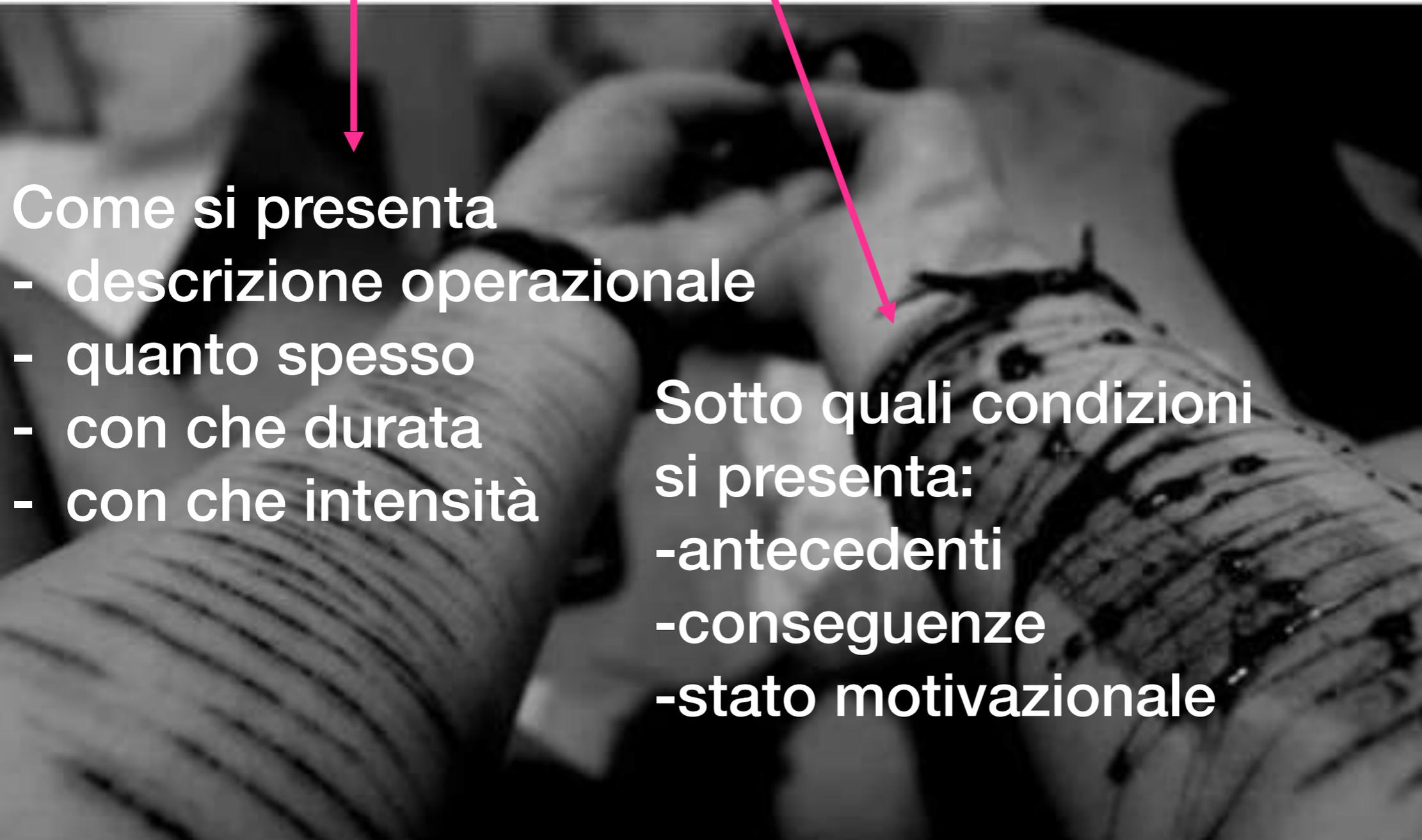
“L’organismo ha sempre ragione”  
F.B. Skinner

Come si presenta

- descrizione operativa
- quanto spesso
- con che durata
- con che intensità

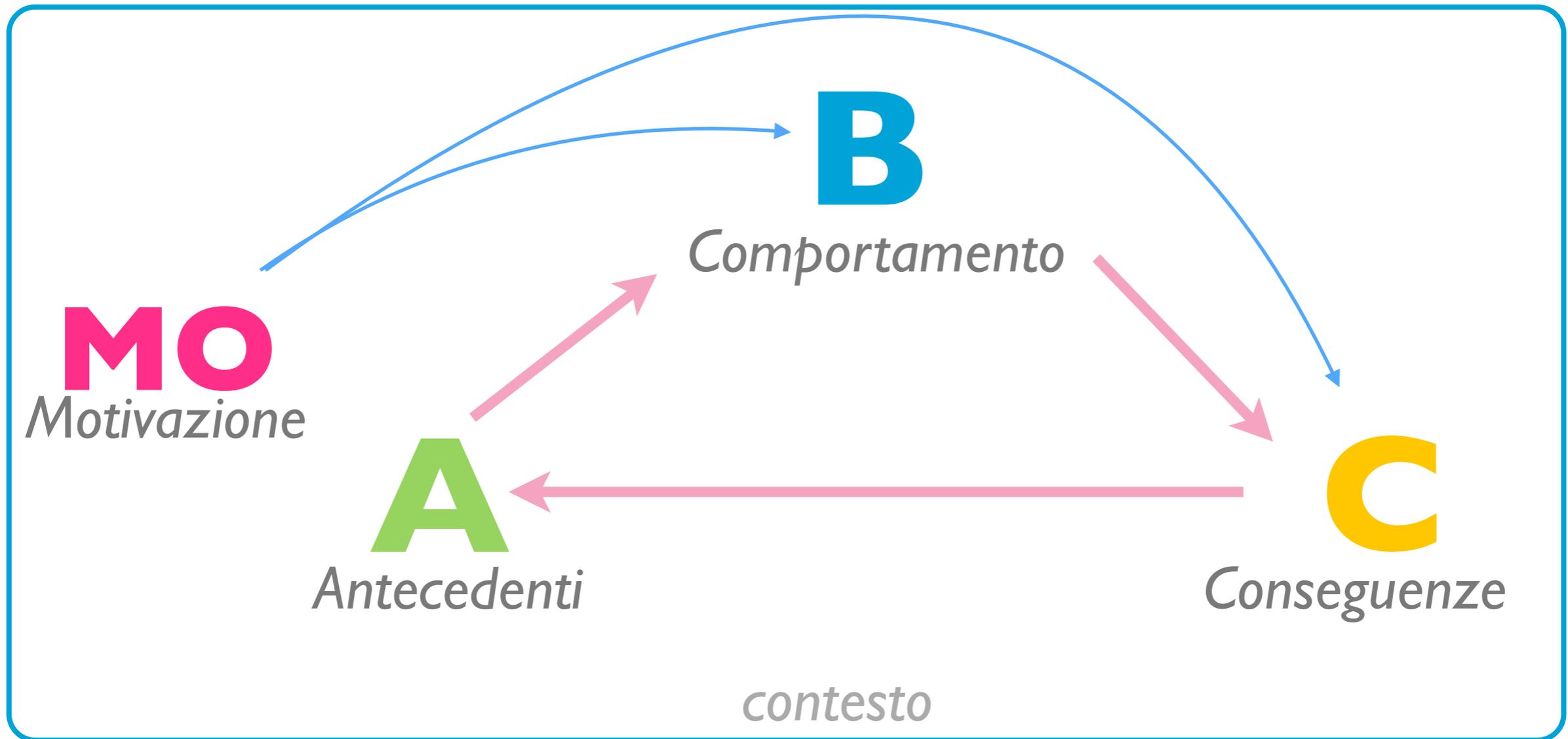
Sotto quali condizioni  
si presenta:

- antecedenti
- conseguenze
- stato motivazionale



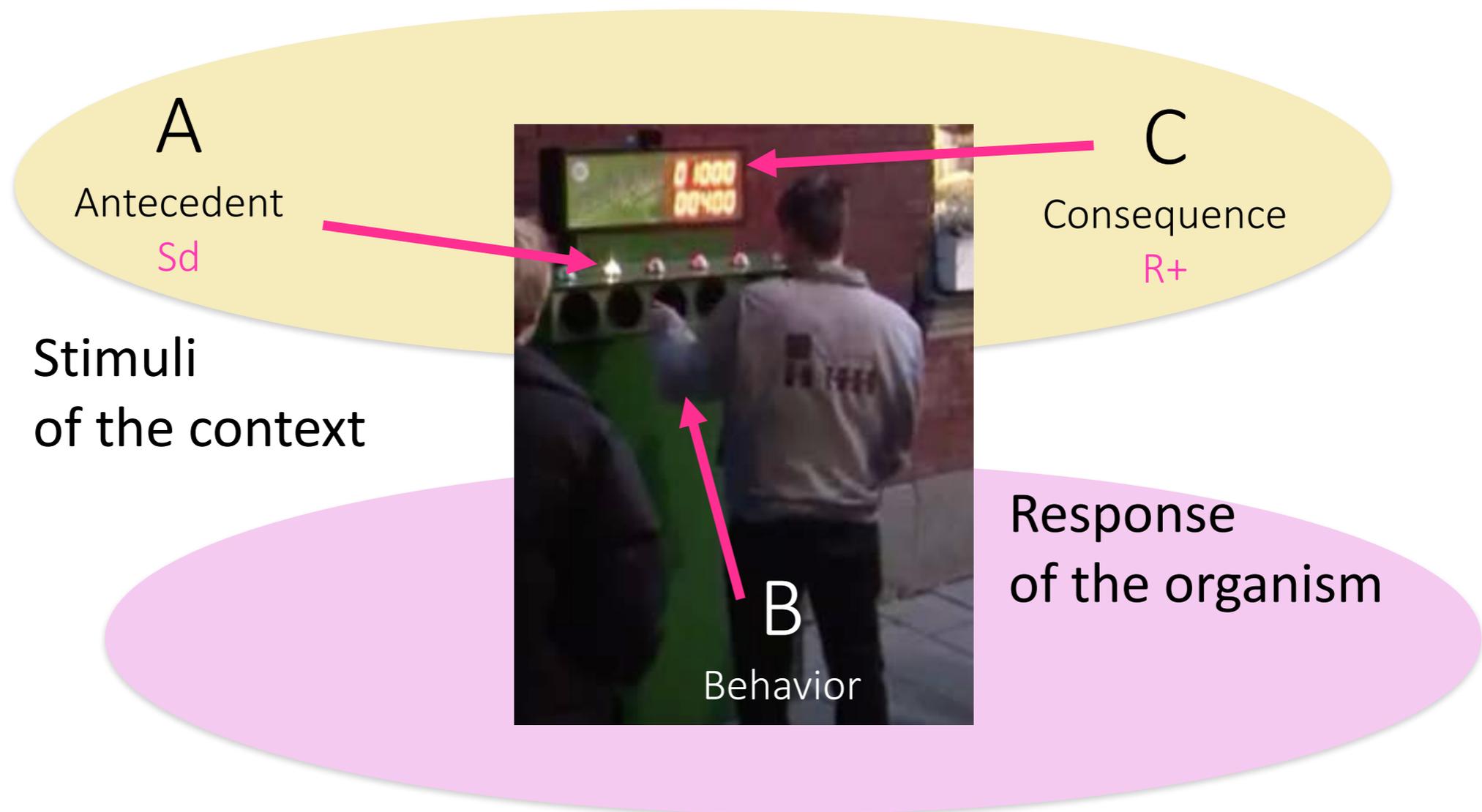
# Act-in-context

l'unità di analisi è l'operante o contingenza ABC



# L'oggetto di studio

## comportamenti = inter-azioni uomo-contesto



<https://www.youtube.com/watch?v=zSiHjMU-MUo>

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Contingenza a tre termini



## Antecedente

Rappresenta l'occasione per emettere B

**Stimolo Discriminativo (Sd)**: segnala la possibilità di raggiungere un rinforzatore qualora venga emesso il comportamento.

## Comportamento emesso

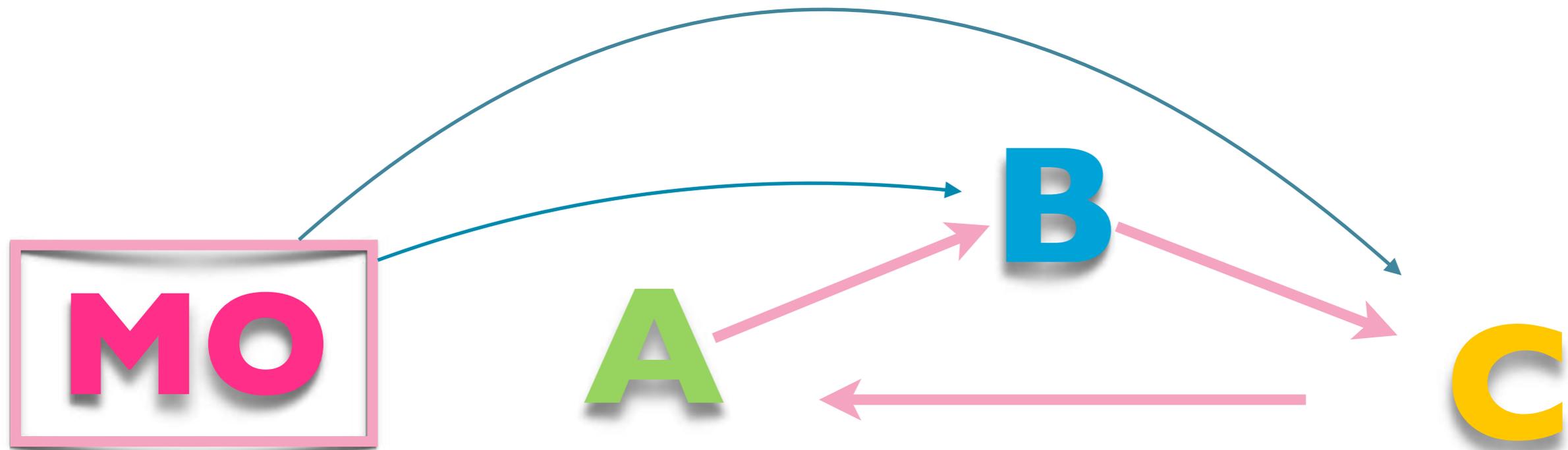
## Conseguenza

Influenza la futura emissione di B

Favorisce a rendere lo S antecedente discriminativo

Funzioni: **R+** / **R-** / **P+** / **P-**

# Contingenza a quattro termini



## Operazioni Motivazionali (J. Michael 1982)

Le operazioni motivazionali (**EO**, **AO**) sono variabili che inducono a volere qualcosa in modo differente rispetto a prima e che spingono all'azione per ottenere quel qualcosa desiderato.

Due effetti:

- Value altering effect: altera il valore del rinforzatore
- Behavior altering effect: altera la frequenza (o un'altra dimensione) della risposta

Esistono MO non apprese (**UMOs**) ed MO frutto di apprendimento (**CMOs**)

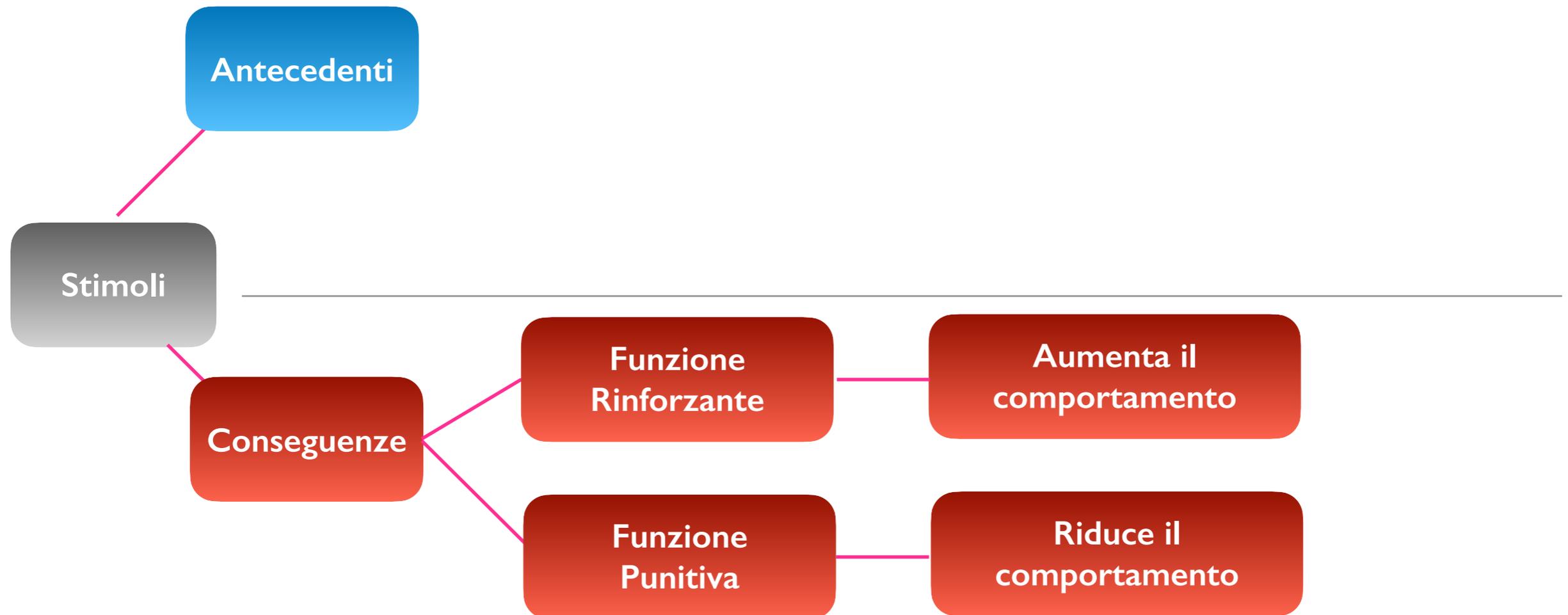
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale

