

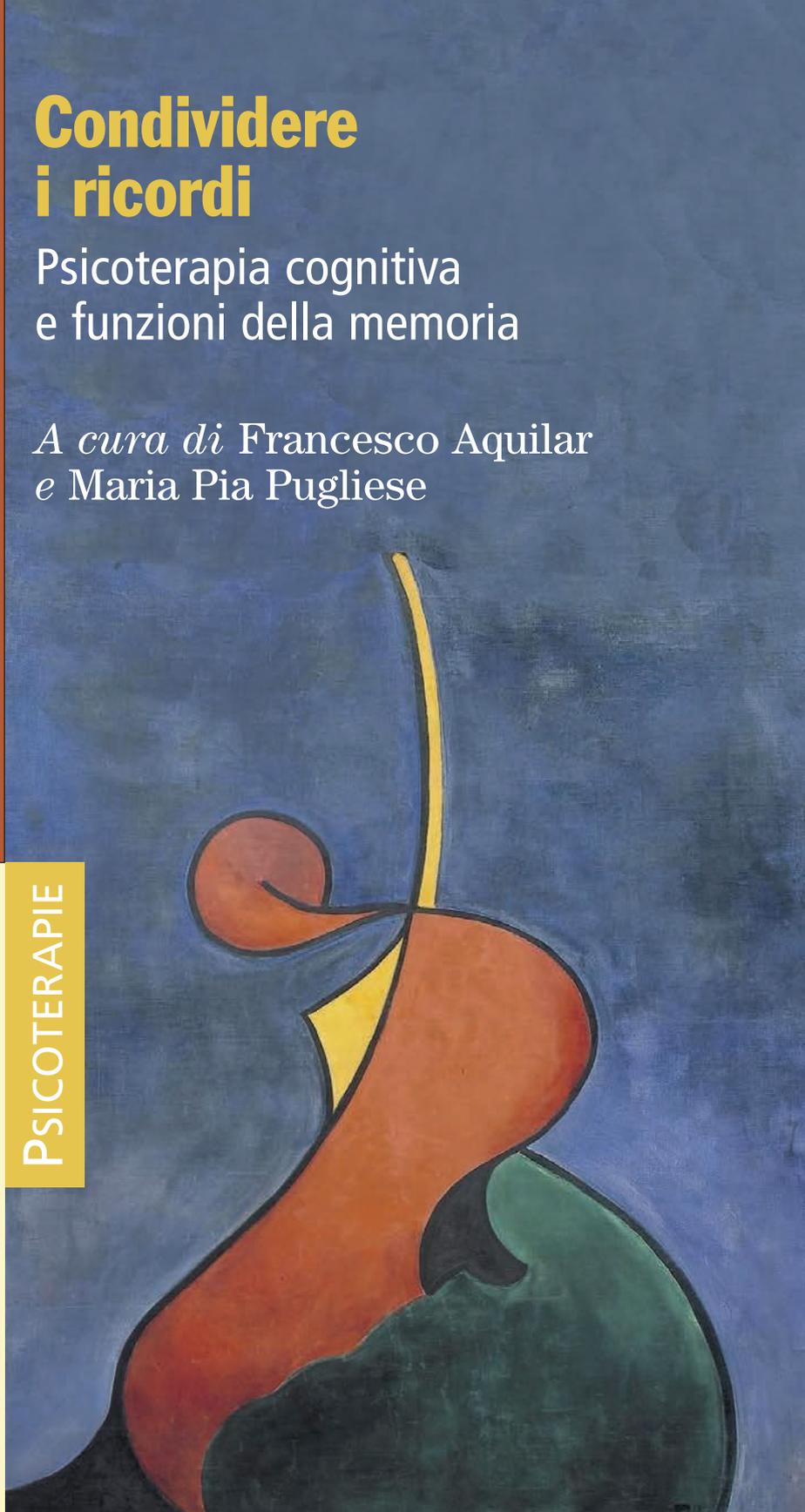
# Condividere i ricordi

Psicoterapia cognitiva  
e funzioni della memoria

*A cura di* Francesco Aquilar  
e Maria Pia Pugliese

PSICOTERAPIE

**FrancoAngeli**



## Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.





