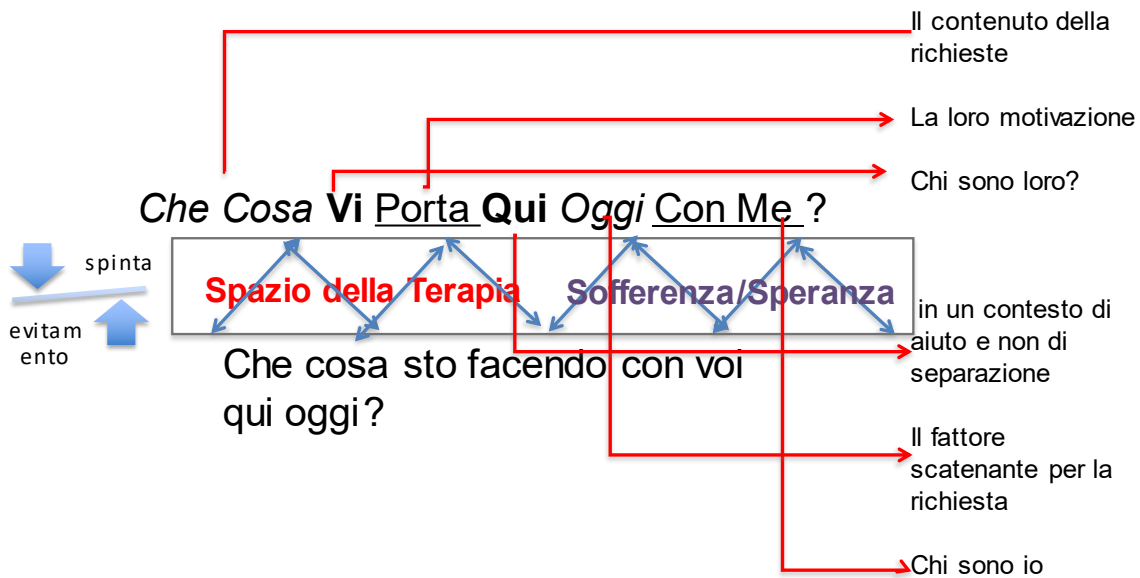


Di seguito potete trovare una serie di domande che vi possono ispirare per indagare la storia di attaccamento individuale di ogni partner e la storia della relazione. Sono da intendersi come domande da inserire nelle conversazioni degli incontri di assesment non come intervista da fare ai clienti durante le sedute.

Questa prima immagine è utile per orientarvi nella seduta in cui accogliete la coppia per la prima volta:

Cornice per un contest di terapia: Stadio 0



La struttura della fase di assessment (Passo 1 e 2)

- Prima seduta – Incontro con entrambi i partner, insieme. Obiettivi:
 - Stringere un'alleanza;
 - Monitorare il ciclo;
 - Infondere speranza.
- Seconda e terza seduta – Incontro individuale con ciascun partner.
- Quarta seduta – Incontro con entrambi i partner, insieme; il terapeuta dà un feedback.

Alterra - Pagani 2021

79

Sedute individuali

- Finalizzate a conoscere i partner individualmente.
- Finalizzate a permettere loro di affrontare argomenti che non riuscirebbero a trattare con facilità durante le sedute di coppia.
- Consentono al terapeuta di effettuare un'ulteriore valutazione rispetto alla sicurezza del legame e alla presenza di bisogni di attaccamento in conflitto tra loro.
- Consentono al terapeuta di conoscere le storie di attaccamento dei partner.

Alterra - Pagani 2021

81

Sedute individuali

- favorire l'alleanza terapeutica con ogni partner
- osservare e interagire con ogni partner in un contesto diverso
- ottenere informazioni e verificare ipotesi che sono difficili da esplorare di fronte al coniuge

Alterra - Pagani 2021

82

A. Storia di come si sono incontrati

1. Come vi siete incontrati?
2. Cosa vi ha attratti l'un l'altro?
3. Cosa vi fa male in questa relazione? (offrirgli speranza come risposta)
4. Cosa vi ha portato in terapia adesso?
5. Come gestite il conflitto?
6. Come vi allontanate?
7. Come appare questa disconnessione, cosa fate quando succede?
8. Quanto dura di solito?
9. Come riparate i conflitti?
10. Chi si avvicina per riconnettersi?
11. Da quanto tempo state insieme?
12. Com'era la vostra relazione all'inizio o quando le cose andavano bene tra voi?
13. Quando e in che modo le cose hanno iniziato ad andare male?
14. Cos'è che avevate e che vi rendeva speciali e che poi avete perso?
15. In che modo litigate? In che modo fate pace dopo uno scontro? Sentite di aver risolto i problemi che hanno creato il conflitto? Chi dei due si fa avanti per ristabilire la connessione?
16. In che modo ognuno di voi chiede/offre conforto al partner?
17. Cosa vi ha spinti a iniziare una terapia di coppia? Di chi è stata l'idea?
18. Dove sperate vi porti questa terapia?