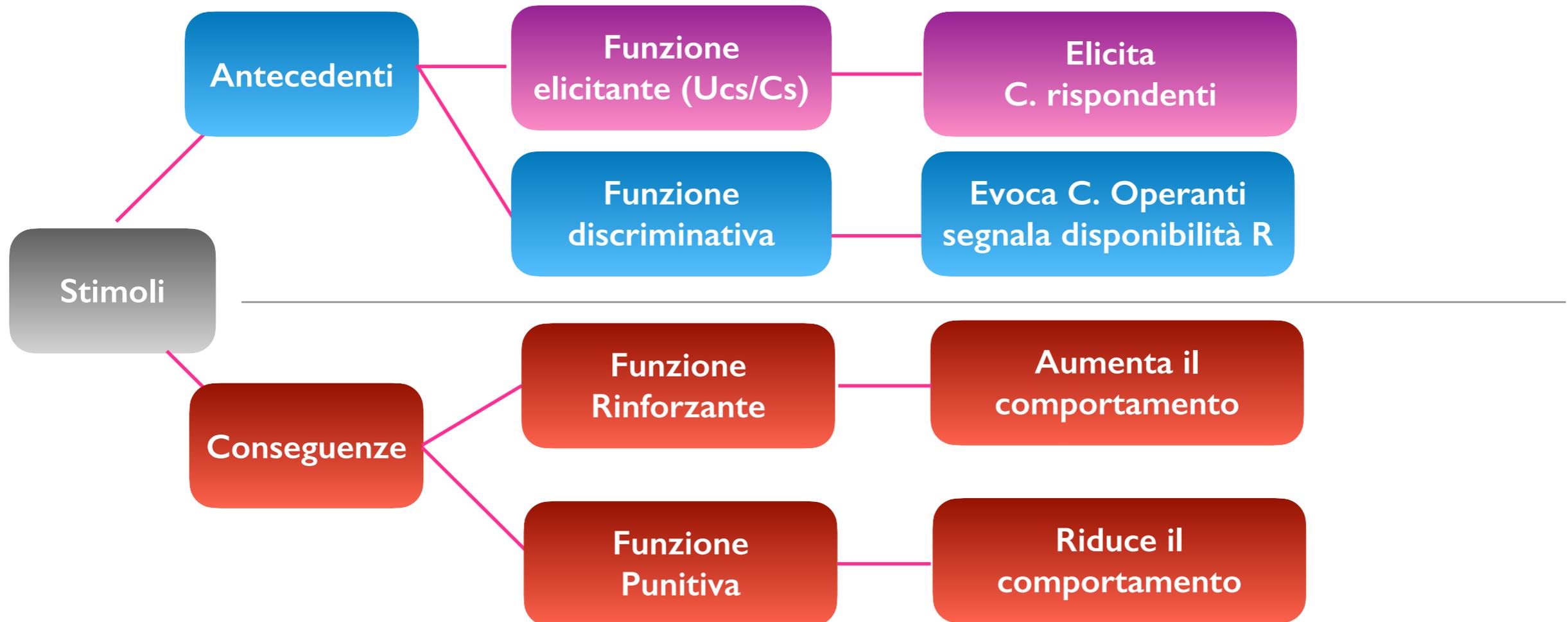


dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

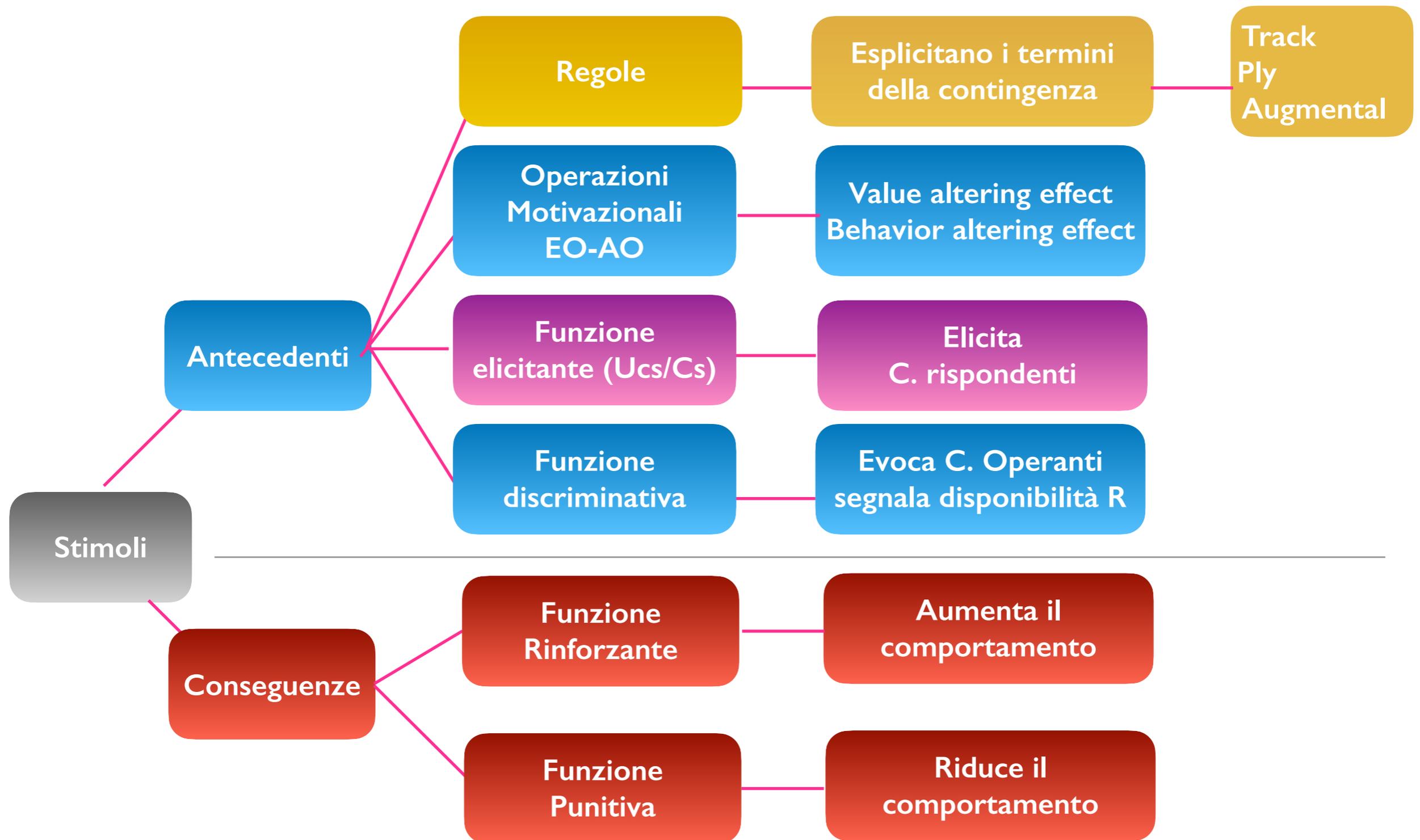
# Funzione degli stimoli



# Funzione degli stimoli

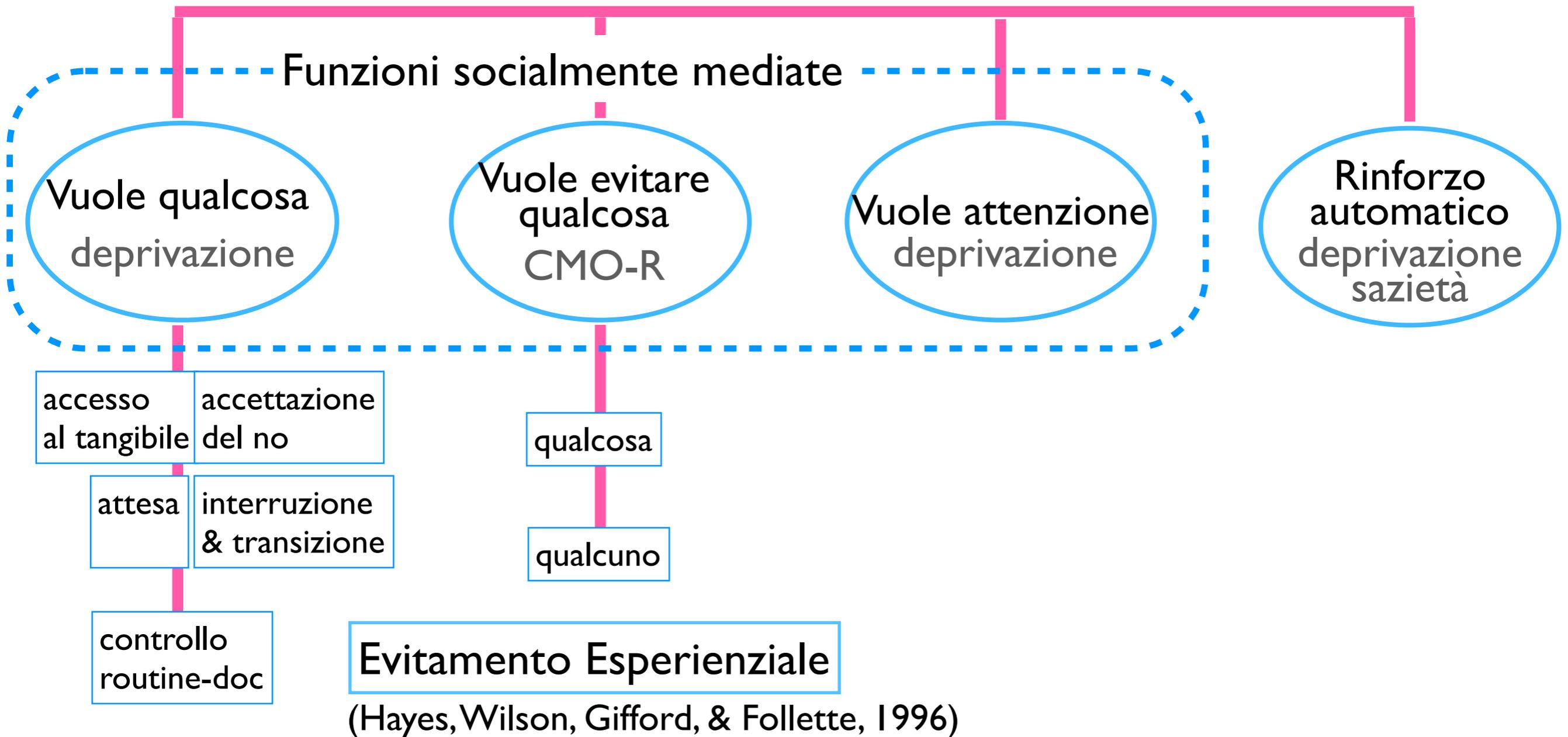


# Funzione degli stimoli



# Funzioni dei comportamenti

(Iwata, 2000)



# Funzione dei comportamenti

1. Per accedere a qualcosa di concreto (accesso al tangibile)
2. Per accedere all'attenzione di qualcuno
3. Per evitare qualcuno o qualcosa nell'ambiente
4. Per rinforzo automatico (stimolazione sensoriale)
5. Per evitare un'esperienza interna = **Evitamento Esperienziale**

# Funzione degli Stimoli

## Variabili Motivazionali

Alterano il valore delle conseguenze

Condizioni di Deprivazione/Saturazione

Regole Verbali come i Valori

## Stimoli Antecedenti

Funzione Elicitante

Funzione Discriminativa

## Stimoli Conseguenti

Funzione Rinforzante

Funzione Penalizzante

Istituto Tolman

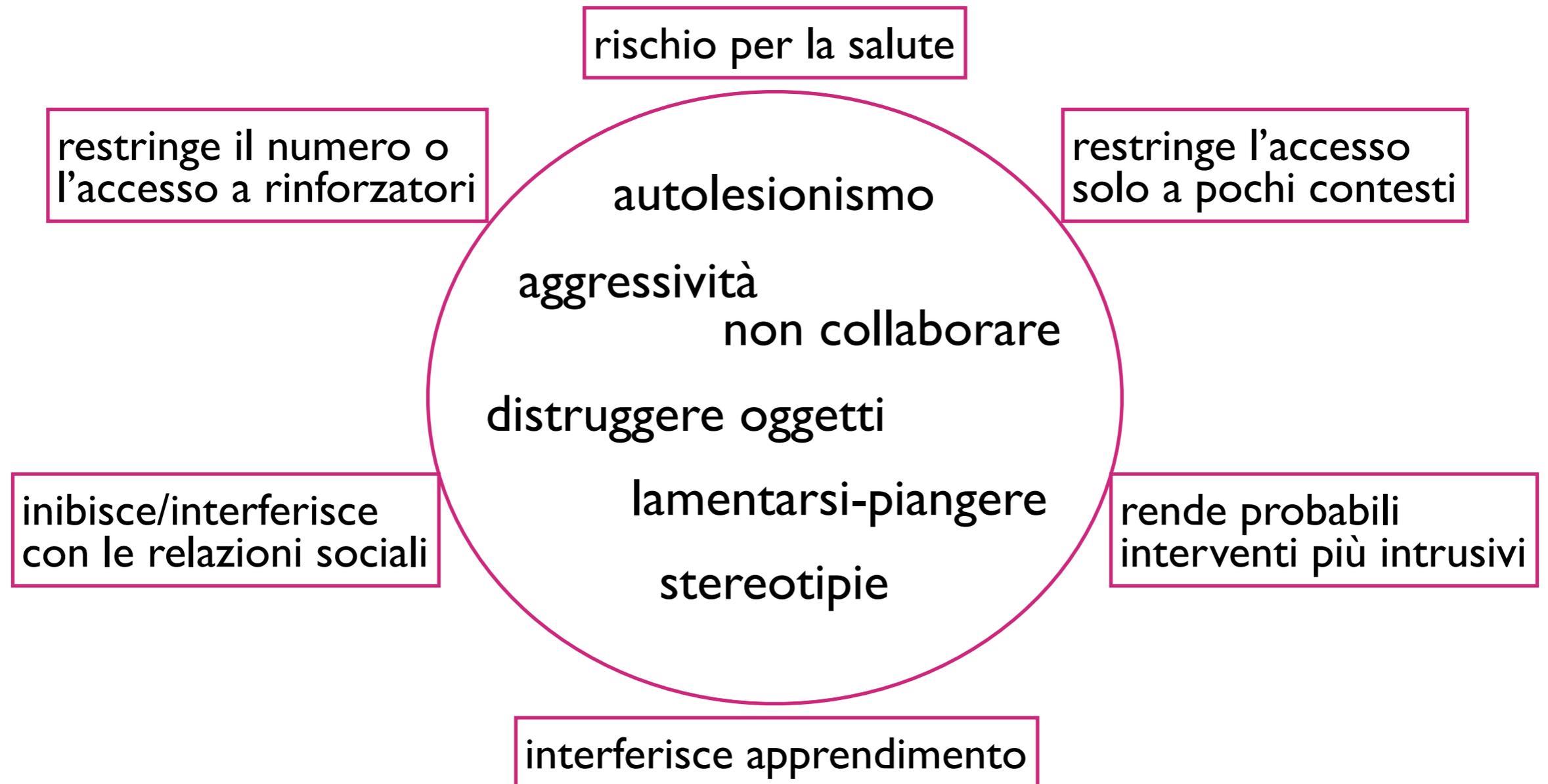
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Challenging behaviour

(Kenzer, 2014)





**2 minuti di orologio a coppie**

Cosa ho apprezzato di più?

Cosa mi è venuto in mente rispetto al mio lavoro?

C'è qualcosa che vorrei provare a fare, di più o di meno o di diverso?

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Generazioni

## Aspetti storici

3 generazioni della terapia c.c.

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



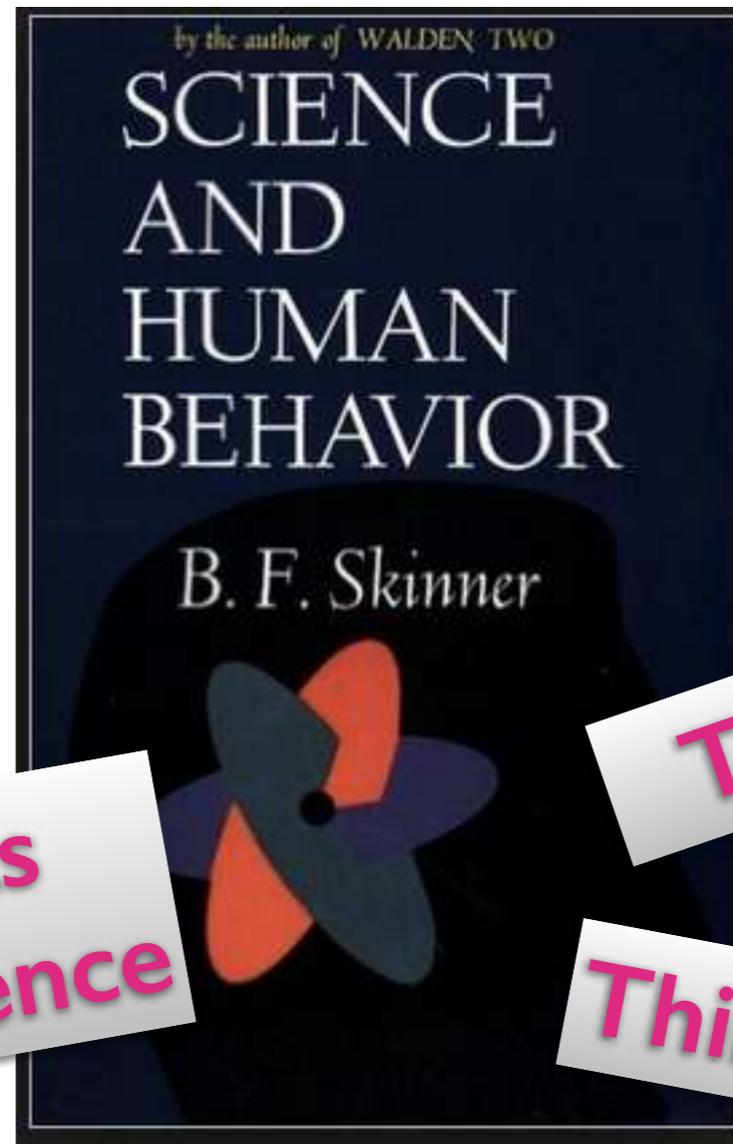
dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Eventi privati, linguaggio e consapevolezza

*contesto verbale*  
*contesto interno*

1953

**Uomo**  
coscienza, libero arbitrio,  
emozioni e dolore



**Scienza**  
metodologia, empirismo,  
analisi

**Private Events  
and natural science**

**The Self**

**Thinking**

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Gli eventi interni hanno cittadinanza nell'analisi del comportamento



Skinner's (1953/1965) view:

“a private event may be distinguished by its limited accessibility but not, so far as we know, by any special structure or nature”.