I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

# Condividere i ricordi

Psicoterapia cognitiva  
e funzioni della memoria

*A cura di* Francesco Aquilar  
e Maria Pia Pugliese

**FrancoAngeli**

PSICOTERAPIE

*Grafica della copertina:* Elena Pellegrini

*Immagine di copertina:* Theo van Doesburg, *Mouvement héroïque*, 1916

Copyright © 2017 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

# Indice

<b>Introduzione. Memoria, psicoterapia e società,</b>		
di <i>Francesco Aquilar</i>	pag.	11
Bibliografia	»	12
<b>1. Condividere i ricordi in psicoterapia cognitiva,</b>		
di <i>Francesco Aquilar e Maria Pia Pugliese</i>	»	15
1. La condivisione dei ricordi e le funzioni della memoria: una visione d'insieme	»	15
2. Psicologia generale, neurologia clinica e neuropsicologia	»	15
3. Psicoterapia cognitiva delle memorie problematiche: teoria, clinica, tecniche	»	17
4. Caratteristiche della memoria nelle diverse sindromi psicopatologiche	»	18
5. La memoria in relazione alla mindfulness, ai sogni e allo stalking	»	19
6. Memoria condivisa e dimensione sociale delle emozioni	»	20
Bibliografia	»	20
<b>2. Psicologia della memoria,</b> di <i>Luciano Tomei</i>	»	22
1. Che cos'è la memoria	»	22
2. Reminiscenze	»	23
3. La natura ricostruttiva della memoria	»	24
4. Sistemi di memoria	»	26
5. La memoria dichiarativa	»	27

6. La memoria prospettica	pag.	28
7. La memoria autobiografica	»	29
8. Come si forma un ricordo dichiarativo	»	31
9. La memoria di lavoro	»	34
10. La memoria non dichiarativa	»	36
11. La memoria procedurale	»	37
12. Conclusioni e implicazioni psicoterapeutiche	»	38
Bibliografia	»	41
<b>3. Neurologia clinica della memoria, di Dario Sollazzo</b>	»	45
1. Basi anatomo-funzionali	»	45
2. Le amnesie	»	47
2.1. Le amnesie transitorie	»	49
2.2. Le amnesie transitorie secondarie	»	50
2.3. Le amnesie persistenti	»	52
2.3.1. L'amnesia da fattori tossici e metabolici	»	52
2.3.2. L'amnesia persistente da danno organico	»	54
Bibliografia	»	58
<b>4. Neuropsicologia della memoria, di Michele Lepore</b>	»	60
1. La neuropsicologia clinica come disciplina euristica	»	60
2. Lo studio della dimenticanza e il frazionamento dei sistemi di memoria: tre casi clinici	»	61
3. Le distorsioni del ricordo: le confabulazioni	»	67
4. Il modello "working-with-memory" e fonti di errore nel recupero mnestico	»	71
Bibliografia	»	75
<b>5. Psicoterapia cognitiva delle memorie problematiche con e senza ipnosi, di Francesco Aquilar</b>	»	78
1. La riorganizzazione della memoria in psicoterapia cognitiva	»	78
2. Lo strano caso di Fulvia e del tradimento dimenticato	»	79
3. Ipnosi cognitiva come contesto concordato	»	80
4. Prima sessione ipnotica: induzione e preparazione al recupero mnestico	»	81
5. La costruzione di una metafora specifica come favola psicoterapeutica	»	82
6. Seconda sessione ipnotica: tecniche di utilizzazione dialogica	»	82