B. Relazioni di Attaccamento durante l'Infanzia

1. Hai avuto una figura genitoriale affidabile? Chi?
2. Cosa hai imparato dalla tua famiglia sull'essere emotivo e vulnerabile?
3. Cosa ricordi di quando eri piccolo e ti sentivi ferito o spaventato? A chi ti potevi rivolgere per avere conforto?
4. Potevi dire che ti stavano facendo del male? Qual'era o quale sarebbe stata la risposta?
5. Ti ricordi di esserti mai sentito al sicuro con qualcuno nella tua famiglia? Chi era e come sapevi di essere al sicuro?

C. Storia di attaccamento relazionale di ciascun partner.

1. Precedenti relazioni adulte significative.
2. Risolvevate i conflitti? Come?
3. Come vi riavvicinavate?
4. Perché vi eravate lasciati, come?
5. Come gestivate le emozioni forti?
6. Come vi rispondevate emotivamente reciprocamente?
7. Sei stato in grado di ricevere conforto dalle tue relazioni precedenti?
8. I tuoi precedenti partner ti hanno mai tradito o non sono stati disponibili per te nei momenti critici?

9. Ci sono stati incidenti particolarmente traumatiche nelle tue precedenti relazioni sentimentali?
10. Hai imparato qualcosa sulla connessione da questa persona / queste persone?
11. Ci sono stati momenti in cui sei stato in grado di essere vulnerabile e trovare conforto con il tuo ex partner?
12. Se nessuno era una parsona che ti faceva sentire al sicuro, come ti sei confortato? Come ti sei accorto che non era sicuro per te?
13. Ti sei mai rivolto ad alcol, droghe, sesso o cose materiali per avere conforto?

D. Modello di Attaccamento dei Genitori

1. I tuoi genitori erano apertamente affettuosi l'uno con l'altro?
2. Come esprimevano l'affetto?
3. In che modo i tuoi genitori litigavano o non andavano d'accordo?
4. Come risolvevano le liti?
5. Come hai vissuto le loro liti?
6. Uno dei genitori ha avuto una storia di perdita o abuso?
7. Come è stato gestito questo argomento?
8. Come facevi a sapere quando uno dei tuoi genitori o un genitore era arrabbiato?
9. Come facevi a sapere quando uno dei tuoi genitori era triste o spaventato?
10. Potresti parlarmi di qualcuno nella tua vita con cui potevi essere vulnerabile e aperto durante la tua crescita?
11. Erano in grado di porre fine alle discussioni e riavvicinarsi?
12. In che modo vivevi gli scontri e le discussioni che nascevano a casa?

E. Storia di trauma o abuso? Come sono state gestite? Come vengono gestite (altri traumi) ?

1. In che modo la tua famiglia ha trattato o affrontato una perdita e / o un trauma?
2. Potresti parlare di traumi o abusi significativi che hai affrontato nella tua crescita?
3. Se ti rende insicuro parlarne, potremmo parlare del perché ti senti insicuro e di come possiamo creare sicurezza per te?
4. Come posso rendermi conto di quando inizi a fidarti di me in questo processo terapeutico? Potresti dirmi quando inizi a sentirti insicuro qui?
5. Le emozioni rispetto a questi
6. Le perdite
7. Abusi fisici – Abusi sessuali
8. Pornografia
9. Abuso di sostanze

F. Valutazione del ciclo di interazioni

1. Reagisco spesso a ---
2. Il mio partner mi reagisce spesso quando---

3. Quando il mio partner reagisce in questo modo mi sento spesso ---
4. Quando mi sento in questo modo, mi vedo come ---
5. Quando mi sento in questo modo cosa ricerco o cosa vorrei o desidererei ---
6. Quando reagisco nel modo in cui -- , immagino che il mio partner si senta ---
7. Il ciclo Negativo ---