Skinner (e.g., 1974/1993) refers to private stimuli as

“**the world within the skin**”.

Eventi interni sono *privatamente osservabili*

Emozioni e cognizioni sono Occasioni non CAUSE delle nostre azioni.



Istituto Tolman

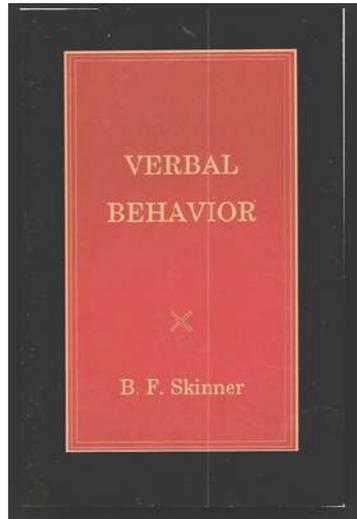
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Abilità di Speaker e di Listener

1957

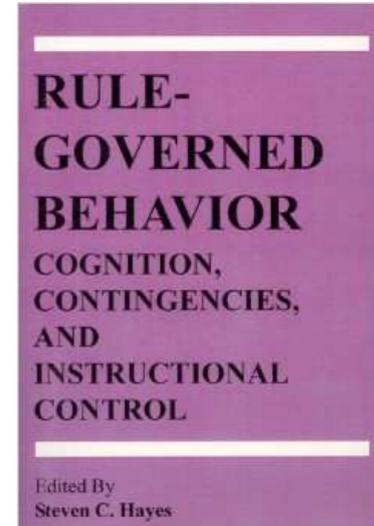


Skinner  
Partington  
Sundberg

- Operanti Verbali:**
- Mand
  - Tact
  - Intraverbale
  - Ecoico
  - Autoclitico

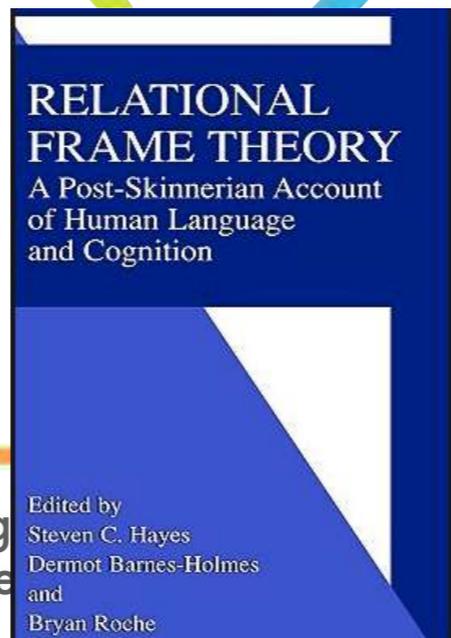
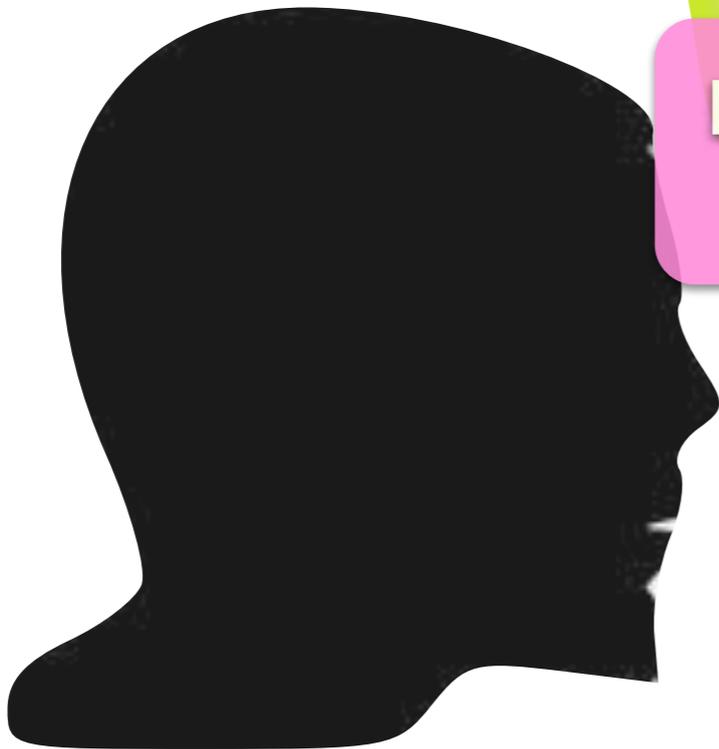
- Abilità dell'ascoltatore**
- Discriminazione
  - Seguire istruzioni
  - (Matching)
  - Rule governed behavior

1989



Skinner  
Sundberg  
Sidman  
Hayes

Derived relational  
responding  
2001



Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale

Edited by  
Steven C. Hayes  
Dermot Barnes-Holmes  
and  
Bryan Roche

Paola Lo Savio  
Psicoterapeuta

# ri-Generazioni della CBT



XIX sec.

Anni '50 e '60

Anni '80-oggi

## 1° Generazione

Behavior Modification  
Behavior Therapy

## 2° Generazione

CBT - REBT

## 3° Generazione

Behavioral Activation  
Dialectical Behavior Therapy  
Acceptance and Commitment T.  
Functional Analytic Psychotherapy  
Mindfulness based cognitive therapy  
Compassion focused therapy  
Metacognitive therapy

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# ri-Generazioni della CBT

## Matrice cognitiva

Metacognitive  
Therapy

## Pratiche di consapevolezza

Mindfulness Based  
Cognitive Therapy  
Mindfulness Based  
Stress Reduction  
Compassion  
focused therapy

## Clinical Behavior Analysis

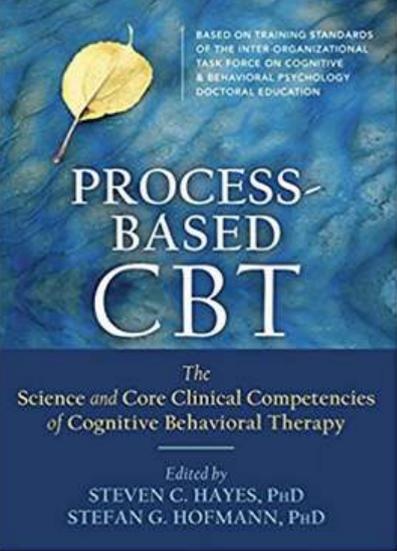
Contextual Behavioral Science  
Relational Frame Theory

**ACT**-Acceptance and Commitment Therapy

**FAP**-Functional Analytic Psychotherapy

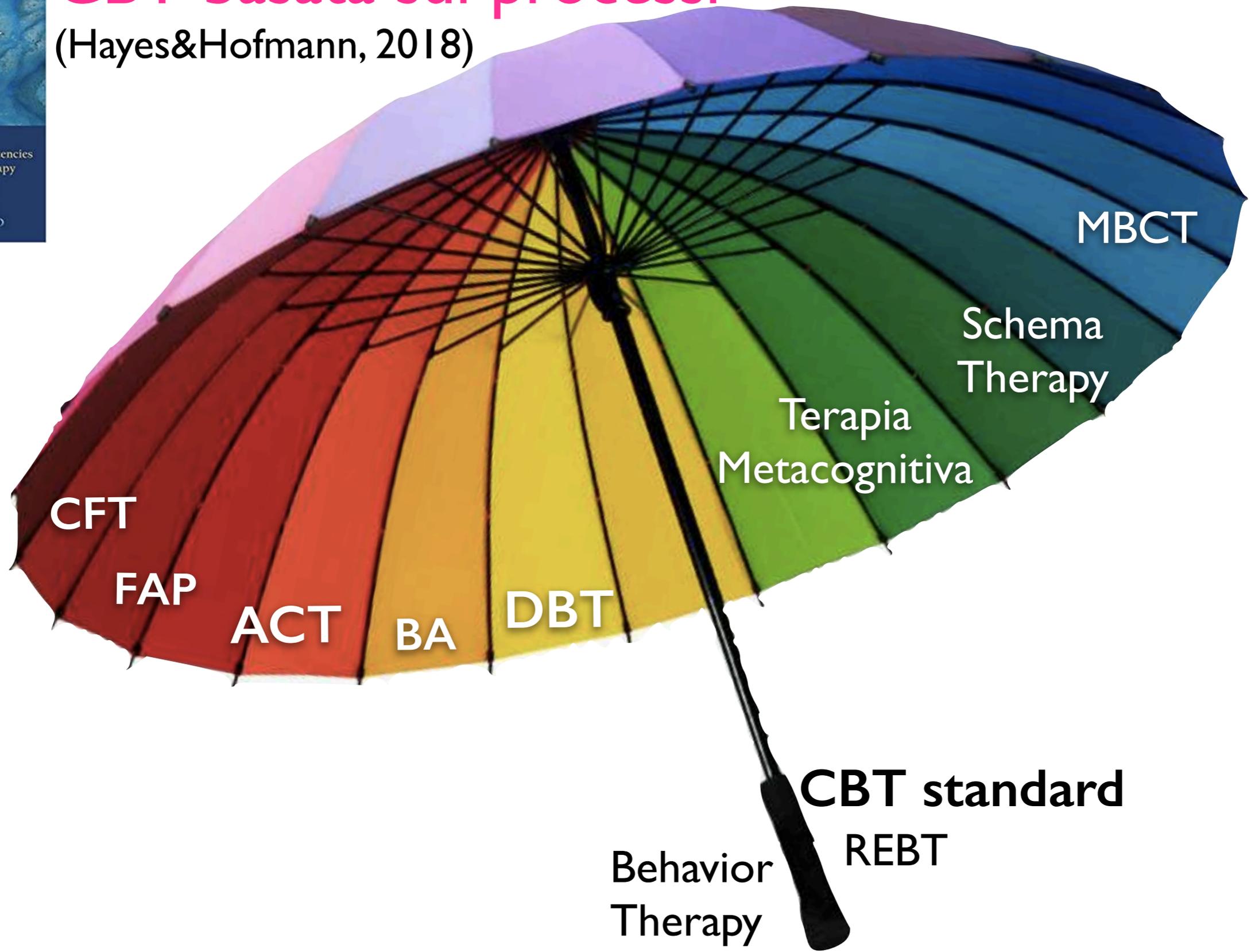
**BA**-Behavioral Activation

**DBT**-Dialectical Behavior Therapy



# CBT basata sui processi

(Hayes&Hofmann, 2018)



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

Da un approccio  
idiografico funzionalista



Analisi funzionale  
Behavior Therapy  
Analisi del Comportamento  
Single Case Research

ad un approccio nomotetico  
basato su sindromi o su disturbi  
di circuiti cerebrali



Sistema DSM  
CBT standard e protocolli  
Trial Clinici Randomizzati  
(Sistema RDoC)

ad un approccio  
idiografico funzionalista  
basato su processi evidence-based



Analisi funzionale  
CBT guidata da FC  
ACT, TMC  
Process-based CBT  
Single Case Research  
Trial Clinici Randomizzati

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



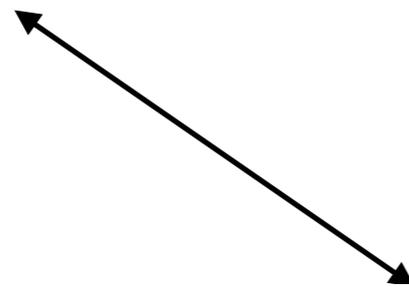
dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# CBT basata sui processi

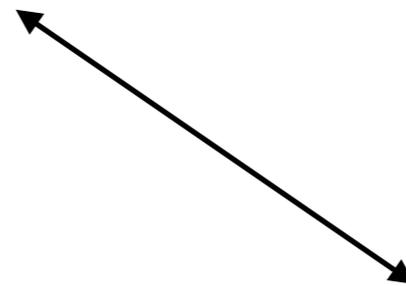
(Hayes&Hofmann, 2018)

evidence-based processes of change

processi di cambiamento centrali su cui agire  
fondati su principi empiricamente supportati



formulazione del caso individualizzata



evidence-based intervention

interventi clinici supportati da evidenze

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# CBT basata sui processi

(Hayes&Hofmann, 2018)

## evidence-based processes of change

processi di cambiamento centrali su cui agire  
fondati su principi empiricamente supportati

1. **basati su teorie**, che indicano chiare relazioni tra eventi che favoriscono predizioni e metodi di influenza verificabili;
2. **dinamici**, cioè possono comportare cicli di feedback e cambiamenti non lineari;
3. **progressivi**, possono indicare sequenze di azioni particolari per raggiungere l'obiettivo del trattamento;
4. **contestualmente controllati e modificabili**, cioè indicano interventi specifici attuabili dai clinici
5. **multilivello**, cioè alcuni processi includono o sono connessi con altri.

# Process-Based Therapy

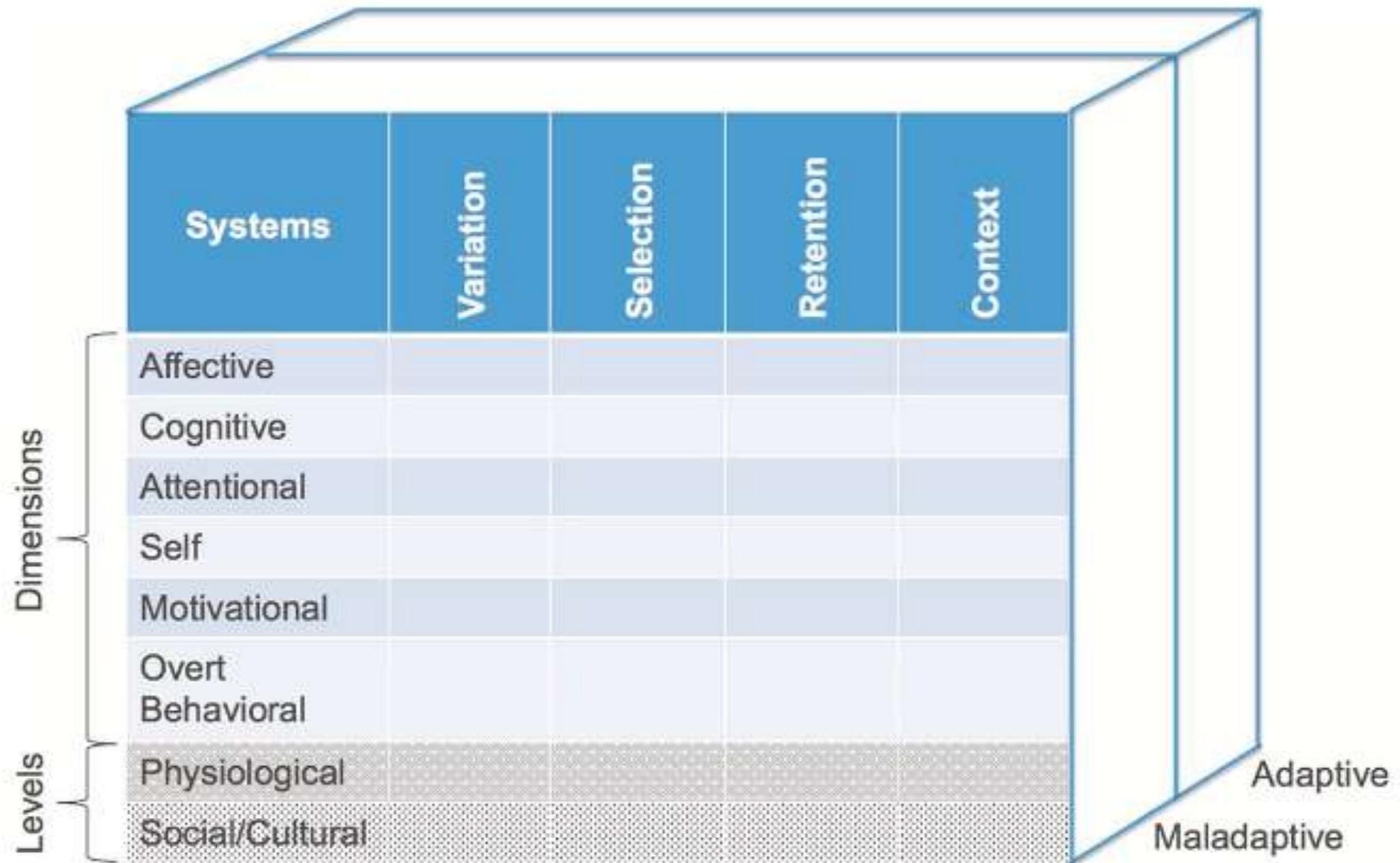
## la domanda centrale

*“Quali processi bio-psico-sociali centrali dovrebbero essere presi di mira con questo cliente dato questo obiettivo in questa situazione, e come possono essere modificati in modo più efficiente ed efficace?”*

