

Costruire un terreno sicuro è con ogni probabilità uno dei testi più utili per il trattamento della dissociazione. Questo manuale, elaborato sulla base di un ampio studio clinico, è lo strumento ideale per chi è alla ricerca di indicazioni concrete e basate sulle evidenze in questo ambito. Altrettanto consigliato è il relativo quaderno di lavoro, che offre informazioni ed esercizi dettagliati ed esposti in forma compassionevole per tutti i clienti colpiti da sintomi dissociativi.

John Briere, Ph.D., professore emerito di Psichiatria, Keck School of Medicine, University of Southern California, e autore di *Treating Risky and Compulsive Behavior in Trauma Survivors*

Questo libro rappresenta un contributo inestimabile nel campo del trauma: è il primo testo sul trauma e sulla dissociazione scritto da autori che si occupano sia di ricerca che di pratica clinica. Con questo lavoro, gli autori hanno costruito delle solide fondamenta di evidenze scientifiche a sostegno del loro approccio alla dissociazione e le hanno arricchite con applicazioni pratiche che possono essere facilmente integrate nella psicoterapia o che possono addirittura essere utilizzate come trattamento di per sé. Ottimo lavoro!

Janina Fisher, Ph.D., autrice di *Guarire la frammentazione del sé*, *Trasformare l'eredità del trauma* e *The Living Legacy Flip Chart*

Costruire un terreno sicuro offre delle risorse di valore enorme per il trattamento delle sindromi dissociative correlate al trauma. Gli autori sono educatori per eccellenza che hanno utilizzato la loro esperienza di ricercatori e di clinici per elaborare una panoramica chiara e leggibile sulla dissociazione, accompagnandola con linee guida per il trattamento ed esercizi pratici. I loro innovativi studi TOP DD offrono supporto empirico a questo approccio. Un contributo davvero prezioso.

Christine A. Courtois, Ph.D., ABPP, psicologa, consulente/formatrice, co-curatrice di *Il trattamento dei disturbi da stress traumatico complesso negli adulti*

TRAUMA E PSICOPATOLOGIA

*Collana a cura di
Giuseppe Craparo*

COSTRUIRE UN TERRENO SICURO

QUADERNO DI LAVORO

H. J. Schielke, Bethany L. Brand e Ruth A. Lanius

GIUNTI
PSICOLOGIA

Psicologia.io

Traduzione di *Francesca Barbanera*

Titolo originale: *The Finding Solid Ground Program Workbook: Overcoming Obstacles in Trauma Recovery*

© Oxford University Press, 2022

The Finding Solid Ground Program Workbook: Overcoming Obstacles in Trauma Recovery was originally published in English in 2022. This translation is published by arrangement with Oxford University Press. Giunti Psicologia.io is solely responsible for this translation from the original work and Oxford University Press shall have no liability for any errors, omissions or inaccuracies or ambiguities in such translation or for any losses caused by reliance thereon. / *The Finding Solid Ground Program Workbook: Overcoming Obstacles in Trauma Recovery* è stato originariamente pubblicato in inglese nel 2022. Questa traduzione è pubblicata previo accordo con Oxford University Press. Giunti Psicologia.io è l'unica responsabile di questa traduzione dall'opera originale, e Oxford University Press non avrà alcuna responsabilità per eventuali errori, omissioni, inesattezze o ambiguità in tale traduzione o per eventuali danni causati in base ad essi.

È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa con qualsiasi mezzo, se non espressamente autorizzata dall'Editore.

www.psicologia.io
www.giuntipsy.it
www.giunti.it

© 2024 Giunti Psicologia.io S.r.l.
Via Fra' Paolo Sarpi 7/A, 50136 Firenze – Italia

Prima edizione: giugno 2024



Stampato presso Rotolito S.p.A. – Seggiano di Pioltello (MI)

INDICE

PREFAZIONE	9
BENVENUTI AL PROGRAMMA FINDING SOLID GROUND: UN'INTRODUZIONE SUL PROGRAMMA E SU COME TRARNE IL MEGLIO	19
1. Il grounding	27
2. Separare il passato dal presente	61
3. Ulteriori informazioni di base	85
4. Aumentare il livello di sicurezza reale e percepita, parte 1	121
5. Lavorare sulle modalità di pensiero associate al trauma	173
6. Aumentare il livello di sicurezza reale e percepita, parte 2	195
7. Migliorare la relazione con le emozioni, le sensazioni corporee e i diversi aspetti del sé	223

INDICE

8. Seguire il processo e mantenere costanti i progressi	273
RISORSE	299
NOTA SUGLI AUTORI	307