

Il ruolo del gioco e della creatività in psicoterapia

Daniel J. Siegel, M.D.



Il ruolo del gioco e della creatività in psicoterapia

Daniel J. Siegel, M.D.



Questo manuale è stato
stampato con il 10% di carta
riciclata post-consumo



ZNM048740
10/15

Diritto d'autore © 2015

PESI, INC.

Casella postale 1000
3839 viale bianco.

54702, Eau Claire, Wisconsin

Stampato negli Stati Uniti

PESI, Inc. si sforza di ottenere autori e docenti esperti per le sue pubblicazioni e seminari. Le raccomandazioni cliniche contenute nel presente documento sono il risultato di un'ampia ricerca e revisione dell'autore. Ovviamente, qualsiasi raccomandazione per l'assistenza al cliente deve essere tenuta in considerazione rispetto alle circostanze individuali a portata di mano. Per quanto ne sappiamo, tutte le raccomandazioni incluse dall'autore riflettono la pratica attualmente accettata. Tuttavia, queste raccomandazioni non possono essere considerate universali e complete. Gli autori e l'editore declinano ogni responsabilità per effetti sfavorevoli derivanti da informazioni, raccomandazioni, omissioni o errori non rilevati. I professionisti che utilizzano questa pubblicazione dovrebbero ricercare anche altre fonti originali di autorità.

PESI, Inc. offre programmi e prodotti di formazione continua con i marchi PESI HealthCare, CMI Education Institute, Premier Education Solutions, PESI, MEDS-PDN, HeathEd e Ed4Nurses. Per domande o per effettuare un ordine, visitare: www.pesi.com o chiama il nostro servizio clienti al numero: (800) 844-8260.



13 pagine

10/15



MATERIALI FORNITI DA

Daniel J. Siegel, M.D. si è laureato presso la Harvard Medical School e ha completato la sua formazione medica post-laurea presso l'UCLA con una formazione in pediatria e psichiatria infantile, adolescenziale e adulta. Attualmente è professore clinico di psichiatria presso la UCLA School of Medicine, co-direttore fondatore del Mindful Awareness Research Center dell'UCLA, co-ricercatore fondatore presso l'UCLA Center for Culture, Brain and Development e direttore esecutivo del Mindsight Institute, un centro educativo dedicato alla promozione dell'intuizione, della compassione e dell'empatia negli individui, nelle famiglie, nelle istituzioni e nelle comunità.

La pratica psicoterapica del Dr. Siegel dura da 30 anni e ha pubblicato ampiamente per il pubblico professionale. È l'editore fondatore della Norton Professional Series on Interpersonal Neurobiology, che comprende oltre tre dozzine di libri di testo. I libri del Dr. Siegel includono *Mindsight, Pocket Guide to Interpersonal Neurobiology, The Developing Mind, Second Edition, The Mindful Therapist, The Mindful Brain, Parenting from the Inside Out* (con Mary Hartzell, M.Ed.), e i tre bestseller del New York Times: *Brainstorm, The Whole-Brain Child* (con Tina Payne Bryson, Ph.D.), *No-Drama Discipline* (con Tina Payne Bryson, Ph.D.) e il suo ultimo *Il libro di esercizi Whole Brain Child* (con Tina Payne Bryson, Ph.D.).

La capacità del Dr. Siegel di rendere concetti complicati eccitanti e facili da capire lo ha portato ad essere invitato a parlare a organizzazioni locali, nazionali e internazionali dove parla a gruppi di educatori, genitori, amministratori pubblici, operatori sanitari, responsabili politici, clero e neuroscienziati. È stato invitato a tenere conferenze per il Re di Thailandia, Papa Giovanni Paolo II, Sua Santità il Dalai Lama, Google University e TEDx. Vive nel sud della California con la sua famiglia.

Divulgazioni dei relatori: Finanziario: Il Dr. Daniel J. Siegel è un professore clinico presso la UCLA School of Medicine. È direttore esecutivo del Mindsight Institute. È un autore per la casa editrice W.W. Norton e riceve i diritti d'autore. È un autore per la casa editrice Bantam e riceve i diritti d'autore. È un autore per Guilford Press e riceve i diritti d'autore. È un autore per Tarcher/Penguin e riceve i diritti d'autore. È un autore per Random House e riceve i diritti d'autore. Riceve un onorario di relatore da PESI, Inc.

Non finanziario: Il Dr. Daniel J Siegel non ha alcuna relazione non finanziaria rilevante da divulgare.