7. Psicoterapia cognitiva delle memorie disfunzionali e incremento delle funzioni esecutive	pag.	84
8. Padronanza di sé/controllo inibitorio	»	86
9. Memoria di lavoro/attenzione gerarchica	»	87
10. Flessibilità cognitiva/creatività funzionale	»	88
11. Emozioni e memoria delle emozioni	»	90
12. Emozioni del paziente e dello psicoterapeuta durante la seduta	»	93
13. Relazione terapeutica e recupero della memoria integrativa funzionale	»	93
14. Limiti e conclusioni	»	94
Bibliografia	»	95
<b>6. Ricordi e sintomi dissociativi in psicoterapia cognitiva, di Maria Pia Pugliese</b>	»	102
1. Un episodio di dissociazione	»	102
2. Contesto della psicoterapia	»	103
3. Con le sue parole	»	104
4. Attaccamento, sistemi motivazionali e metacognizione	»	105
5. La dissociazione: cinque sintomi e tre aree	»	107
6. Fenomeni dissociativi prevalenti e amnesia sorprendente	»	109
7. Possibili conseguenze di eventi traumatici	»	111
8. Obiettivi della psicoterapia	»	111
9. Conclusioni	»	113
Bibliografia	»	113
<b>7. La ristrutturazione della memoria in psicoterapia cognitiva attraverso la ricostruzione della storia di attaccamento in 10 sedute di Aquilar, di Michela Balsamo</b>	»	116
1. Modelli teorici di riferimento della RSA10 di Aquilar	»	116
2. Le cinque caratteristiche peculiari della RSA10	»	117
3. Come viene riattivata la memoria della storia di attaccamento? La metodologia di intervento della RSA10	»	118
4. Come viene riorganizzata la memoria della storia di attaccamento? Alcuni obiettivi espliciti e indiretti della RSA10	»	121

5. A cosa conduce la ristrutturazione della memoria della storia di attaccamento? Effetti della RSA10 sulla memoria e sulle emozioni	pag.	125
Bibliografia	»	127
<b>8. Frammenti di memoria nella depressione,</b>		
di <i>Rosaria D'Angelo</i>	»	131
1. Struttura della depressione	»	132
2. Memoria e depressione	»	133
3. Osservazioni cliniche	»	134
4. Il racconto del passato	»	135
5. Intervento psicoterapeutico	»	137
Bibliografia	»	138
<b>9. Disfunzioni della memoria nei disturbi ossessivi,</b>		
di <i>Annunziata Cotena</i>	»	141
1. Modelli di memoria	»	144
2. Effetti del disturbo ossessivo-compulsivo sulla memoria	»	146
3. Ulteriori dati di ricerca	»	151
4. Manovre psicoterapeutiche specifiche	»	153
Bibliografia	»	154
<b>10. Ricordi di paura nelle fobie e nel panico,</b>		
di <i>Filomena Tagliamonte</i>	»	158
1. Memoria, ansia e paura	»	158
2. Attenzione selettiva e dimenticanze selettive	»	159
3. Schemi interpersonali e relazione terapeutica	»	161
4. Specificità dei ricordi del passato	»	163
Bibliografia	»	164
<b>11. La memoria del corpo nei disturbi alimentari,</b>		
di <i>Federica Romano</i>	»	167
1. Ruolo delle emozioni nella formazione dei ricordi	»	168
2. Ricordi del corpo e immagine corporea	»	169
3. Check del corpo e immagine corporea	»	171
4. Immagine corporea e postura	»	172
5. Cenni sul trattamento	»	173
Bibliografia	»	174

