

# COME FUNZIONA IL PERCORSO DI CURA

## PSICOTERAPIA PSICOANALITICA

La **Psicoterapia Psicoanalitica** è una forma di **psicoterapia** condotta da **psicoterapeuti** ad orientamento psicoanalitico che si sono sottoposti ad una **formazione molto lunga e rigorosa**.

La **Psicoanalisi** è, innanzitutto, **un'esperienza soggettiva**.

La cura psicoanalitica è chiamata anche "talking cure", ovvero **la cura della parola**, perché è grazie a questo potente strumento che la cura si realizza seduta dopo seduta.

### PAZIENTE

Ha osservato in se stesso **comportamenti eccessivi**, si sente **costantemente insoddisfatto**, soffre a causa di **ansia, stress, disturbi alimentari, ...**, che non gli consentono più di vivere serenamente.

**Desidera comprendere** da dove arrivi tale malessere e come **risolverlo**.

Sospetta di **aver bisogno di aiuto** da parte di uno specialista e **contatta uno psicoterapeuta**.

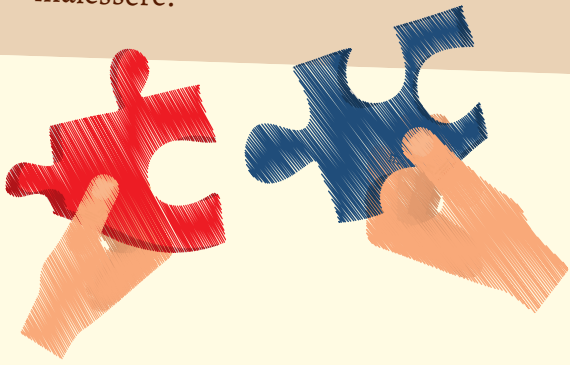


### PAZIENTE E PSICOTERAPEUTA

**Insieme** guardano al problema, al sintomo, alle dinamiche che abitano la vita del soggetto, alle libere associazioni, per:

- **approfondire**
- **comprendere**
- **svelare**

il senso inconscio di questo malessere.



### PAZIENTE



Ha **acquisito consapevolezza** delle proprie dinamiche inconscie che lo hanno portato a non vivere serenamente tanto da **sviluppare un sintomo** che, peggiorando la sua qualità di vita, lo avvisasse che era giunto il momento di prendersi cura di sé.

Acquisite tali consapevolezze, seduta dopo seduta, **il soggetto è libero di scegliere se affrontare i propri fantasmi e cambiare le cose** per iniziare a vivere più sereno, maturo e consapevole, oppure restare nella consueta e rassicurante zona di confort, nonostante le scomodità, perché non è ancora giunto per lui il momento opportuno per confrontarsi e affrontare il cambiamento.



### PSICOTERAPEUTA

**Ascolta** rispettosamente e attivamente.

**Accoglie** il soggetto e la sua storia.

**Invita** il paziente a **raccontare qualsiasi cosa voglia senza autocensurarsi**, come insegna la "regola fondamentale" tramandataci da Sigmund Freud.

**Non giudica** il contenuto, i modi, i tempi, le scelte, ..., la vita del paziente.



### PSICOTERAPEUTA

**Dirige la cura**, ma non il paziente, come insegna Jacques Lacan.

**Interpreta**, ovvero esplicita al soggetto, il senso latente presente nei discorsi che fa e nei comportamenti che questi mette in atto.

**Invita** il paziente ad analizzare le proprie dinamiche inconscie che sono alla base di emozioni, comportamenti, difficoltà relazionali.

**Accompagna** il soggetto nell'analisi delle proprie manifestazioni dell'inconscio (sogni, lapsus, atti mancati, ...) che emergono durante il percorso.



Infografica realizzata dalla dott.ssa Valentina Carretta - Psicologa Psicoterapeuta - [www.dottorressacarretta.it](http://www.dottorressacarretta.it) - 347.8787486