*(Hofmann & Hayes, 2019)*

# CBT basata sui processi

An extended evolutionary meta-model of change processes (EEMM - Hayes & Hofmann, 2020)



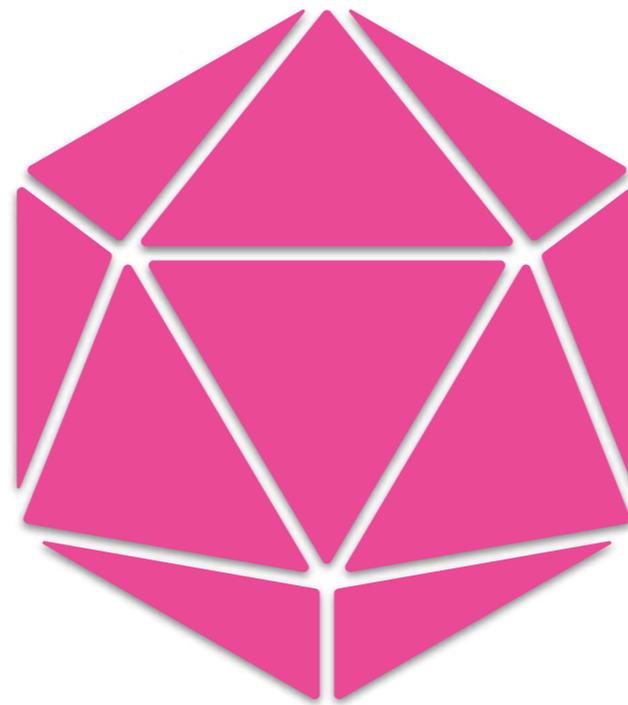
# Promuovere flessibilità e sensibilità al contesto e offrire occasioni per mantenere e sviluppare repertori di comportamento

Flessibilità nel  
notare (attenzione)

Flessibilità nel  
provare/sentire  
(emozioni)

Flessibilità nel notare  
e scegliere cosa ci motiva  
(scopi, bisogni e valori)

Flessibilità nel  
pensare, dare senso  
e creare coerenza  
(cognizione)



Flessibilità nell'agire  
e sperimentare  
(repertorio di comport.  
ampio e flessibile)

Flessibilità nel  
rapporto con sé e in  
interazione con gli altri

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale

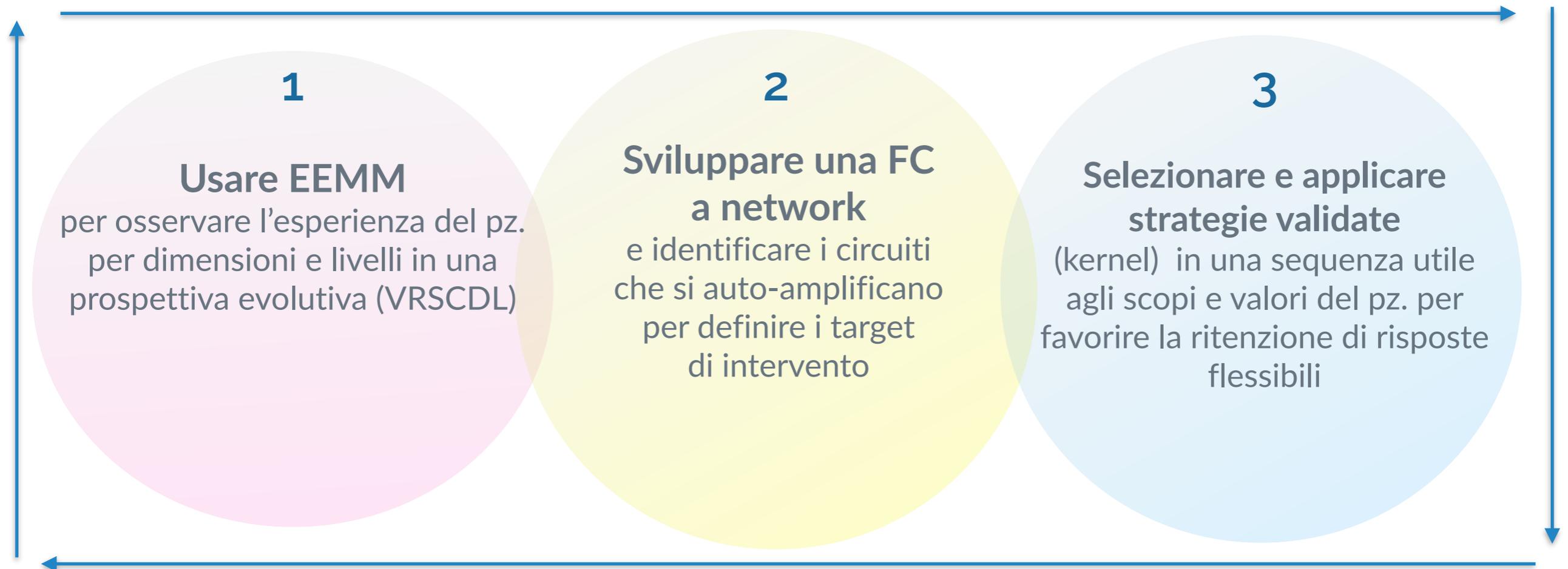


dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Process-Based Therapy

## la domanda centrale

ecological momentary assessment (EMA)



rivalutazione del network e del processo terapeutico attraverso la raccolta dati

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Process Based Therapy

- Un **approccio generale** alla valutazione clinica, alla concettualizzazione e al trattamento, che si utilizza in congiunzione con altri modelli terapeutici
- E' basato su un **meta-modello** e sulla **scienza dell'evoluzione**, con un'enfasi sui **metodi idiografici**, sui modelli di concettualizzazione del caso a **network** e sul miglioramento del benessere
- Vede la psicopatologia come un **picco di adattamento** a un dato contesto a causa di problemi di variazione, selezione e ritenzione dei processi biopsicosociali in molteplici dimensioni e livelli
- Considera l'esperienza del paziente in modo **dinamico e contestualista**
- Attraverso il **network** supporta il clinico nell'**identificazione dei processi target** sottesi alla sofferenza del paziente, evidenziando relazioni funzionali, **circuiti auto-amplificanti**, possibili **priorità di intervento**, e **selezionando strategie terapeutiche**
- Può supportare il clinico a non **“bloccarsi”** in un **protocollo o modello** specifico
- Invita il clinico ed il pz a **basarsi sui dati e rivalutare il network** nel corso della terapia
- PBT parte dalle differenze individuali e dà la priorità a ciò che funziona per una persona nel suo contesto unico, per generare una conoscenza generalizzabile

# CBT basata sui processi

(Hayes&Hofmann, 2018)

Studio empirico  
dei processi umani



Istituto Tolman

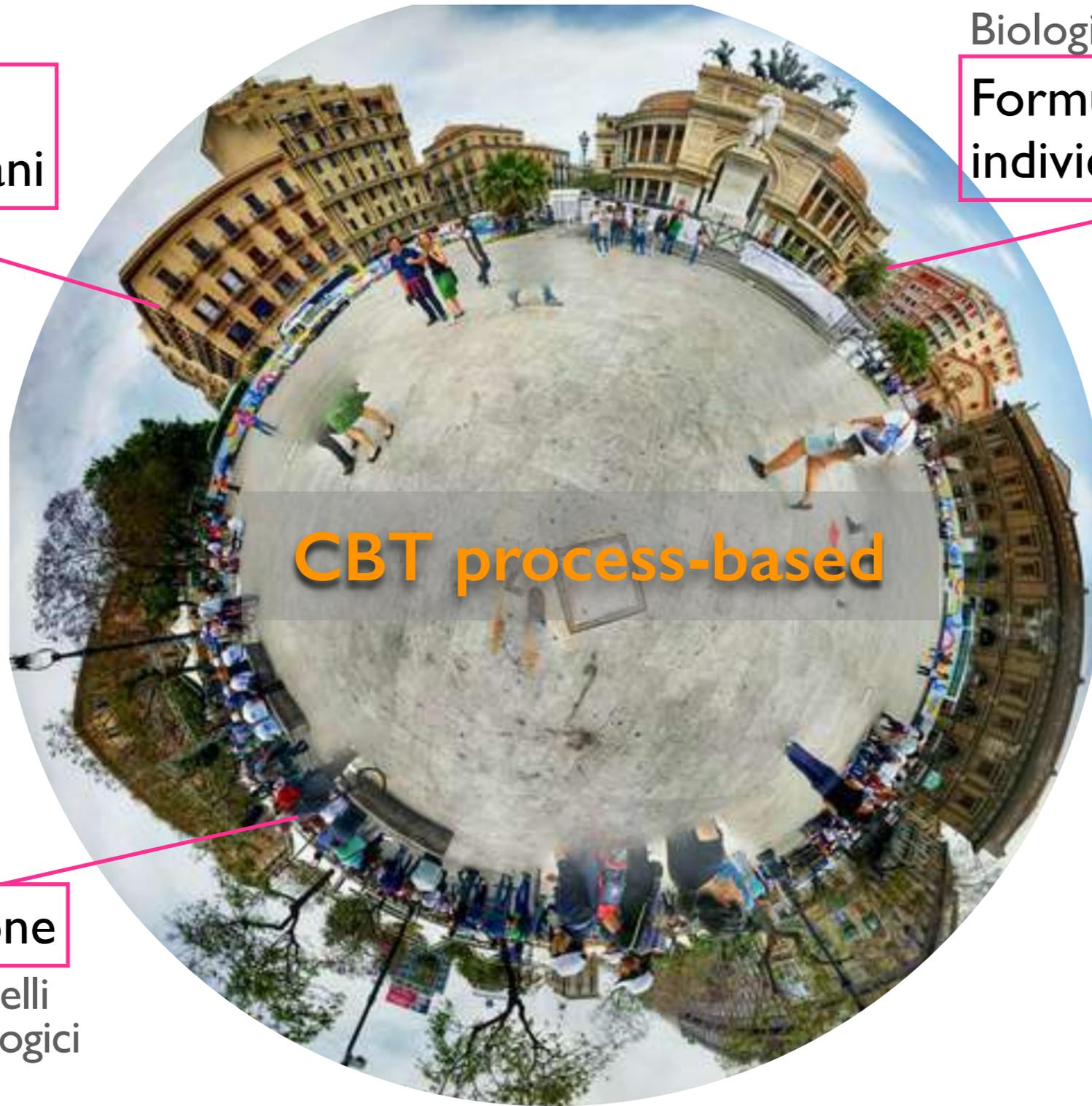
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# CBT basata sui processi

(Hayes&Hofmann, 2018)



Studio empirico  
dei processi umani

Biologia Storia Contesto

Formulazione del Caso  
individualizzata

Scelte Valori

CBT process-based

Concettualizzazione

Dialogo fra FC e modelli  
fisiologici e psicopatologici

Istituto Tolman

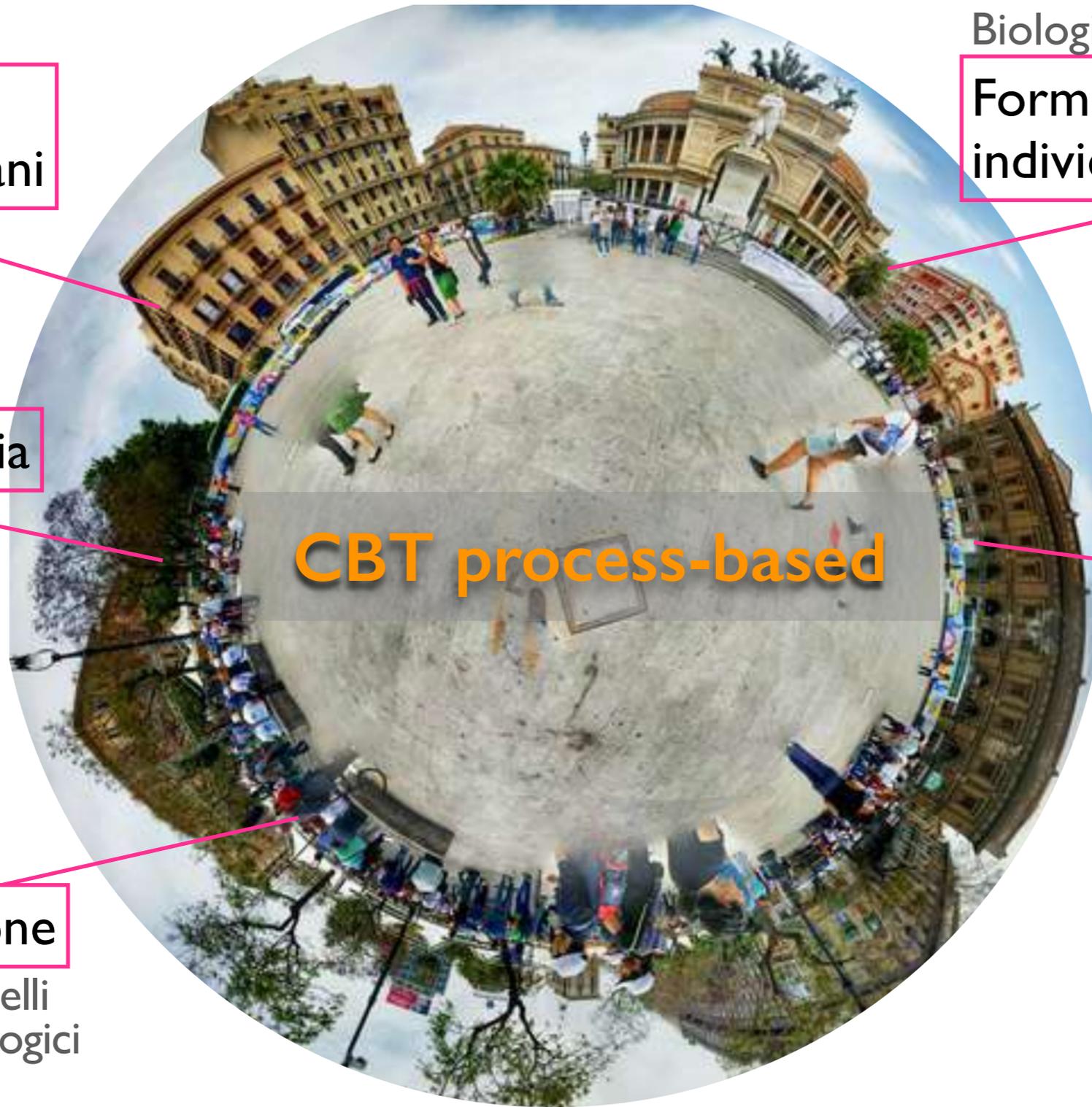
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# CBT basata sui processi

(Hayes&Hofmann, 2018)



Studio empirico  
dei processi umani

Biologia Storia Contesto

Formulazione del Caso  
individualizzata

Scelte Valori

Evidenze di efficacia

fonda intervento su  
strategie supportate

Monitoraggio  
della terapia

Obiettivi e misure per  
orientare T. verso  
valori del paziente

Concettualizzazione

Dialogo fra FC e modelli  
fisiologici e psicopatologici

CBT process-based

Istituto Tolman

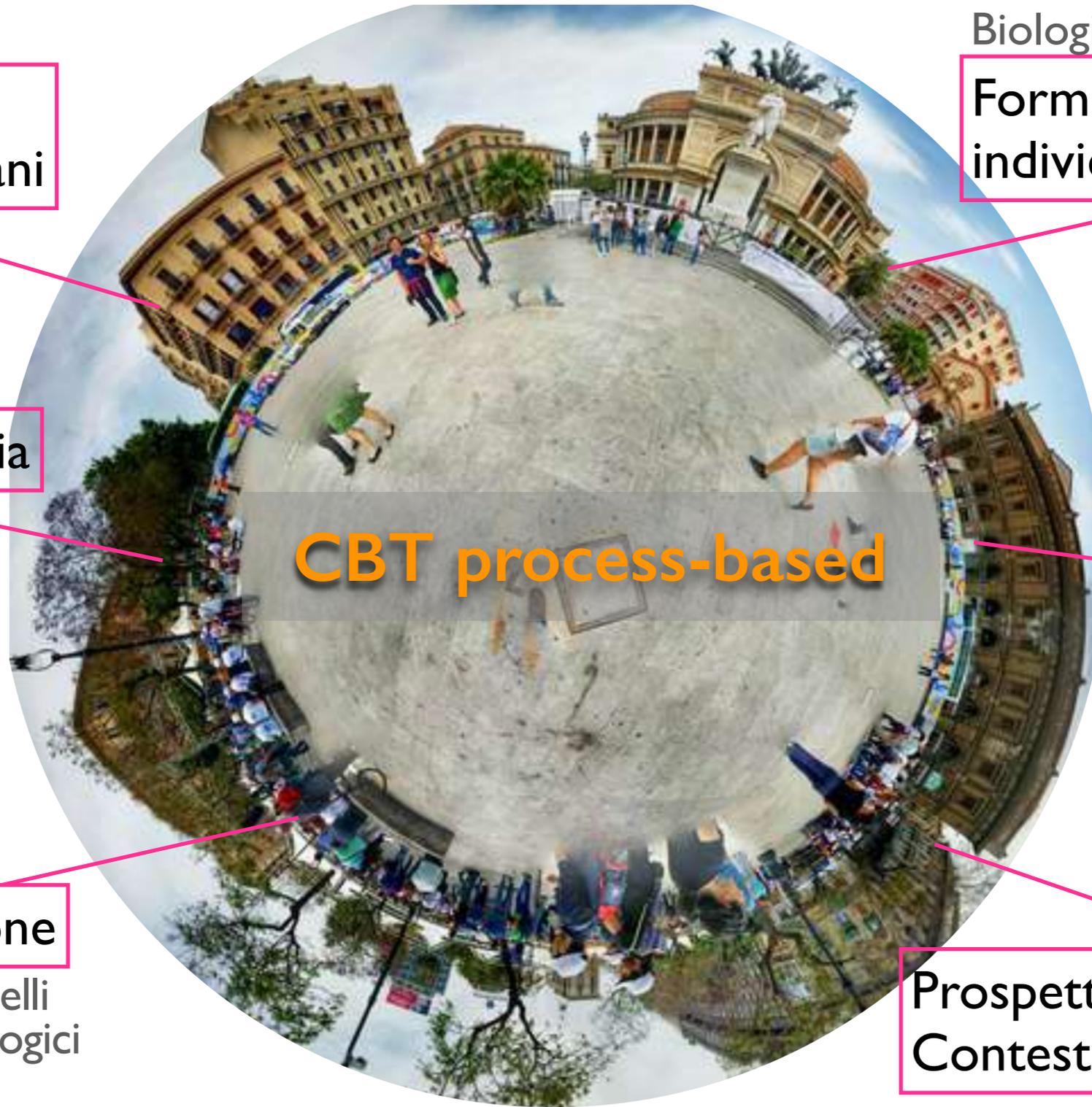
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# CBT basata sui processi

(Hayes&Hofmann, 2018)



Studio empirico dei processi umani

Biologia Storia Contesto

Formulazione del Caso individualizzata

Scelte Valori

Evidenze di efficacia

fonda intervento su strategie supportate

Monitoraggio della terapia

Obiettivi e misure per orientare T. verso valori del paziente

Concettualizzazione

Dialogo fra FC e modelli fisiologici e psicopatologici

Prospettiva BioPsicoSociale  
Contestualismo Funzionale

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



**2 minuti di orologio a coppie**

Cosa ho apprezzato di più?