<b>12. Voragini di memoria nei disturbi di personalità,</b>		
di <i>Ilaria De Lia</i>	pag.	177
1. Disturbi di personalità: definizioni	»	177
2. Disturbi di personalità: tipologie e gruppi	»	178
3. Egocentrismo cognitivo	»	178
4. Mancato apprendimento dall'esperienza	»	179
5. Disturbo borderline di personalità	»	180
6. Disturbo narcisistico di personalità	»	181
7. Disturbo dipendente di personalità	»	182
8. Disturbo paranoide di personalità	»	183
Bibliografia	»	184
<b>13. La gestione dei ricordi problematici con l'aiuto della mindfulness,</b>		
di <i>Claudia Di Manna</i>	»	186
1. Introduzione	»	186
2. La formazione dei ricordi	»	187
3. Ricordi familiari e fattori di rischio psicopatologico	»	188
4. Ricordi di attaccamento	»	190
5. Ricordi di esperienze traumatiche	»	192
6. La gestione dei ricordi problematici e traumatici	»	194
6.1. La mindfulness come sistema di autoregolazione	»	196
6.2. Mindfulness Based Extinctions and Reconsolidation (TIMBER)	»	197
7. Oltre l'attenzione	»	198
8. Conclusioni	»	201
Bibliografia	»	202
<b>14. La memoria dei sogni nel racconto dei pazienti,</b>		
di <i>Francesca Conte</i>	»	206
1. Caratteristiche della memoria dei sogni	»	206
2. L'utilizzazione del ricordo dei sogni in psicoterapia cognitiva	»	213
3. Il racconto del sogno ricordato	»	214
4. Sogni storici, ricorrenti, contestuali e collegati	»	215
5. Emozioni e significati nel lavoro sui sogni in psicoterapia cognitiva	»	216
6. Valutare il racconto dei sogni in psicoterapia	»	218
Bibliografia	»	219

<b>15. L'eccesso di memoria nello stalking</b> , di <i>Leonardo Abazia</i>	pag.	224
1. Definizione di stalking	»	224
2. Cinque tipi di stalker	»	227
3. Triade dello stalking: ossessività, impulsività, compulsività	»	228
4. Effetto di persistenza delle convinzioni ed eccesso di memoria	»	230
5. La vittima dello stalking	»	231
6. Disturbo post-traumatico da stress	»	232
7. Conclusioni	»	233
Bibliografia	»	234
<b>16. La memoria condivisa e la dimensione sociale delle emozioni in psicoterapia cognitiva</b> , di <i>Francesco Aquilar e Maria Pia Pugliese</i>	»	235
1. Effetti della condivisione psicoterapeutica dei ricordi tra empatia e compassionevolezza	»	235
2. Valore delle memorie condivise	»	236
3. Rimodulazione delle memorie e dei significati individuali, di coppia, familiari e amicali	»	237
4. Effetti degli eventi socialmente memorabili	»	237
5. Funzioni riparative, protettive, gestionali e preventive della psicoterapia	»	238
6. Conclusioni e prospettive	»	239
Bibliografia	»	241
<b>Epilogo. "Dixit Algorithmi": verso un algoritmo per l'utilizzazione dei ricordi in psicoterapia cognitiva</b> , di <i>Francesco Aquilar</i>	»	243
Bibliografia	»	245
<b>Autori</b>	»	247
<b>Ringraziamenti</b>	»	249

## *Introduzione.*

### *Memoria, psicoterapia e società*

di Francesco Aquilar

Con questo volume si aggiunge un altro tassello al lavoro di incremento e di diffusione della psicoterapia cognitiva che, insieme a tanti colleghi, sto svolgendo attraverso i libri, i seminari, gli articoli, le interviste e le conferenze, da molti anni. Anche questo libro, come alcuni altri precedenti, deriva dall'elaborazione dei contributi presentati ai nostri seminari interattivi, che dal 1990 si svolgono a Napoli in primavera e in autunno, e che coinvolgono di volta in volta esperti esterni al nostro gruppo dell'argomento che viene trattato e lo staff di alcuni miei collaboratori psicoterapeuti. Il seminario "Psicoterapia cognitiva e funzioni della memoria", da cui prende le mosse questo volume, ha rappresentato una giornata di studio particolarmente significativa e, per alcuni, entusiasmante. L'incontro reale tra professionisti che relazionano e professionisti che ascoltano interagendo fa spesso l'effetto di allargare la mente dei partecipanti, di far sorgere nuove idee e nuovi collegamenti tra idee, e talvolta resta nella memoria di molti come un'esperienza-picco nel senso di Maslow (1962).

