

EAIP - European Association for Integrative Psychotherapy

La psicoterapia integrata: dichiarazione della propria filosofia

La psicoterapia integrata abbraccia in primo luogo, e soprattutto, un'attitudine particolare nei confronti della pratica della psicoterapia in cui si afferma l'importanza di un approccio unitario alle persone. Quindi, un aspetto principale su cui essa si focalizza è un modo appropriato ed efficace di risposta alla persona a diversi livelli: emozionale, spirituale, cognitivo, comportamentale e fisiologico. Lo scopo è quello di facilitare l'integrazione, affinché sia massimizzata la qualità dell'essere e del funzionamento della persona nello spazio intrapsichico, interpersonale e socio-politico, con il dovuto riguardo ai limiti personali e ai vincoli esterni di ciascun individuo.

All'interno di questa cornice viene riconosciuto come l'integrazione costituisca un processo che richiede un impegno da parte dei terapeuti. Ciò implica una focalizzazione sull'integrazione personale dei terapeuti. Viene, tuttavia, riconosciuto che, accanto all'aspetto essenziale della crescita personale del terapeuta, occorre anche un impegno da parte di questi nell'acquisire conoscenze nell'area della psicoterapia e in aree correlate. Pertanto, l'EAIP definisce come "Integrati" tutti gli orientamenti e le metodologie in psicoterapia che attuano - o che stanno sviluppando - una combinazione teoretica, coerente e di principio, di due o più approcci specifici, e che presentano, in aggiunta o in alternativa, un proprio modello di integrazione. A tal riguardo, vi è un obbligo etico da parte degli psicoterapeuti integrati di dialogare con i colleghi di orientamenti differenti e di tenersi informati degli sviluppi nel campo.

Un principio fondamentale della Psicoterapia integrata afferma che nessuna singola forma di terapia è migliore o più idonea in tutti i casi. La Psicoterapia integrata promuove la flessibilità nell'approccio ai problemi e aderisce al mantenimento di standard di eccellenza nel servizio reso ai clienti, nella supervisione e nella formazione. Perciò, quando i terapeuti integrati attingono da diverse strategie, tecniche e costrutti teorici per trattare situazioni particolari, ciò non viene fatto a caso bensì in una modalità informata di intuito clinico e di una solida conoscenza e comprensione dei problemi da trattare e degli interventi da attuare.

In ultima analisi, la Psicoterapia integrata, mentre afferma l'importanza di mettere in primo piano approcci particolari o combinazioni di approcci in relazione a problemi specifici, assegna la massima priorità a quei fattori comuni a tutte le psicoterapie, specialmente alla relazione terapeutica in tutte le sue modalità. In merito alla relazione terapeutica, viene posta un'enfasi particolare sull'importanza del mantenere un atteggiamento di rispetto, gentilezza, onestà ed equità verso la persona del cliente, con modalità che affermino l'integrità e l'umanità sia di sé che dell'altro. La Psicoterapia integrata sottolinea l'importanza di fornire un ambiente di contenimento (*holding*) in cui possano aver luogo la crescita e la guarigione, entro uno spazio intersoggettivo co-creato da entrambi, cliente e terapeuta.

Fonte: European Association for Integrative Psychotherapy

<http://www.euroaip.eu>