Gioco: Relazioni, Cervello e Mente
Daniel J. Siegel, M.D.
Istituto Mindsight

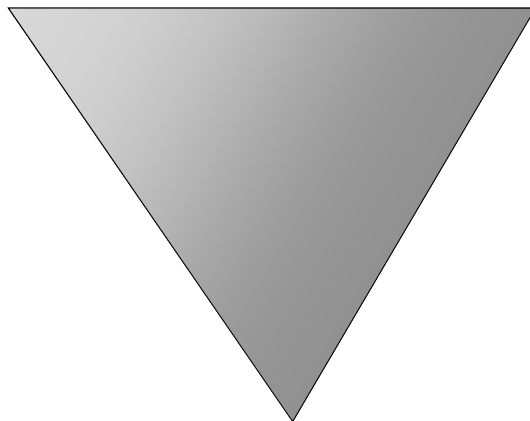


Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

ATRIANGOLO DELL'ESPERIENZA UMANA

MENTE

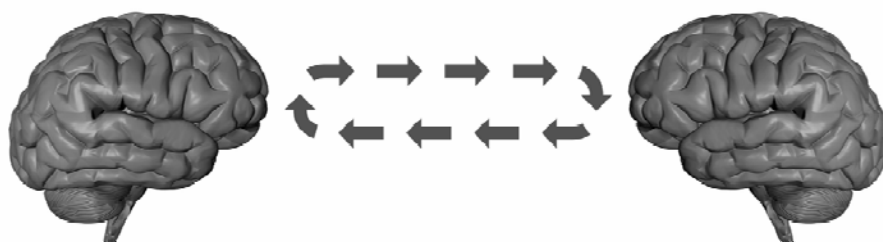
INCARNATO
CERVELLO



RELAZIONI

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Mindsight e integrazione neurale



Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Visione mentale

1. Intuizione
2. Empatia
3. Integrazione

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

La presenza, il gioco e il cervello sociale

- Che cosa significa essere "presenti"?
- Perché la presenza è uno degli aspetti più importanti delle nostre relazioni interpersonali?
- In che modo la presenza aumenta la telomerasi, migliora la regolazione epigenetica e migliora la funzione immunitaria?
- Qual è la connessione tra gioco e PARTE: presenza, sintonia, risonanza e fiducia?

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Allegato I: Relazioni nella Ricerca (ISS: Infant Strange Situation) Studi

- | <u>• Tipo di relazione</u> | <u>• Comportamento genitoriale</u> |
|----------------------------|---|
| • B - Sicuro | • Reattivo, coerente |
| • A - Evitante..... | • Rifiuto, Distante |
| • C - Ambivalente | • Incoerente/Intrusivo Incoerente/Intrusivo |
| • D - Disorganizzato..... | • Spaventoso, confuso, pauroso |

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Una Definizione Operativa di un aspetto fondamentale della Mente

Un processo emergente incarnato e relazionale
auto-organizzante che regola il flusso di energia
e informazioni

(Una proprietà emergente deriva dalle interazioni
degli elementi di un sistema, cioè dal flusso di
energia all'interno dell'attività neurale incorporata
e della comunicazione relazionale)

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Principali principi di Mindsight

- La mente vista come una proprietà o un
processo emergente auto-organizzante che
REGOLA il flusso di energia e informazioni
- La mente è sia INCARNATA che RELAZIONALE
- La regolamentazione comporta il MONITORAGGIO e
MODIFICA
- L'armonia emerge dall' **integrazione**, il
collegamento di elementi differenziati di un sistema
- **Caos e/o rigidità** derivano da
un'integrazione compromessa

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Integrazione: un framework
semplice ma potente