La disciplina che sto tentando di delineare e di promuovere è la psicoterapia sociale (Aquilar, 1996), che ha due dimensioni:

- 1) la dimensione clinica professionale, nella quale si cerca di tramandare agli specializzandi in psicoterapia cognitivo-comportamentale, sia miei allievi che allievi di altre scuole dello stesso o di altri orientamenti scientificamente fondati, un modo appassionato e caldo di effettuare la psicoterapia cognitiva con una particolare attenzione alle implicazioni cliniche della psicologia sociale;
- 2) la dimensione di diffusione sociale, nella quale si prova a coinvolgere colleghi e specializzandi di diversi orientamenti psicoterapeutici su un territorio comune, come patrimonio ecumenico della psicoterapia senza aggettivi e contemporaneamente a diffondere attraverso tutti i mezzi di comunicazione sociale possibile (giornali, radio, televisione, cinema, musica) (Aquilar, 2012) i principi e le applicazioni della psicoterapia cognitiva e cognitivo-comportamentale così come vorrei che fosse: a-

perta, diretta, semplice nei concetti, articolata nelle procedure, tagliata su misura per ciascuna persona, che prima di essere paziente è appunto una persona umana unica e irripetibile.

In questa occasione, l'argomento su cui ho coinvolto non solo la co-curatrice Maria Pia Pugliese ma anche tutti gli autori di questo volume è l'importanza della memoria su tutti i fronti, e in particolare sul fronte della psicoterapia, sia clinica che sociale nel senso sopra riportato. Ogni individuo ha una memoria specifica che presenta singole caratteristiche di struttura neurologica e di utilizzazione psicologica, e le diverse categorie di pazienti potrebbero presentare aspetti comuni che possono essere descritti e utilizzati. In particolare, innanzi tutto la memoria della propria vita, che può essere narrata in molti modi diversi, e che spesso viene auto-narrata dalla persona in un modo dannoso, per se stesso e per gli altri, per lui o per lei significativi; poi, la memoria degli eventi rilevanti che sono accaduti, a ciascuna persona e nel mondo di cui condividiamo le emozioni e le preoccupazioni, grazie alle informazioni sociali che quotidianamente riceviamo dai mezzi di comunicazione di massa; infine, la memoria condivisa, qualcosa che caratterizza la nostra vita nella relazione con le persone care e che rappresenta sul piano sociale il complesso dei ricordi significativi di un gruppo, di una società, di una nazione e, per gli episodi più eclatanti o tragici, dell'intera specie umana presente sulla terra in un determinato periodo storico. Anche le negoziazioni internazionali, prevalentemente quelle rivolte o rivolgibili alla conquista o al mantenimento della pace e di una convivenza tra popoli quanto più serena e cooperativa possibile (Aquilar, 2011), e l'interfaccia tra vite private e storia contemporanea ugualmente possono riguardare la psicoterapia cognitiva, sia sul piano individuale che sul piano sociale.

Questo volume potrebbe rappresentare, quindi, un altro passo avanti verso il diffondere e rendere operative le acquisizioni, i principi e le applicazioni della psicoterapia cognitiva per il più ampio numero di persone possibile, affinché gli individui ne possano trarre beneficio personale, di coppia, di famiglia, di gruppo, di società, di stato, fino a poter influenzare i governi e migliorare i rapporti tra le nazioni. Ho già coinvolto numerose persone in questo progetto: spero che questo libro possa coinvolgerne altre ancora, con partecipazione, attenzione ed entusiasmo.

## **Bibliografia**

Aquilar F. (1996), Introduzione alla psicoterapia sociale, in Aquilar F. (a cura di), *La coppia in crescita*, Cittadella, Assisi.