Cosa mi è venuto in mente rispetto al mio lavoro?

C'è qualcosa che vorrei provare a fare, di più o di meno o di diverso?

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Aspetti clinici

assessment e intervento

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

*“che io possa avere il coraggio di cambiare  
le cose che posso cambiare,  
la forza di accettare le cose che non posso cambiare,  
e soprattutto la saggezza di saper distinguere le une dalle altre”*



# evidence based?

La CBT racchiude interventi evidence-based, che tengono conto dei **valori, preferenze e contesto** del paziente, delle **prove di efficacia** presenti in letteratura e dell'esperienza del **clinico** che li dispensa.

Gli interventi cuciti su misura sulla persona attraverso una **formulazione del caso** individualizzata



# Evidence Based Practice

---

EBP è “il coscienzioso, esplicito e giudizioso uso delle migliori evidenze attuali nel prendere decisioni per la cura del singolo paziente.

Significa integrare le competenze cliniche individuali con le migliori evidenze cliniche esterne disponibili dalla ricerca”

(D. Sackett, 1996)

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

EBPP =

# DECISION MAKING

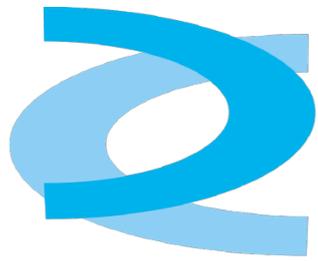
alternatives

uncertainty

high-risk  
consequences

interpersonal  
issues

complexity



ISTITUTO TOLMAN

# Interventi evidence-based

Ricerca di base  
paradigmi sperimentali  
robusti

Interventi clinici



Ricerca post-hoc  
valutazione di efficacia  
(RCT, studi su caso singolo, metanalisi)

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Evidence Based Practice

(D. Sackett, 1996)



# APA 12 - Empirically supported treatments

<http://www.div12.org/psychological-treatments/>



WELCOME ▾

MEMBERSHIP ▾

RESOURCES ▾

PUBLICATIONS ▾

SECTIONS ▾

CONTACT US

TREATMENTS HOME

FAQ

DIAGNOSES

TREATMENTS

CASE STUDIES

CONTRIBUTORS

CONTACT US



## PSYCHOLOGICAL TREATMENTS

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# lo scopo della CBT

Sviluppare modelli e metodi per  
comprendere, prevenire e alleviare la sofferenza umana,  
e per promuovere la qualità di vita, attraverso l'apprendimento  
di strategie di accettazione e cambiamento.

Osserva i tuoi pensieri, perché diventano parole. Osserva le tue parole, perché diventano azioni. Osserva le tue azioni, perché diventano abitudini. Osserva le tue abitudini, perché diventano carattere. Osserva il tuo carattere, perché diventa il tuo destino.

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Di cosa ci occupiamo in clinica?



## Dolore



fisico  
emotivo  
eventi  
di vita

cognitivo  
traumi  
interpersonale

## Valori



Persone  
Scopi  
Tensioni

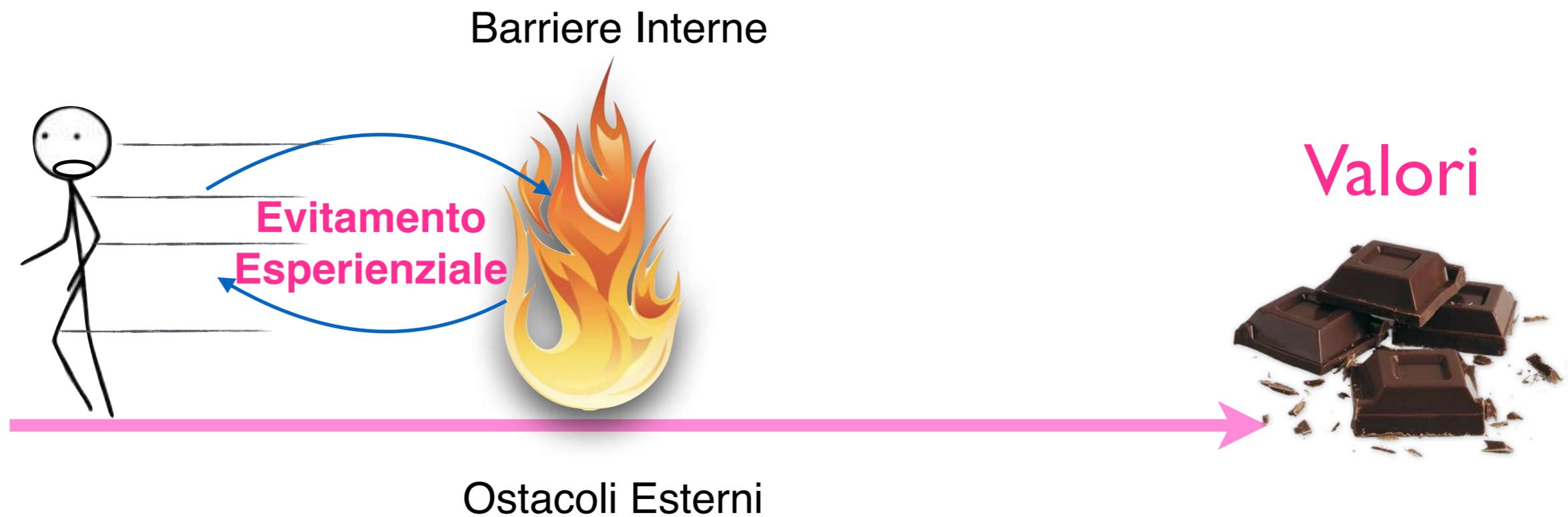
Bisogni  
Piaceri  
Desideri  
eventi di vita



# Di cosa ci occupiamo in clinica?



# Di cosa ci occupiamo in clinica?





# Lo Scopo è aiutare l'uomo a riprendere la Strada dei propri Valori



Istituto Tolman

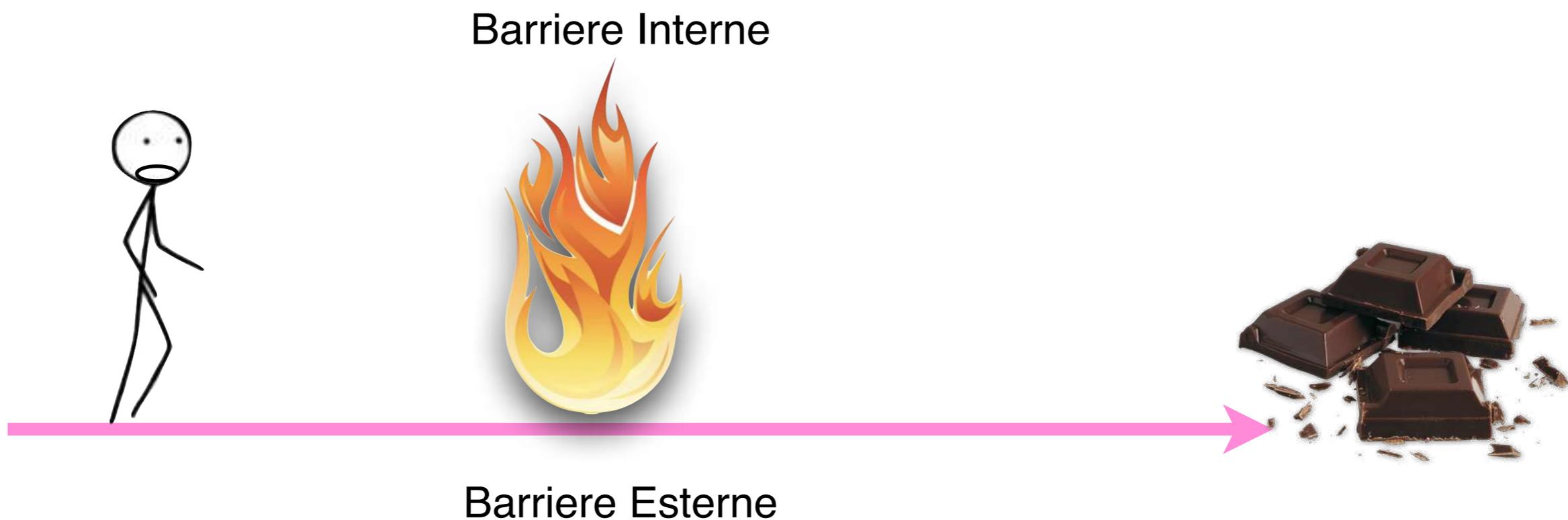
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# Lo Scopo è aiutare l'uomo a riprendere la Strada dei propri Valori



Istituto Tolman

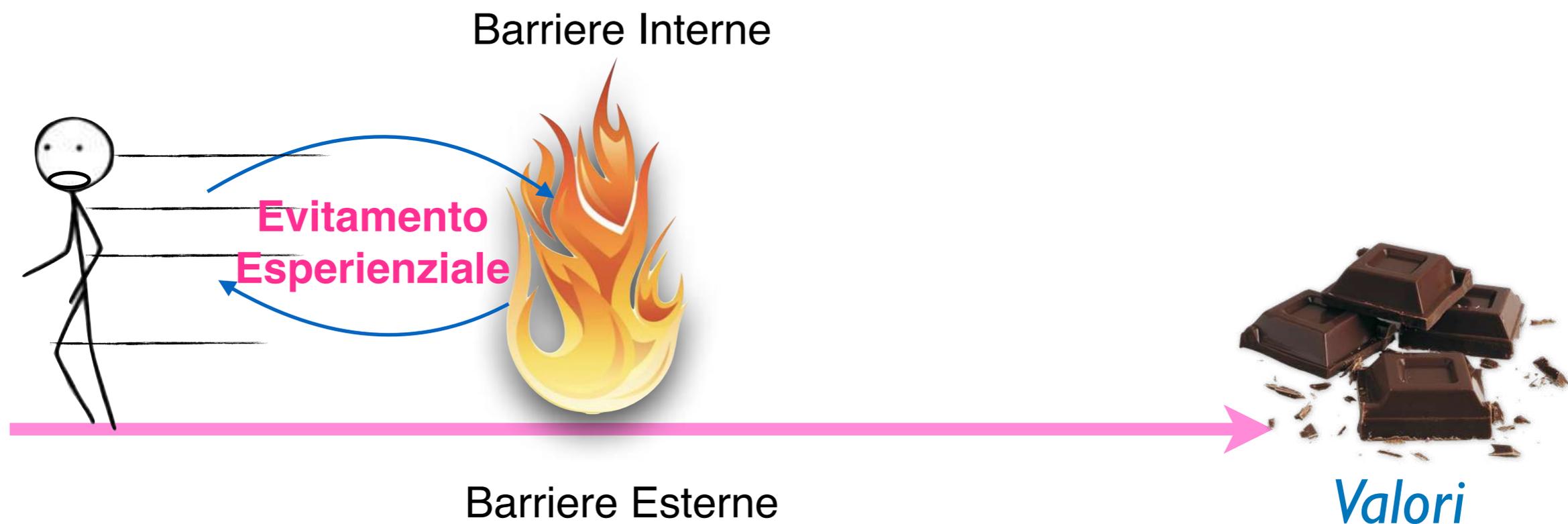
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# Lo Scopo è aiutare l'uomo a riprendere la Strada dei propri Valori



Istituto Tolman

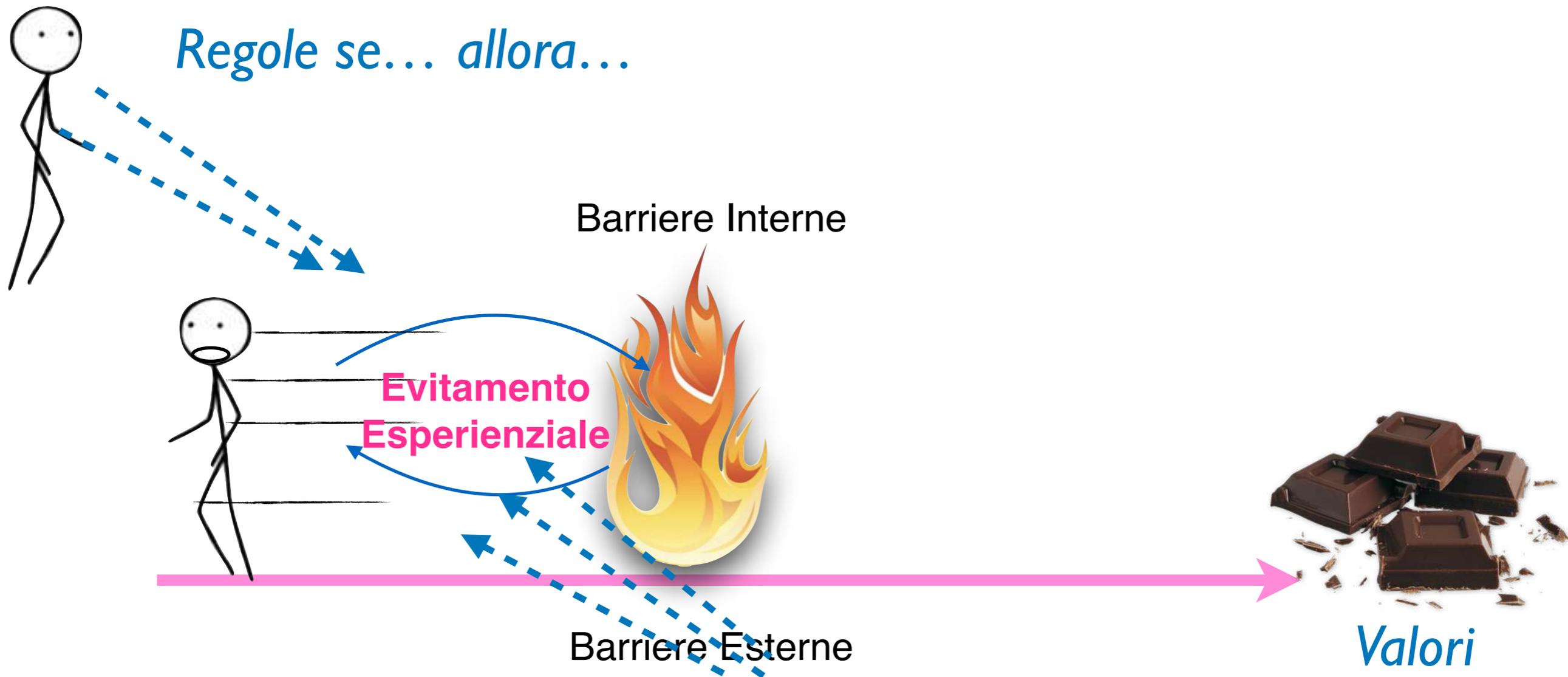
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# Lo Scopo è aiutare l'uomo a riprendere la Strada dei propri Valori



*Regole se... allora...*

# DOLORE PULITO



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# DOLORE SPORCO



# Flessibilità Psicologica

(Hayes, Wilson, Gifford, & Follette, 1996)

Stare a contatto con all'Esperienza Presente  
con le proprie emozioni e i propri pensieri,  
con una Prospettiva Osservante

Centrati  
nel qui e ora

## Evitamento Esperienziale

Apriti  
all'esperienza

Notare i pensieri e le emozioni  
fare spazio anche a ciò che è  
doloroso per...

Agisci  
in modo impegnato

...Agire nella direzione  
che conta per la Persona  
connessi ai propri Valori

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Flessibilità Psicologica

(Hayes, Wilson, Gifford, & Follette, 1996)

Stare a contatto con all'Esperienza Presente  
con le proprie emozioni e i propri pensieri,  
con una Prospettiva Osservante

## Centrati

nel qui e ora

## Aperti

all'esperienza

Notare i pensieri e le emozioni  
fare spazio anche a ciò che è  
doloroso per...