L'integrazione è: Il

COLLEGAMENTO
di
D I F F E R E N T I A T E D

Parti

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Il fiume dell'integrazione

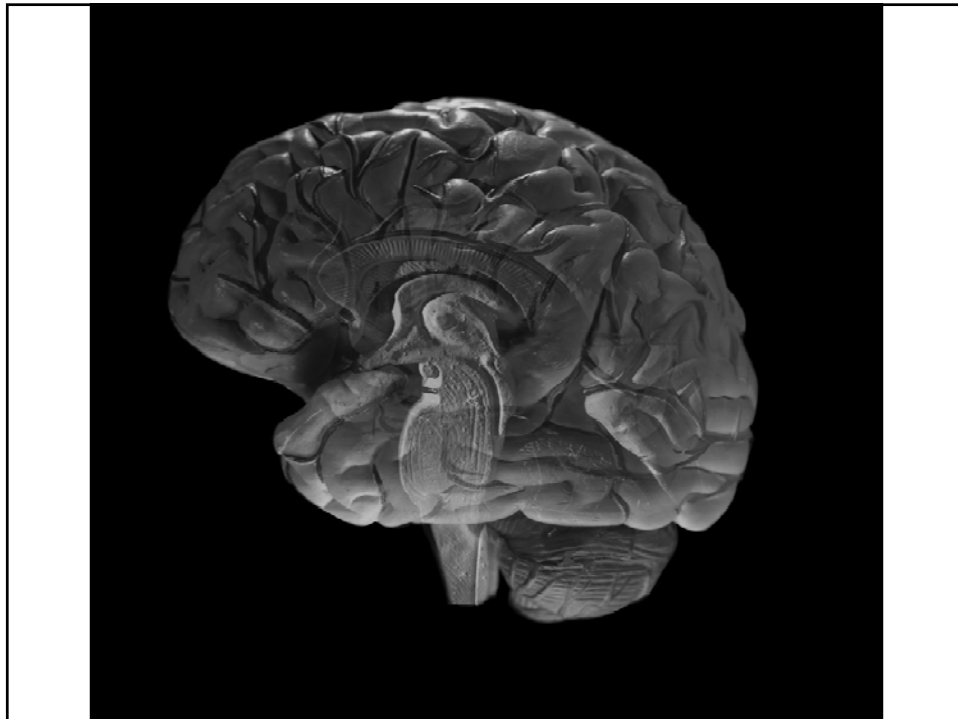


Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Domini di integrazione

- | | |
|--------------------|------------------------|
| 1. Coscienza | • . S tate |
| 2. Narrazione | • Interpersonale |
| 3. Bilaterale | • Temporale |
| 4. Verticale della | 9. |
| 5. Memoria | Traspirazione/Idillità |

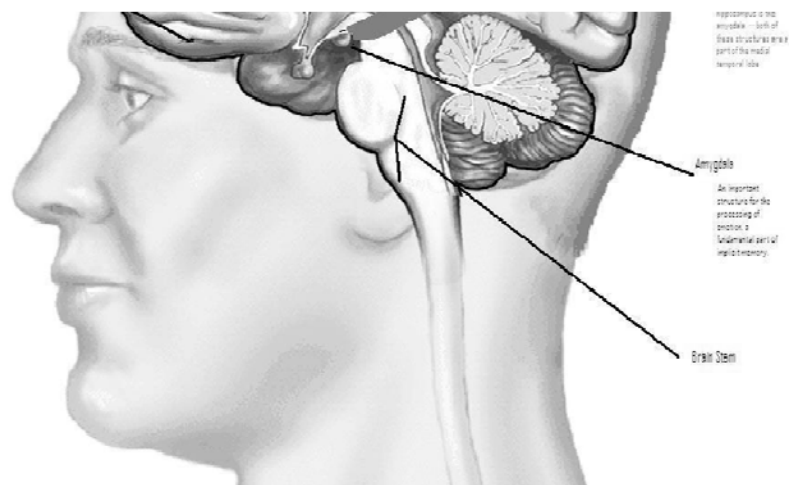
Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



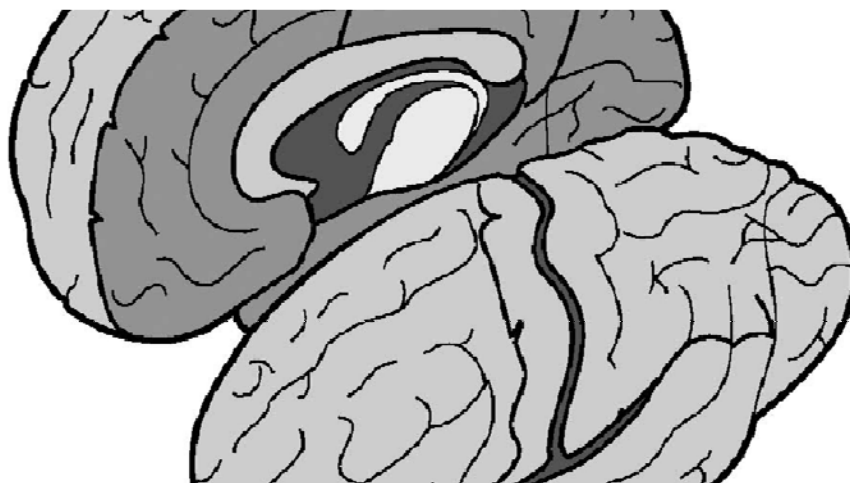
Funzioni integrative della corteccia prefrontale

1. Regolamentazione corporea
2. Comunicazione in sintonia
3. Equilibrio emotivo
4. Modulazione della paura
5. Risposta flessibile
6. Intuizione
7. Empatia
8. Moralità
9. Intuizione

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Modi per cambiare un cervello

- Meccanismi di cambiamento:
 - Synaptogenesis
 - Neurogenesis
 - Myelination
 - Epigenesis

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Principi di neuroplasticità

- 1. Relazioni
- 2 . Sleep
- 3. Nutrizione
- 4. Esercizio aerobico
- 5. Novità
- 6. Prestare attenzione

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Strategie di intervento

- La relazione psicoterapeutica "SNAG" la b ra
i n t o w a r d i n t e g r a z i o n e:

S stimola

N euronale

A ctivation &

G rowth

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

A proposta

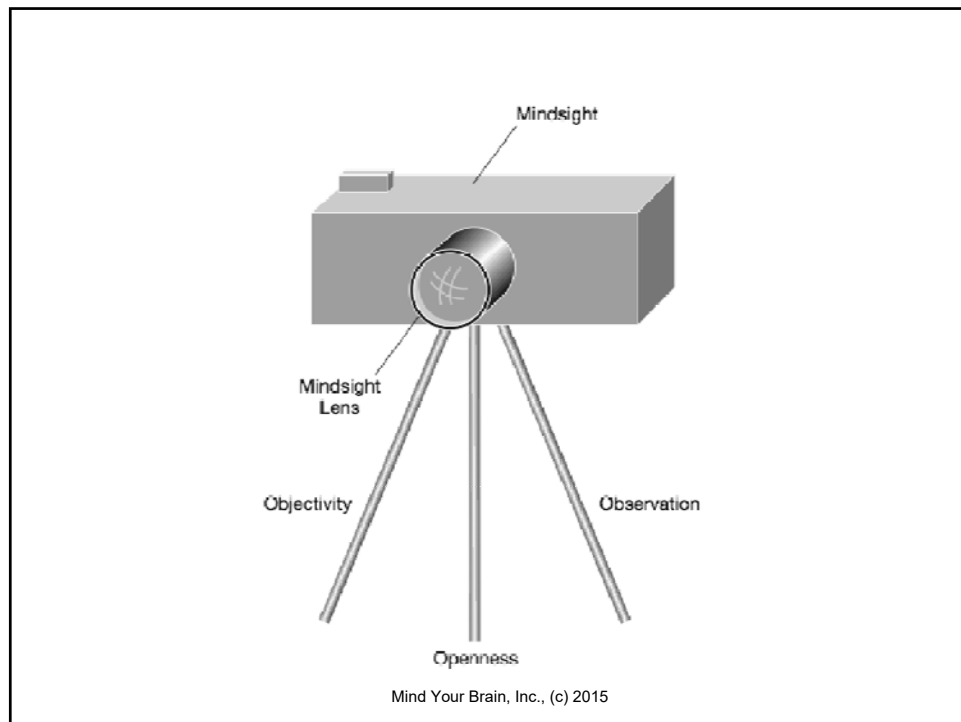
La sintonizzazione interpersonale e la sintonizzazione intrapersonale sfruttano meccanismi neurali simili che promuovono l'integrazione neurale e la coerenza mentale

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

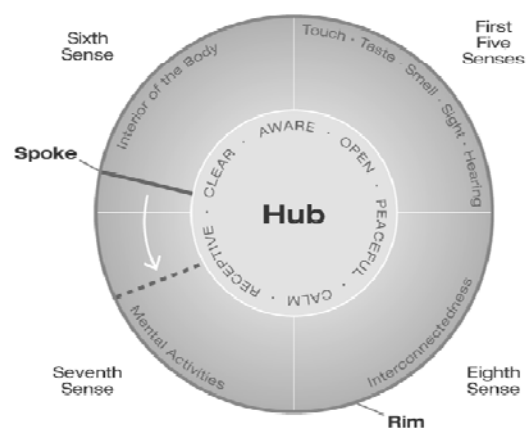
GIOCARE CON IL REGOLAMENTO

- Monitoraggio
- Modifica

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



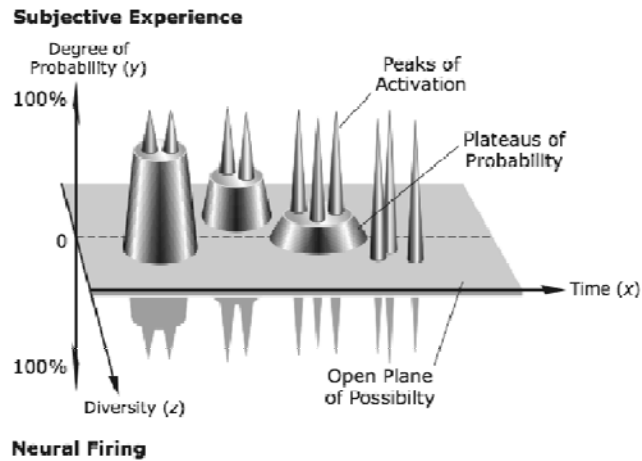
La Ruota della Consapevolezza



© 2007, 2014 Mind Your Brain, Inc.

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Il Piano delle Possibilità



Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

***"SE":
Sostantivo
singolare o verbo
plurale?***

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

"MWe"

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal grey lines across its entire width, typical of notebook or composition paper. The background is white, and there are no margins, text, or other markings present.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.