- Aquilar F. (2011), Social Cognitive Psychotherapy. From Clinical Practice to Peace Perspectives, in Aquilar F., Galluccio M. (eds.), *Psychological and Political Strategies for Peace Negotiation: A Cognitive Approach*, Springer, New York.
- Aquilar F. (2012), *Riconoscere le emozioni. Esercizi di consapevolezza e psicoterapia cognitiva. Con canzoni psicoterapeutiche*, 2a edizione, FrancoAngeli, Milano.
- Maslow A. (1962), *Toward a Psychology of Being*, Wiley, New York; trad. it. *Verso una psicologia dell'essere*, Astrolabio-Ubaldini, Roma, 1971.



# *1. Condividere i ricordi in psicoterapia cognitiva*

di Francesco Aquilar e Maria Pia Pugliese

## **1. La condivisione dei ricordi e le funzioni della memoria: una visione d'insieme**

La condivisione dei ricordi è un processo essenziale di ogni psicoterapia. È un momento nel quale terapeuta e paziente sono sintonizzati sugli episodi considerati importanti della vita del paziente, alla luce del “com'è stato essere te in quel momento” (Mahoney, 1988), con attenzione massima non solo ad ogni evento e ai suoi significati ma anche agli aspetti visivi, uditivi, tattili, cinestesici, uditivi, gustativi e polisensoriali di ciascun episodio. Il tema della condivisione dei ricordi, delle funzioni della memoria e dell'uso di memoria e ricordi che può essere effettuato in psicoterapia cognitiva appare complesso e articolato e per questo è stato strutturato attraverso una serie di argomenti connessi e correlati. Ma innanzi tutto, per comprendere il senso della condivisione terapeutica dei ricordi e per utilizzarne proficuamente le possibilità, occorre valutare la struttura e le funzioni della memoria umana nelle sue diverse forme e alla luce delle più recenti teorie e scoperte scientifiche.

## **2. Psicologia generale, neurologia clinica e neuropsicologia**

Infatti, in questo volume centrato sulla relazione tra condivisione dei ricordi, funzioni della memoria e psicoterapia cognitiva, il discorso comincia con una sintesi delle più recenti acquisizioni psicologiche volte a fornire una definizione articolata della memoria, nel capitolo di Luciano Tomei intitolato appunto “Psicologia della memoria”. Le caratteristiche delle reminiscenze, la natura ricostruttiva della memoria e i principali sistemi di me-

moria sono descritti con un linguaggio piano e comprensibile. La memoria dichiarativa, la memoria prospettica e la memoria autobiografica, di particolare rilevanza per la psicoterapia, sono tratteggiate con particolare attenzione alla formazione dei ricordi dichiarativi. Mentre la memoria di lavoro, la memoria non dichiarativa e la memoria procedurale vengono integrate nel paradigma della memoria funzionale in psicoterapia, evidenziando come tutto confluisca a formare una memoria emotiva sulla quale si sviluppa gradualmente in psicoterapia una nuova memoria di sé e della propria storia.

Gli aspetti più specificamente neurologici della memoria sono trattati nel capitolo di Dario Sollazzo intitolato “Neurologia clinica della memoria”, cominciando dalla descrizione delle fasi del processo di memorizzazione: acquisizione dei dati, elaborazione, immagazzinamento e formazione di nessi associativi, consolidamento del ricordo e recupero dello stesso attraverso i meccanismi di rievocazione. Le basi neurali della perdita della memoria vengono descritte attraverso le diverse forme di amnesia: transitoria, progressiva o a lungo termine. Questo capitolo appare particolarmente significativo per differenziare tra deficit della memoria di natura psicogena e deficit della memoria di natura organica cerebrale. La riemersione di ricordi dimenticati, tipica della storia della psicoterapia e descritta in numerosi testi, specie psicoanalitici e cognitivisti, è possibile infatti soltanto a condizione che i deficit della memoria siano transitori ed emotivamente causati. Significativo, inoltre, appare poter differenziare le forme di demenza iniziale, specie nella malattia di Alzheimer, quando la struttura di personalità del paziente diventa gradualmente sempre più compromessa dai disturbi della sfera comportamentale, con oscillazioni del tono dell'umore, spesso di orientamento ansioso-depressivo, agitazione psicomotoria, comportamenti aggressivi, comparsa di quadri di tipo psicotico, wandering, gravi disturbi della sfera sessuale, talora con fenomeni di ipersessualismo. La possibile alterazione della personalità dovuta a fattori cerebrali quali la demenza, e segnalata inizialmente da fenomeni amnesici, va tenuta costantemente presente dallo psicoterapeuta, per poter richiedere nei casi necessari al paziente una consulenza specialistica neurologica.