## Agisci

in modo impegnato

...Agire nella direzione  
che conta per la Persona  
connessi ai propri Valori

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Flessibilità Psicologica



*"Between stimulus and response there is a space. In that space is our power to choose our response. In our response lies our growth and our freedom."*

*Viktor E. Frankl*

*“Tra uno stimolo e una risposta vi è **uno Spazio**.  
In questo spazio sta il nostro potere di **Scegliere** la nostra risposta.  
Nella nostra risposta vi è la nostra crescita e la nostra **Libertà**”*

Victor Frankl

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Ampliare il proprio mazzo di carte allargare il repertorio comportamentale



Repertorio  
Cognitivo-Verbale

Repertorio  
Emotivo-Fisiologico

Repertorio  
di Coping

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Il Cambiamento in ottica Cognitivo Comportamentale

Centrato

Aperto

Impegnato



Se tu non sei la tua sofferenza, sei disposto a:

- restare centrato nel Momento presente...
- Aprirsi all'esperienza senza giudicarla o evitarla...
- Notando emozioni e regole/credenze attraverso cui guardi la tua esperienza...

... per Impegnarti in azioni dirette verso ciò a cui dai valore?

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale

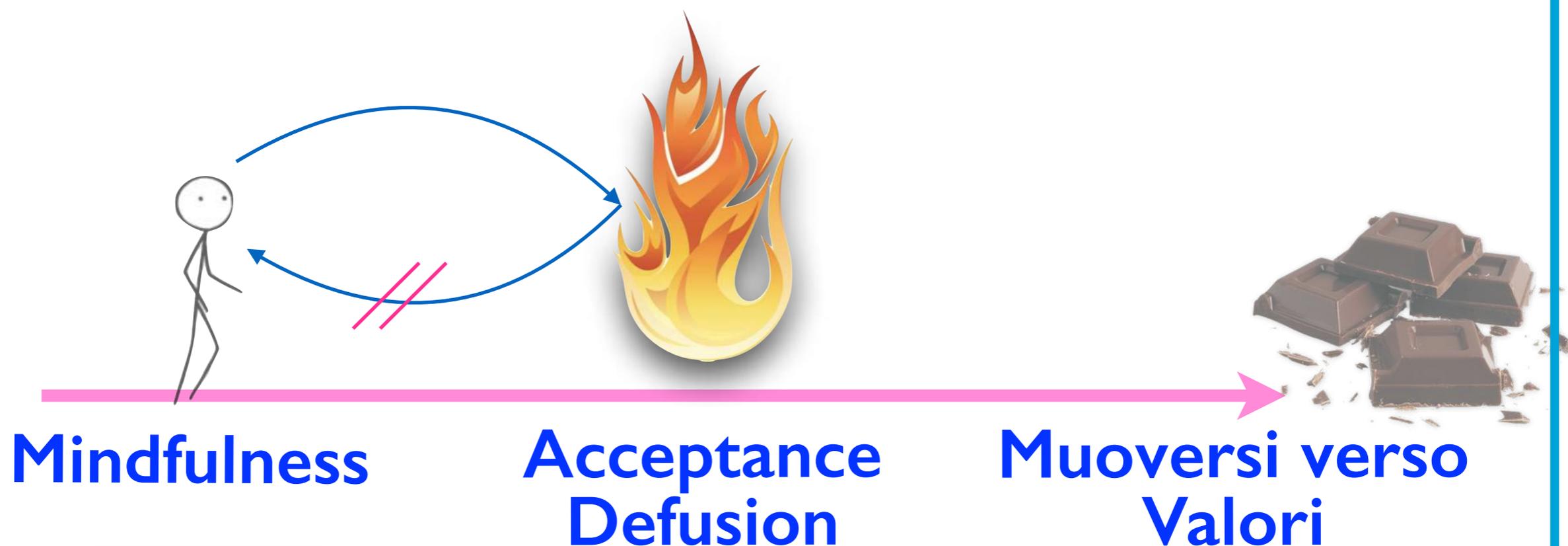


dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



# Lo Scopo è aiutare l'uomo a riprendere la Strada dei propri Valori

Self as perspective



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# come si svolge la terapia

Nella CBT la terapia è un processo **collaborativo, attivo ed esperienziale**, che ha luogo in un setting vis à vis.

Prevede una fase di assessment e una fase di trattamento. La **formulazione del caso è la bussola** dell'intervento.

Nella CBT terapeuta e paziente sono esistenzialmente **sulla stessa barca**. Accettano di assumere due ruoli specifici e complementari. Si pongono su un **piano paritario**, anche se il terapeuta si assume la responsabilità di condurre la terapia.

Primo contatto  
e primo colloquio

Assessment:  
longitudinale, trasversale,  
focalizzato, strumentale

## Formulazione del Caso

Definizione e condivisione  
degli obiettivi terapeutici

Strategia terapeutica

Monitoraggio della terapia

Valutazione dell'esito  
Prevenzione delle ricadute  
Follow-up

Istituto Tolman

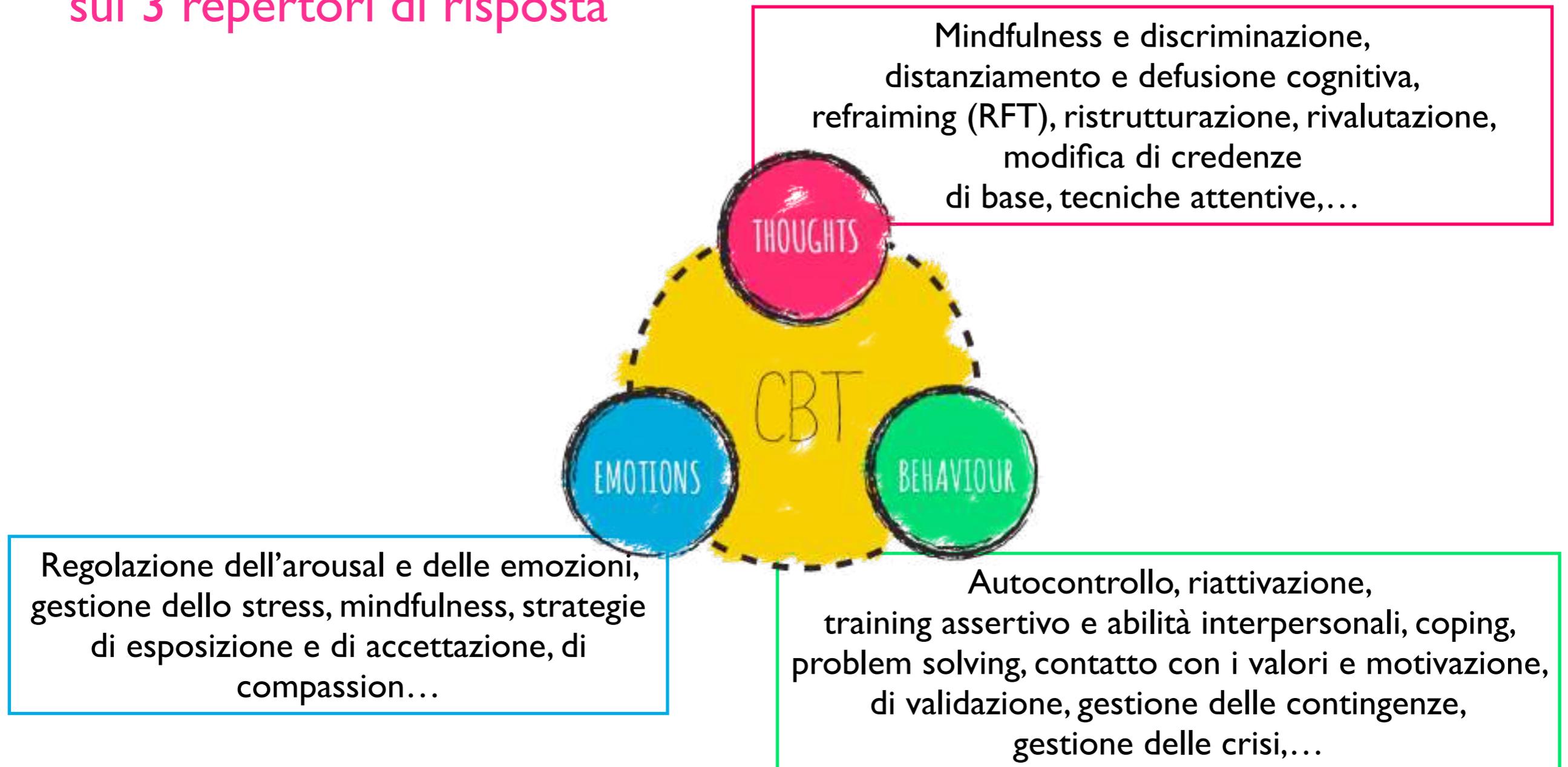
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

Scopo: ampliare il repertorio di comportamento per favorire una vita ricca di significato (flessibilità psicologica)

## Set di Strategie Terapeutiche sui 3 repertori di risposta



# Che psicoterapeuta voglio essere?

per cosa vorrei essere ricordato

---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Il ruolo della Relazione

## Empirismo collaborativo



Ruolo attivo di Pz e T

Fare esperienza insieme

Lavoro in seduta e fuori

Concordare obiettivi

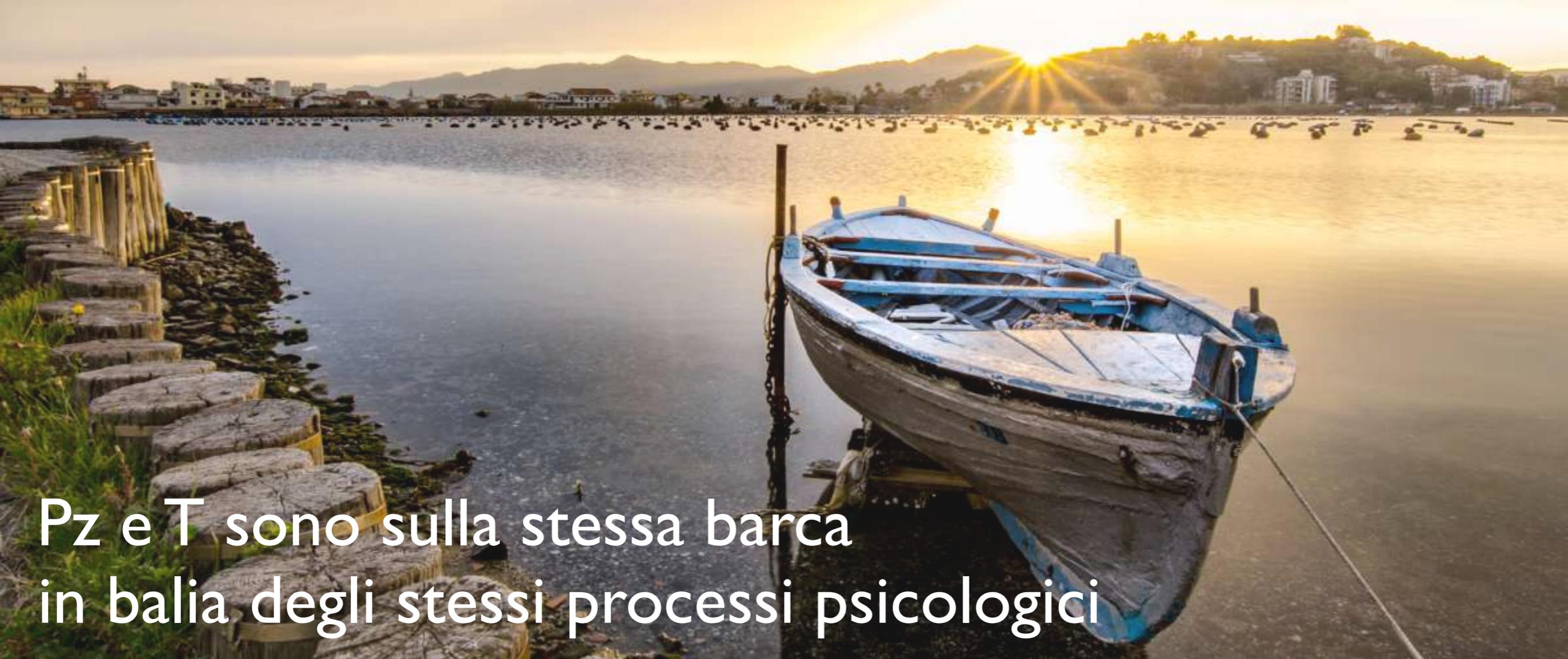
Monitorare effetti

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



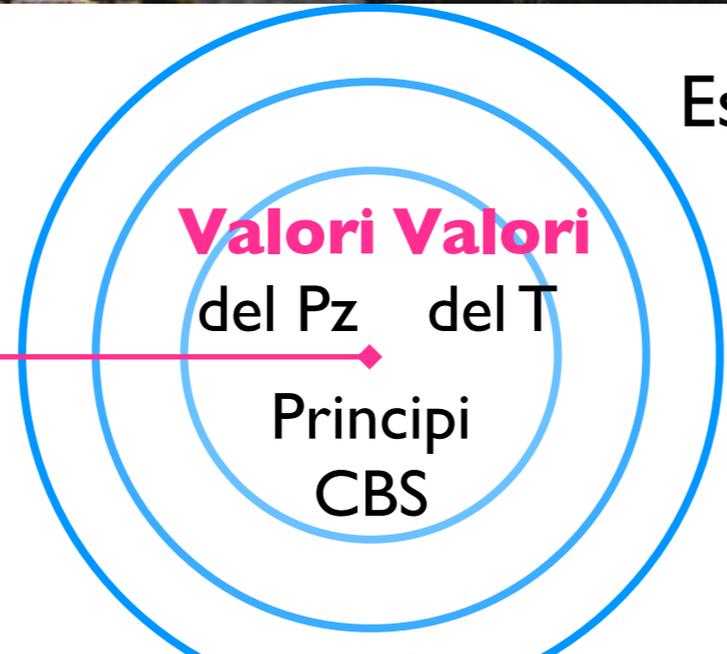
dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta



Pz e T sono sulla stessa barca  
in balia degli stessi processi psicologici

La sofferenza  
è una condizione umana  
Differenza dolore pulito  
e dolore sporco  
La trappola del linguaggio

**RT**



Essere Mindfull  
Orientati ai Valori  
Esperienza vs conoscenza  
**Interpersonally  
focused intervention**

Istituto Tolman

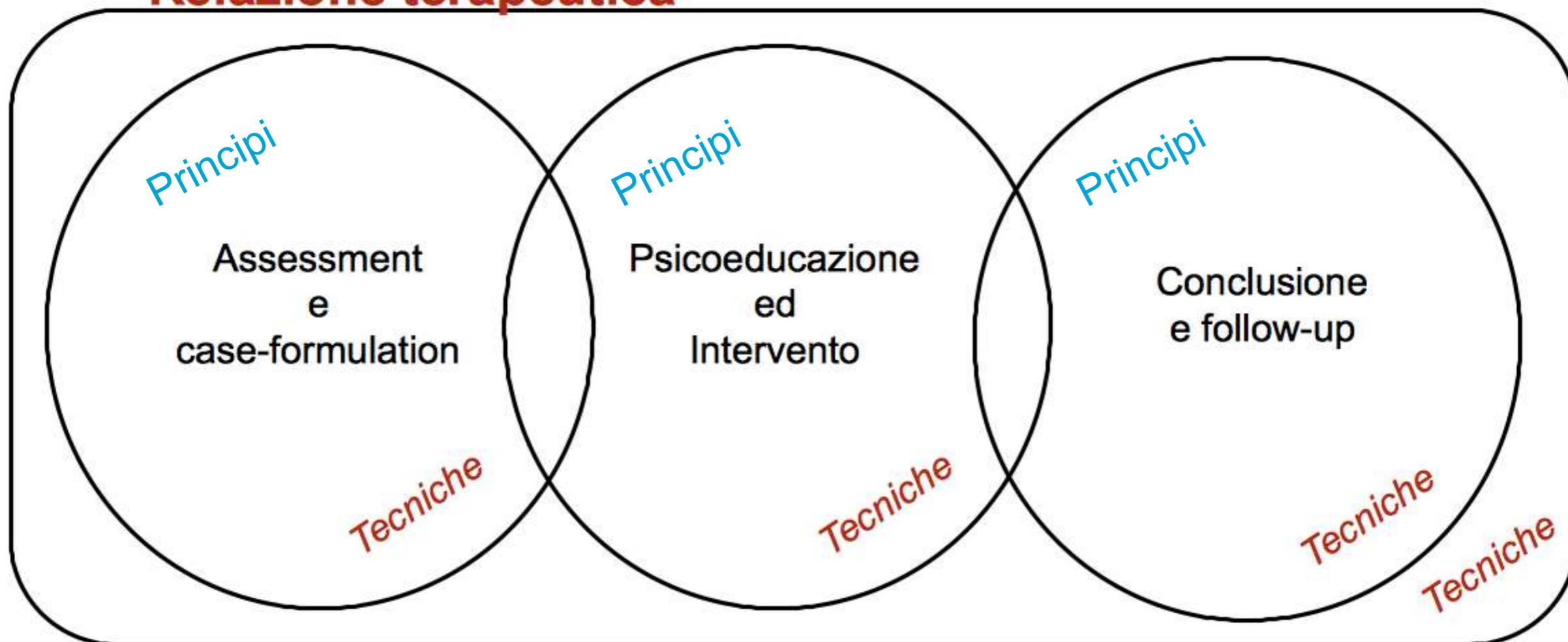
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Il ruolo della Relazione

## Relazione terapeutica



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# la relazione

L'alleanza terapeutica si fonda sull'**empirismo collaborativo**, sulla condivisione della **formulazione del caso** e sull'accordo esplicito sugli **obiettivi**.

Nella relazione **si esplorano** le prospettive su di sé, gli altri, sul mondo, e il proprio modo di rapportarsi con l'esperienza esterna e interna.

Il terapeuta aiuta il paziente a **discriminare cognizioni, emozioni, azioni** e a comprendere che queste risposte sono apprese allo scopo di promuovere **consapevolezza, flessibilità, cambiamento**.



**2 minuti di orologio a coppie**

Cosa ho apprezzato di più?

Cosa mi è venuto in mente rispetto al mio lavoro?

C'è qualcosa che vorrei provare a fare, di più o di meno o di diverso?