G. Vita Sessuale (in coppia e anche in individuale)

Individuale

1. Il primo ricordo della sessualità
2. Infanzia: messaggi sul sesso, come viene mostrato l'affetto, come vengono gestite la nudità e le questioni corporee, eventuali differenze di genere, esperienza/identità/ruolo di genere, primi sentimenti sessuali, masturbazione, gioco sessuale tra pari, eventuali esperienze sessuali spiacevoli/disturbanti/confondenti, abuso sessuale
3. Adolescenza: sentimenti della pubertà, sviluppo e immagine del corpo, mestruazioni (gravidanza o aborto), sogni bagnati, appuntamenti, come si è appreso del sesso, esperienze sessuali (etero/omo/bi), primo rapporto/esperienza sessuale, fantasie/sogni
4. Età adulta: problemi con se stessi/il partner, farmaci/controllo della nascita, IST, masturbazione/fantasia/uso di porno/sogni

Individuale e in coppia

1. Dato che spesso il sesso è importante per la coppia, vorrei fare a entrambi qualche domanda sulla vostra vita sessuale. Siete d'accordo?
1. Com'è la vostra vita sessuale?
2. Quanto spesso fate sesso?
3. Chi lo inizia normalmente?
4. Hai avuto delle relazioni parallele o tradimenti? (in individuale)
5. Ne hai uno adesso? (in individuale)
6. C'è qualcun altro nella tua vita ora? (in individuale)
7. Sospetti che il tuo partner abbia una relazione? (in individuale)
8. Come vivete la vostra sessualità?
9. C'è qualcosa che vi preoccupa riguardo alla vostra vita sessuale?
10. Quanto è importante per voi lavorare su questo aspetto insieme a me?
11. Riuscite a parlare di queste preoccupazioni tra di voi?
12. Pensate che ci siano dei blocchi specifici che vi impediscono di avere una vita sessuale più soddisfacente?
13. Quali soluzioni avete sperimentato finora per affrontare il problema della disfunzione erettile?

H. Eventuale violenza di coppia:

1. È abbastanza comune che le coppie, nel calore del conflitto, sperimentino l'escalation attraverso il conflitto fisico; è mai successo nella vostra relazione?
2. Nei momenti in cui voi due vi bloccate, c'è mai stata un'escalation di spinte, colpi, calci, sia verso il vostro partner che verso gli oggetti?
3. Come sono queste esperienze per voi mentre accade? E dopo?
4. Cosa provoca il conflitto fisico?

5. Come fate a ristabilire la vicinanza dopo un litigio?

H. Qualcos'altro che dovrei sapere?

Eventuali domande di approfondimento nel colloquio individuale:

1. Quali sono le cose che ti piacciono di più della tua relazione?
2. Cosa ti piace di più del tuo partner?
3. Quali sono le cose che vorresti cambiare di più (di te o del tuo partner)?
4. Quanto spesso discutete? Di cosa discutete più spesso?
5. Proviamo ad entrare nel dettaglio del vostro litigio più recente. Come è iniziato? Come è finita?
6. Quando discutete, qualcuno finisce per andarsene? Chi? Quanto ci vorrà prima che torni? Quanto tempo restate arrabbiati?
7. Chi è il primo a tentare di migliorare le cose?
8. Le vostre liti diventano fisiche? Verbalmente offensive? Entrare nei dettagli in modo non giudicante e comprensivo.
9. Chi inizia il sesso più spesso?
10. Se non state facendo sesso, da quanto e come mai avete smesso?
11. Usi il sesso per fare pace? Come?
12. Il sesso è un argomento doloroso della vostra relazione? Perché?
13. Ti senti sicuro e protetto con il tuo partner? Adesso? Nel passato? Entrare nei dettagli
14. Nel tuo rapporto attuale, puoi chiedere al tuo partner quando hai bisogno di vicinanza e conforto? Entrare nei dettagli e valutare il livello di difficoltà (1 estremamente facile --- 10 estremamente difficile).
15. Quali sono i momenti in cui riuscite ad avvicinarvi l'uno con l'altro in un modo che ti fa sentire emotivamente connesso e al sicuro l'uno con l'altro?
16. Quali messaggi sull'amore / sul matrimonio hai ricevuto dai tuoi genitori? O hai percepito/imparato a livello sociale?
17. Prima della tua relazione attuale, hai vissuto una relazione sicura e amorevole con qualcuno di cui ti fidi, ti sei sentito vicino e avresti potuto rivolgerti a lui/lei se necessario? Chi? Esplorare a fondo
18. Ci sono stati momenti significativi nella tua relazione attuale in cui hai sentito che il tuo partner non era lì per te.
19. Se è così difficile per te rivolgerti e fidarti degli altri, come fai a chiedere quando ne hai veramente bisogno? Cosa fai quando la vita diventa troppo difficile da gestire o quando ti senti solo?
20. Trovare almeno due cose specifiche che ti fanno/farebbero sentire più sicuro e amato nella tua relazione attuale.