Dopo l'esplorazione degli aspetti neurologici collegati alla memoria e alla perdita di memoria, il discorso si sviluppa con il capitolo di Michele Lepore intitolato “Neuropsicologia della memoria”. La neuropsicologia, infatti, è la branca della psicologia che studia gli effetti del danno cerebrale sul comportamento, con particolare attenzione allo studio delle dimenticanze e delle distorsioni dei ricordi quali le confabulazioni, primarie e secondarie, specie nella ricostruzione della memoria episodica. Rispetto alla memoria dichiarativa, inoltre, nel capitolo vengono proposte alcune esem-

plificazioni recenti della differenziazione tra memoria episodica e memoria semantica di Tulving (1995, 2001), determinante in psicoterapia cognitiva sia per le discrepanze spesso riscontrabili tra le due memorie (Liotti, 2001), sia per la riorganizzazione della memoria che viene effettuata nella ricostruzione della storia di attaccamento (Aquilar, 2005, 2012, 2015).

### **3. Psicoterapia cognitiva delle memorie problematiche: teoria, clinica, tecniche**

Ma come si affrontano in psicoterapia cognitivo-sociale le memorie problematiche, ovvero i ricordi di episodi particolarmente dolorosi o significativi, sia quando sono perfettamente presenti alla coscienza, sia quando appaiono invece offuscati e confusi? Le questioni generali e le modalità operative sono descritte nel capitolo di Francesco Aquilar “Psicoterapia cognitiva delle memorie problematiche con e senza ipnosi”, che presenta la procedura e le tecniche di ipnosi cognitiva (Aquilar, 1981, 2015) che possono essere utilizzate. Uno spazio significativo è dedicato in questo capitolo anche allo sviluppo e all’attivazione-riattivazione delle funzioni esecutive nelle tre aree: padronanza di sé/controllo inibitorio, memoria di lavoro/attenzione gerarchica, flessibilità cognitiva/creatività funzionale, che presiedono alla funzionalità cognitiva presente, indipendentemente dai ricordi problematici.

Un caso clinico viene presentato in dettaglio, nel capitolo di Maria Pia Pugliese “Ricordi e sintomi dissociativi in psicoterapia cognitiva”, per mostrare operativamente il lavoro della psicoterapia cognitiva nella gestione della memoria, nel caso di una paziente che presentava fra l’altro sintomi dissociativi e ricordi frammentati. Le modalità della relazione terapeutica, l’integrazione di cognizioni, emozioni e memorie e la ristrutturazione dei modelli di pensiero-emozione vengono descritti nel capitolo con particolare attenzione sia ai momenti di svolta nella relazione e nel trattamento psicoterapeutici, sia ai conseguenti cambiamenti nel presente della paziente, dopo l’elaborazione delle esperienze traumatiche avvenuta durante la psicoterapia.

Sulla descrizione e sulle applicazioni della ricostruzione della storia di attaccamento di Aquilar (2005, 2012, 2015) è articolato il capitolo di Michela Balsamo intitolato appunto “La ristrutturazione della memoria in psicoterapia cognitiva attraverso la ricostruzione della storia di attaccamento in 10 sedute di Aquilar”, con il quale comincia la parte psicologica clinica del volume, dopo l’inquadramento generale psicologico, neurologico e neuropsicologico della memoria. In che modo è possibile riattivare la memoria episodica del paziente, riducendo le discrepanze con la memoria semantica?