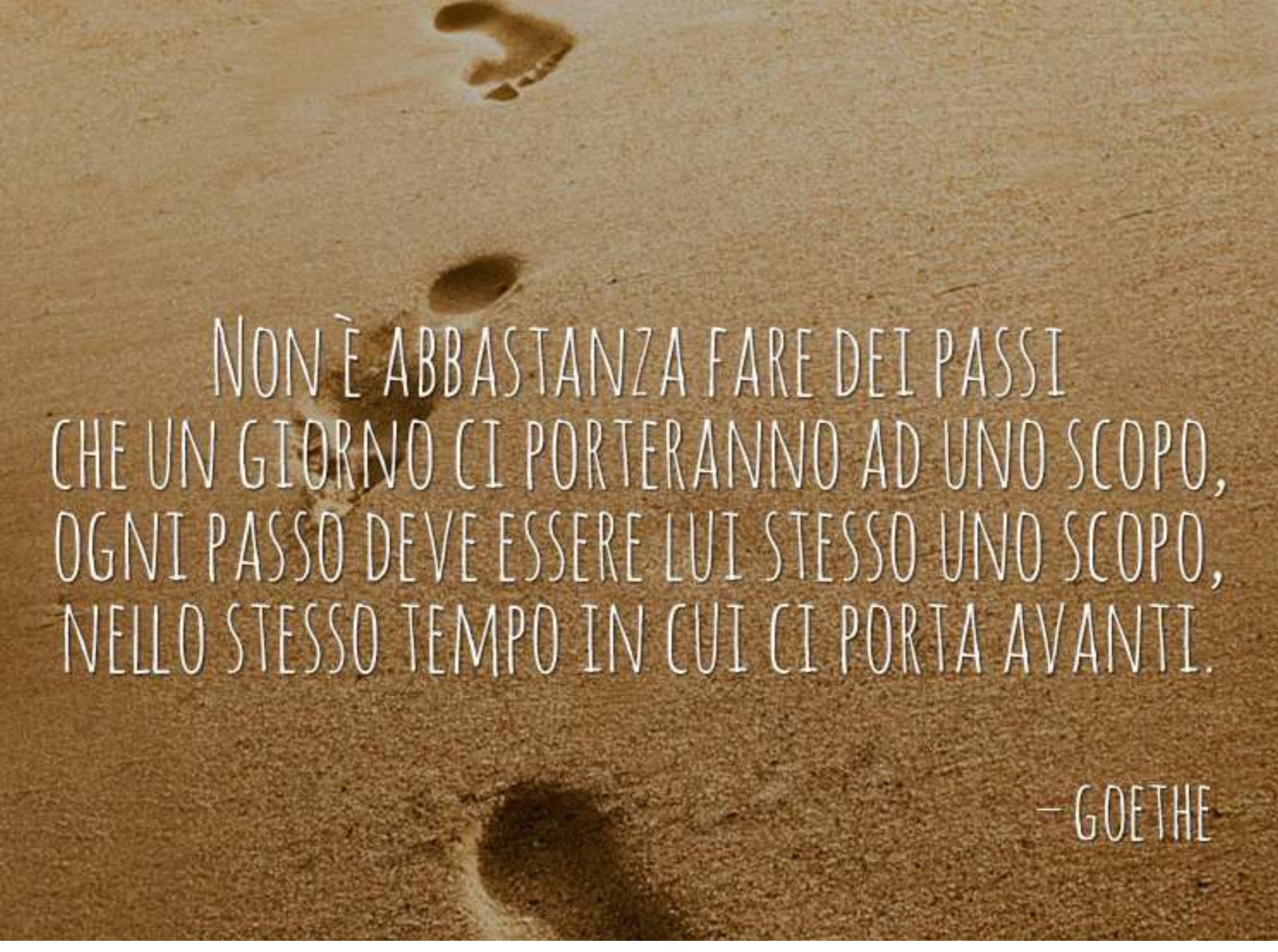
---

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

A close-up photograph of a sandy surface with several footprints. The footprints are arranged in a path that leads from the top center towards the bottom center. The sand is a warm, golden-brown color. The text is overlaid on the middle of the image.

NON È ABBASTANZA FARE DEI PASSI  
CHE UN GIORNO CI PORTERANNO AD UNO SCOPO,  
OGNI PASSO DEVE ESSERE LUI STESSO UNO SCOPO,  
NELLO STESSO TEMPO IN CUI CI PORTA AVANTI.

— GOETHE

*Apprendere è un'esperienza  
tutto il resto è solo informazione*  
A. Einstein

# Il percorso di formazione

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Linee guida formazione in Behavioral & Cognitive Psychology (CBP)

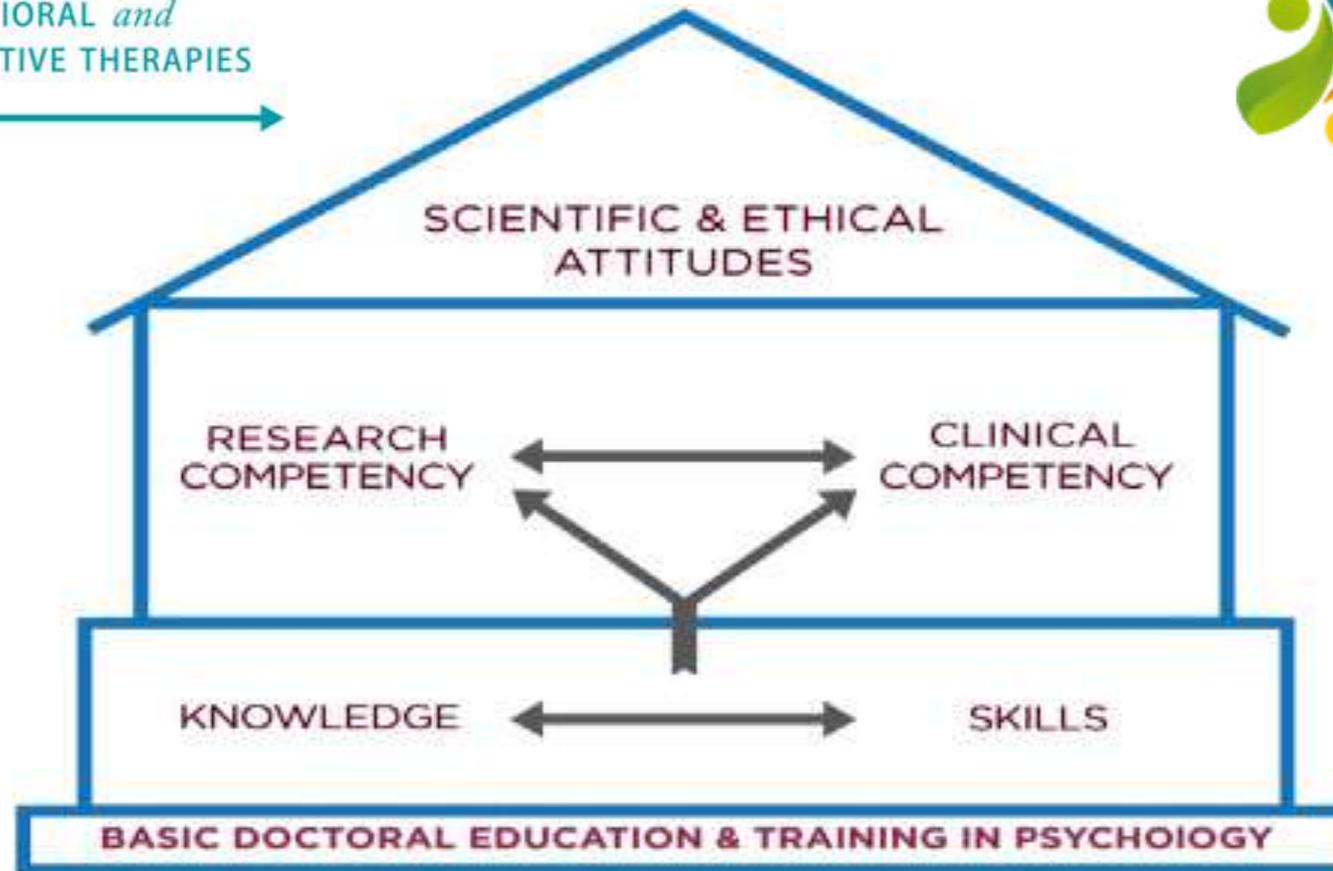
Guidelines for Cognitive Behavioral Training Within Doctoral Psychology Programs in the United States: Report of the Inter-Organizational Task Force on Cognitive and Behavioral Psychology Doctoral Education (Klepac et al, 2012)

La **psicologia comportamentale e cognitiva** fa riferimento ad

- un approccio sperimentale e clinico all'applicazione delle scienze comportamentali e cognitive
- volto a comprendere il comportamento umano e sviluppare interventi per migliorare la condizione umana.
- Il focus caratteristico della psicologia comportamentale è:
  - (a) il suo forte radicamento in un approccio empirico; e
  - (b) l'affondare le sue basi teoriche nelle teorie dell'apprendimento e dell'analisi comportamentale, in senso ampio, che includono il condizionamento rispondente, l'apprendimento operante, l'apprendimento sociale, le scienze cognitive e i modelli di elaborazione delle informazioni.

# Linee guida formazione in Behavioral & Cognitive Psychology (CBP)

Guidelines for Cognitive Behavioral Training Within Doctoral Psychology Programs in the United States: Report of the Inter-Organizational Task Force on Cognitive and Behavioral Psychology Doctoral Education (Klepac et al, 2012)



Academy of Psychological Clinical Science



Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Linee guida formazione in Behavioral & Cognitive Psychology (CBP)

Guidelines for Cognitive Behavioral Training Within Doctoral Psychology Programs in the United States: Report of the Inter-Organizational Task Force on Cognitive and Behavioral Psychology Doctoral Education (Klepac et al, 2012)

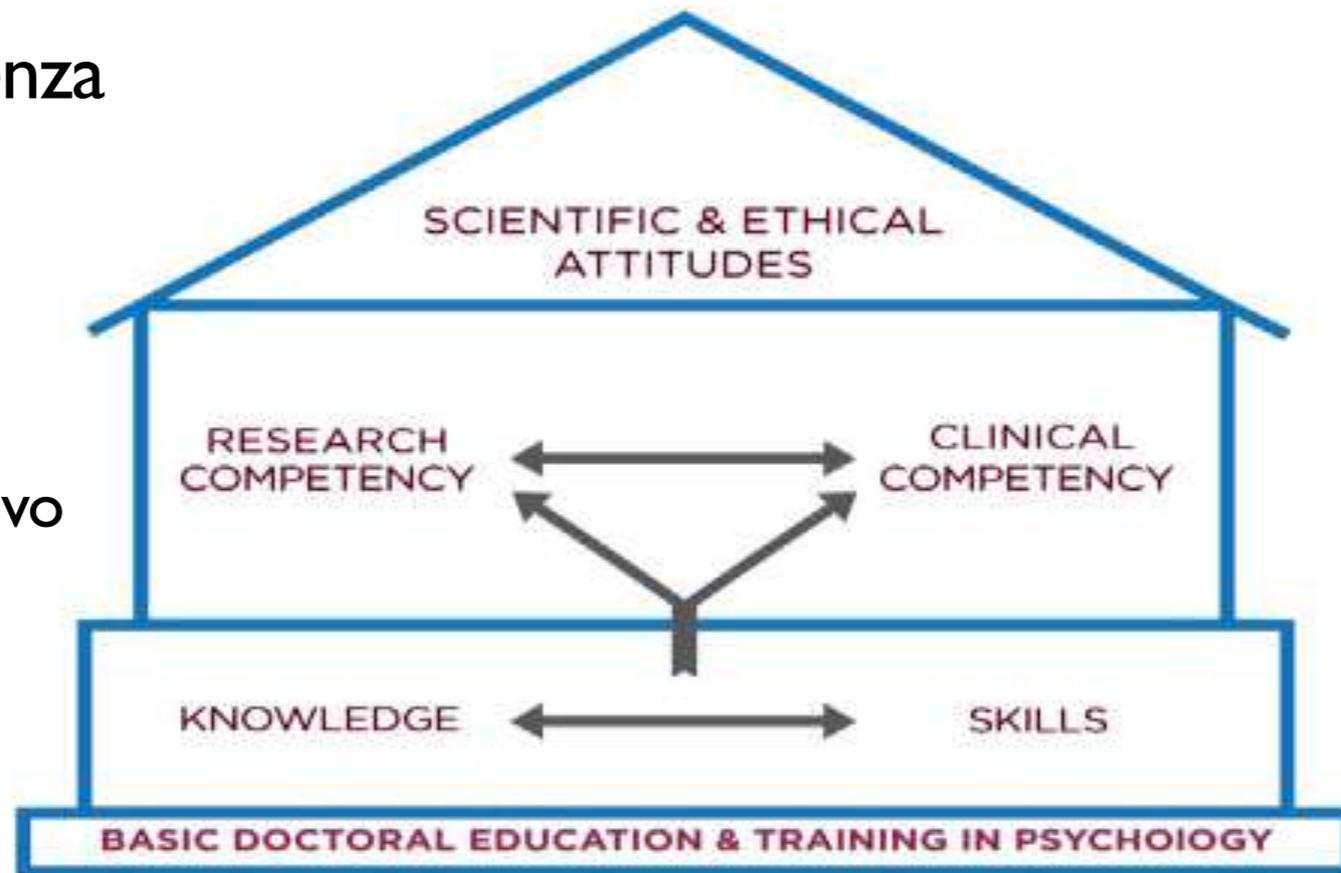
Filosofia della Scienza  
epistemologia



modello evolutivo,  
progressivo e cumulativo  
assunti filosofici e  
visioni del mondo



Contestualismo Funzionale



Istituto Tolman

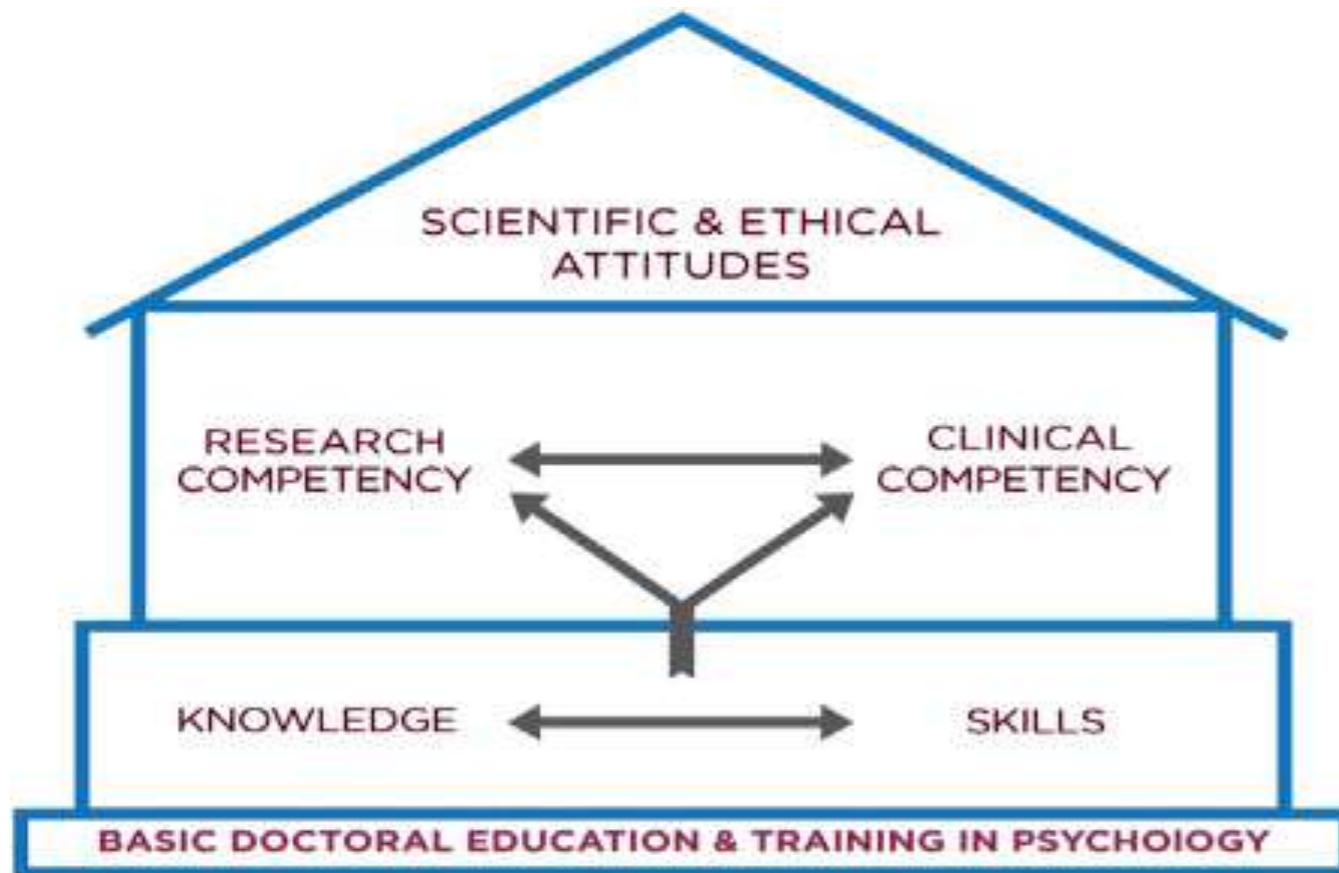
Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Linee guida formazione in Behavioral & Cognitive Psychology (CBP)

Guidelines for Cognitive Behavioral Training Within Doctoral Psychology Programs in the United States: Report of the Inter-Organizational Task Force on Cognitive and Behavioral Psychology Doctoral Education (Klepac et al, 2012)



## Etica e deontologia



E' un modo di ragionare e prendere decisioni (piuttosto che seguire delle regole o un protocollo alla cieca).

