

La psicoterapia a orientamento sistemico pone al centro del suo interesse l'individuo e le sue relazioni.



Il terapeuta sistemico aiuta le persone a risalire a quei meccanismi relazionali che procurano sofferenza, analizzando i diversi tipi di relazione che hanno facilitato l'emergenza di un disturbo o il suo mantenimento.

L'intervento sistemico è fondato sull'idea che il soggetto ha in sé le risorse per il proprio benessere.

Simili risorse sono rimaste imbrigliate entro un gioco relazionale che ha consentito l'uso rigido e lineare di quelle impedendo, perciò, la liberazione della funzionale elasticità.

Da qui la possibilità di confrontarsi non solo con chi porta la difficoltà ma, concordemente al paziente, anche con i suoi familiari, tanto per comprendere in modo più complesso quale sia il quadro relazionale che il cliente porta in seduta.

La possibilità di individuare la struttura che connette i vari membri del sistema familiare, consente di comprendere empaticamente l'armonia comunicativa dei membri e di ristrutturare l'equilibrio che in quel momento del ciclo vitale è deficitario o instabile nel sistema.

Il processo terapeutico va inteso come incontro necessario perché il clinico possa scoprire l'equilibrio della famiglia che ha di fronte e possa entrarvi al fine di comprenderne l'armonia nascosta. L'obiettivo è creare nuove ristrutturazioni con i tempi che la famiglia o il singolo sarà disposto a concedere.

Non si vuole correggere e istruire ma aiutare l'individuo, la coppia o la famiglia a ritrovare e utilizzare le proprie risorse interiori per uscire dalla propria difficoltà.