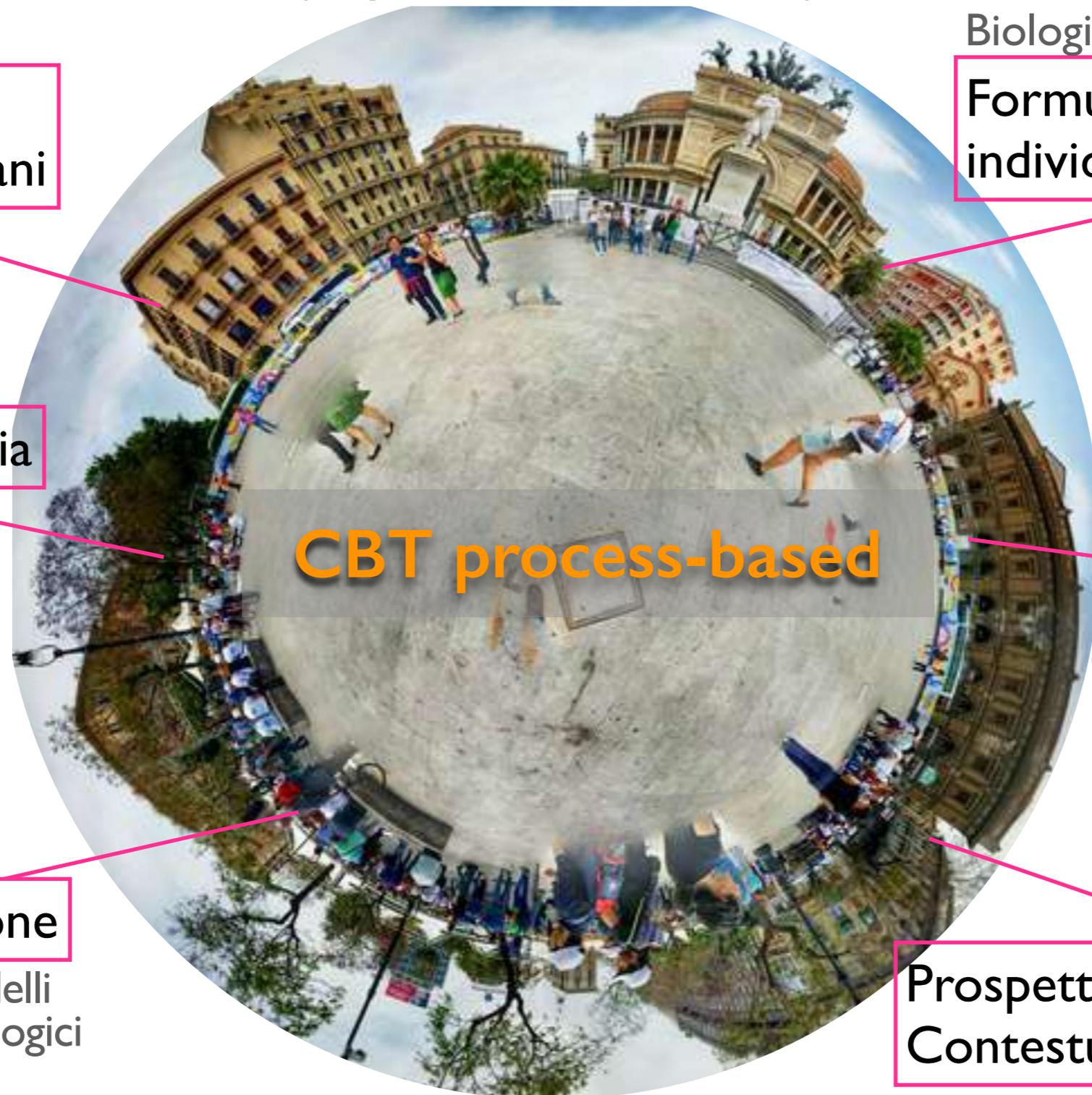
Il principio centrale è massimizzare il benessere della persona e di coloro con cui questi viene in contatto.

La domanda centrale è

“di cosa ha bisogno questa persona per vivere una vita dignitosa e di valore per sé?”

# CBT basata sui processi

(Hayes&Hofmann, 2018)



Studio empirico  
dei processi umani

Biologia Storia Contesto

Formulazione del Caso  
individualizzata

Scelte Valori

Evidenze di efficacia

fonda intervento su  
strategie supportate

Monitoraggio  
della terapia

Obiettivi e misure per  
orientare T. verso  
valori del paziente

Concettualizzazione

Dialogo fra FC e modelli  
fisiologici e psicopatologici

Prospettiva BioPsicoSociale  
Contestualismo Funzionale

Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Formazione in psicoterapia



Competenze generali

Competenze specifiche

Competenze specialistiche

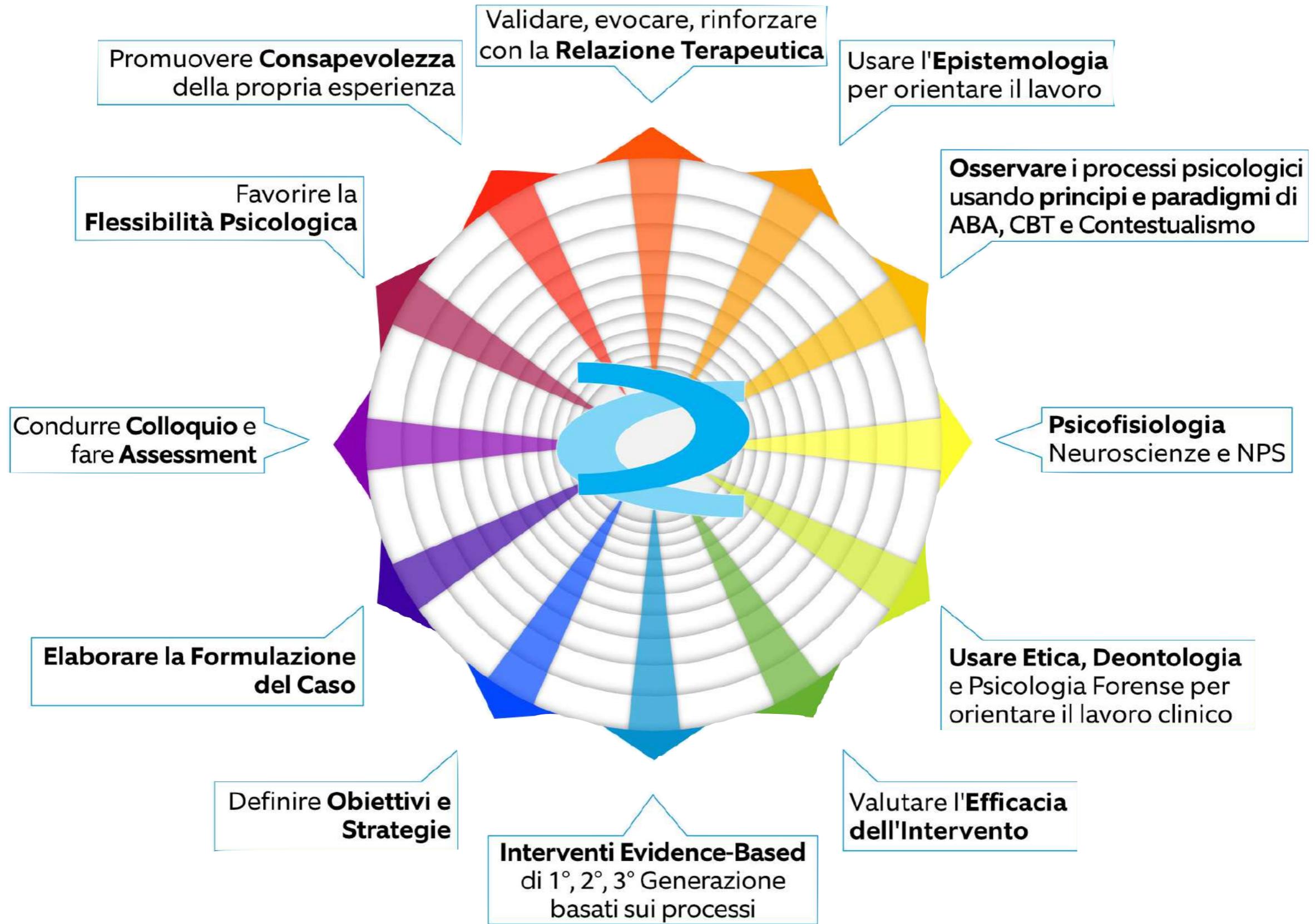
Istituto Tolman

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Skill del terapeuta cognitivo-comportamentale



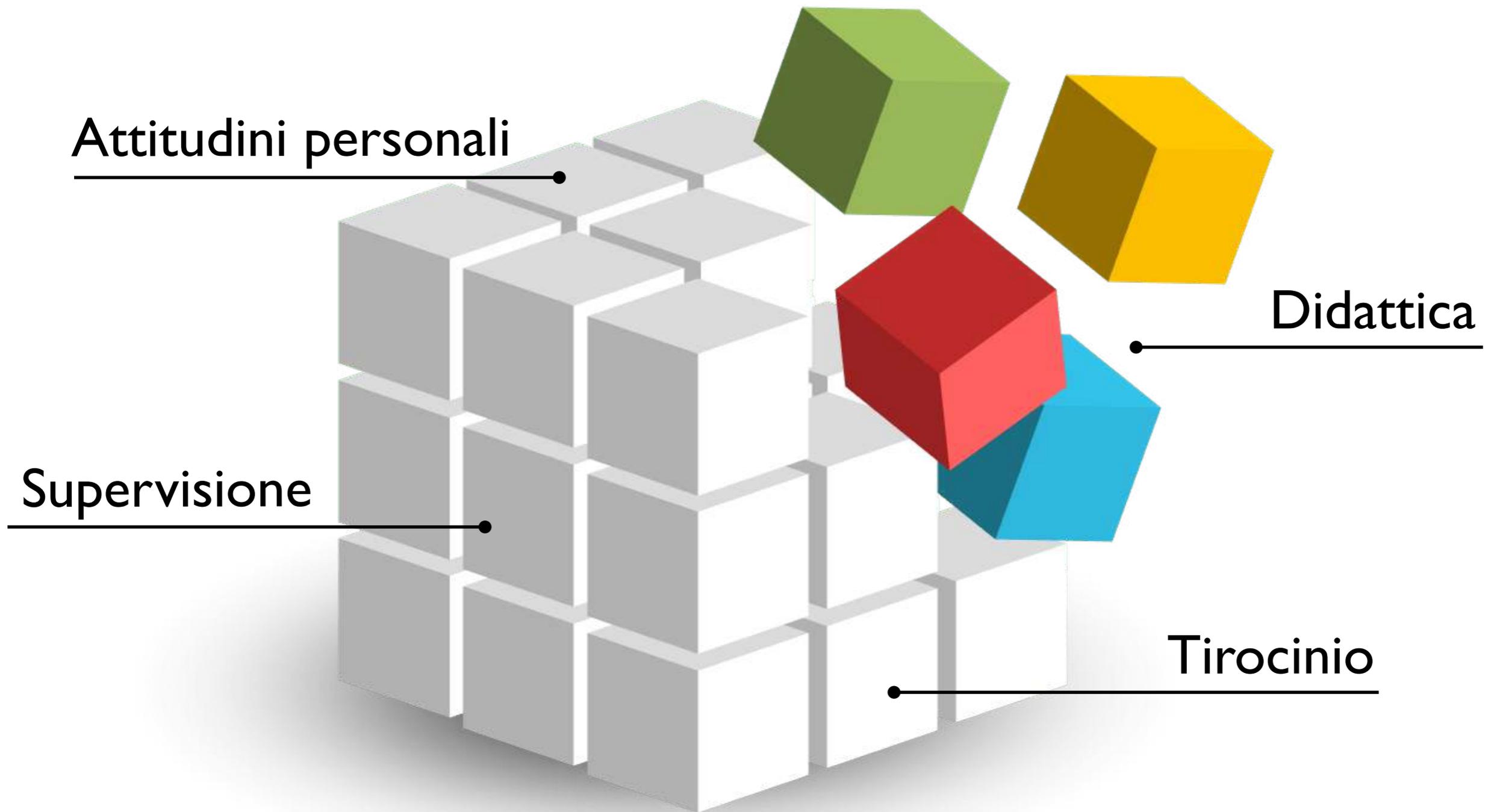
ISTITUTO TOIMAN

Psicoterapia Cognitivo  
Comportamentale



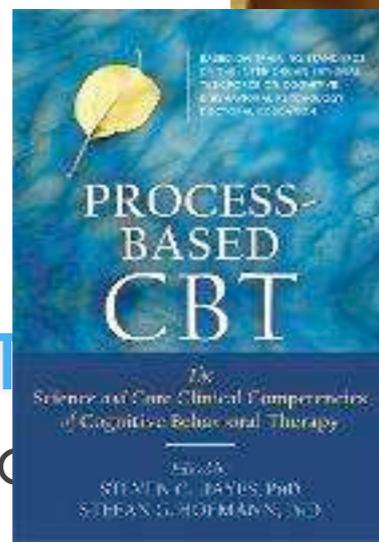
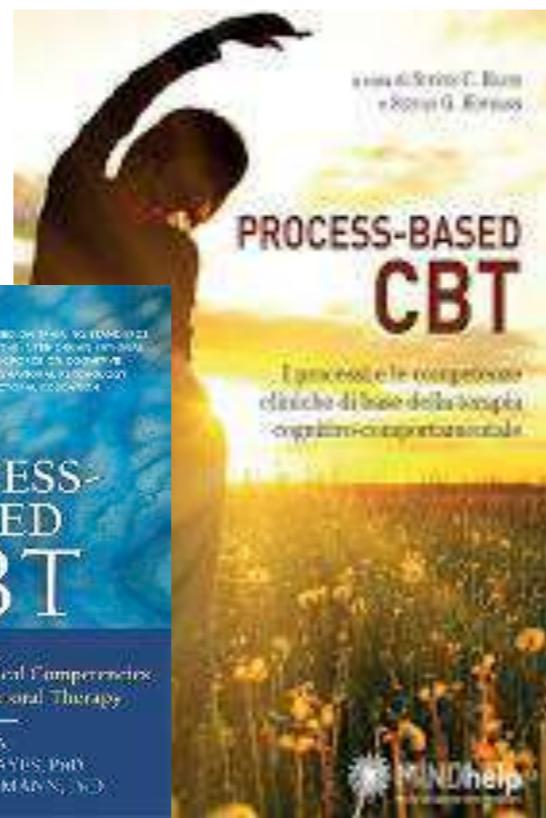
dott. Nicola Lo Savio  
Psicologo-Psicoterapeuta

# Formazione in Psicoterapia



# Bibliografia

Publicata su [www.istitutotolman.ning.com](http://www.istitutotolman.ning.com)



# Indice

- come nasce la psicoterapia
- struttura di una psicoterapia
- psicoterapia come scienza applicata
- **Psicologia cognitivo e comportamentale (CBP)**
  - epistemologia
  - oggetto di studio: interazione uomo-contesto
  - comportamenti, motivazione, contesto
  - forma e funzione del comportamento
  - funzione degli stimoli
  - processi, paradigmi, principi e procedure
  - processi/dimensioni, sistemi e livelli (EEMM)
- 3 generazioni della CBT e CBT process-based
- Cosa vuol dire evidence-based practice
- Aspetti clinici della CBT: scopo, struttura, relazione
- Percorso di formazione e standard

# Bibliografia

- *APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice (2006). Evidence-Based Practice in Psychology. American Psychologist, Vol. 61, No. 4, 271–285;*
- *Barnes-Holmes, Y., Barnes-Holmes, D., McHugh, L., Hayes, S.C. (2004). RFT: some implications for understanding and treating human psychopathology, in Int. J. of Psychology and Psychological Therapy, 2004, Vol. 4, 2, 355-375;*
- *Bijou S., Baer D. (1994). Lo sviluppo infantile. Un'analisi comportamentale. Armando Editore;*
- *Beck A.T. (1984). Principi di terapia cognitiva. Astrolabio;*
- *DeHouwer J., Barnes-Holmes D., Barnes-Holmes Y (2018), What Is Cognition? A Functional-Cognitive Perspective. In Process-Based CBT: The Science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy, Hayes S.C., Hofman S. (2018). New Harbinger;*
- *Kohlenberg R.J., Tsai, M., & Dougber, M.J. (1993). The dimensions of clinical behavior analysis. The Behavior Analyst, 16, 271-282;*
- *Luciano, C., Valverde, M.R., & Gutiérrez Martínez, O. (2004). A proposal for synthesizing verbal contexts in Experiential Avoidance Disorder and Acceptance and Commitment Therapy, in Int. J. of Psychology and Psychological Therapy, 2004, Vol. 4, 1, 377-394;*
- *Martin G., Pear J. (2000). Strategie e tecniche per il cambiamento. La via comportamentale. McGraw-Hill;*
- *Meazzini P. (1995). La terapia del comportamento. Una storia. Ed. Tecnoscuola;*
- *Melli G., Sica C. (2018). Fondamenti di psicologia e psicoterapia cognitivo comportamentale. Erickson;*
- *Papa A., Epstein E.M. (2018), Emotions and Emotion Regulation. In Process-Based CBT: The Science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy, Hayes S.C., Hofman S. (2018). New Harbinger;*
- *Ramnerö J., Törneke N. (2008). ABC's of Human Behaviour. New Harbinger;*
- *Sanavio E. (1991). Psicoterapia cognitiva e comportamentale. Ed. Carocci;*
- *Wilson K. (2009), A Clinician's Guide to Stimulus Control. In Mindfulness for Two: An Acceptance and Commitment Therapy Approach to Mindfulness in Psychotherapy. Wilson K.G., DuFrene T. (2009). New Harbinger.*