Qual è il significato di questa operazione in psicoterapia cognitiva, specie nel modello cognitivo-sociale (Aquilar, 2011, 2012, 2013, 2015; Aquilar, Pugliese, 2011)? Quali sono gli obiettivi espliciti ed impliciti, diretti e indiretti, di questa procedura psicoterapeutica? A queste domande risponde il capitolo, con una descrizione dei dati preliminari di ricerca sull'applicazione di questa metodologia, pur se ad un campione esiguo di pazienti (N=38, di cui 10 maschi e 28 femmine), che sembrano documentare una riduzione significativa dei livelli di disagio autoriferiti in diverse dimensioni cliniche, specie di area ansiosa e depressiva, attraverso l'applicazione della ricostruzione della storia di attaccamento nel primo trimestre di psicoterapia.

#### **4. Caratteristiche della memoria nelle diverse sindromi psicopatologiche**

Le caratteristiche fondamentali della depressione e delle strutture di memoria che ad essa si associano sono descritte con cura nel capitolo di Rosaria D'Angelo "Frammenti di memoria nella depressione", che si apre con una sintesi del recente modello unificato della depressione proposto da Beck e Bredemeier (2016). In seguito, vengono presentate le caratteristiche cliniche della memoria osservabili nei pazienti depressi con le strategie terapeutiche che possono condurre ad un riconsolidamento diverso dei ricordi rispetto alla modalità precedente, con una ricostruzione dei processi di speranza (Snyder, 2000), che apparivano inesistenti fino all'ingresso del soggetto in psicoterapia.

Le caratteristiche della memoria nei pazienti ossessivi sono oggetto del capitolo di Annunziata Cotena "Disfunzioni della memoria nei disturbi ossessivi", con le specifiche difficoltà e disfunzioni di concentrazione, attenzione, percezione, codifica polisensoriale, con lo specifico deficit della memoria per le azioni che caratterizza il disturbo ossessivo-compulsivo. Particolarmente interessante appare l'exkursus riguardante il comportamento del futuro ossessivo nei banchi di scuola, laddove è possibile delineare alcune delle caratteristiche disfunzionali che esploderanno negli anni a seguire, e che implica la possibilità di un intervento precoce e tempestivo proprio sui processi connessi alla memoria, in età evolutiva.

Le caratteristiche delle memorie di paura vengono affrontate nel capitolo di Filomena Tagliamonte "Ricordi di paura nelle fobie e nel panico", che si apre con una panoramica sulle caratteristiche psicofisiologiche dell'ansia e della paura e che prosegue con la descrizione dell'attenzione selettiva e delle dimenticanze selettive tipiche di coloro che soffrono di disturbi fobici e di attacchi di panico.

“La memoria del corpo nei disturbi alimentari” è il titolo del capitolo di Federica Romano, che esamina le modalità con le quali i soggetti che soffrono di disturbi alimentari, specie di anoressia e di bulimia, ricordano a se stessi (o cercano di dimenticare) le forme del proprio corpo sia sul piano visivo che sul piano tattile-cinestesico. Il ruolo delle emozioni nella formazione dei ricordi e le modalità ripetitive del check corporeo della forma e del peso rappresentano alcuni dei punti focali del capitolo, insieme alla descrizione di alcune caratteristiche specifiche della postura utilizzata da queste persone.

L’ampio tema dell’interazione tra funzioni della memoria e disturbi di personalità viene invece affrontato nel capitolo di Ilaria De Lia intitolato “Voragini di memoria nei disturbi di personalità”. Già la metafora presente nel titolo rende una prima idea della struttura prevalente della memoria nei disturbi di personalità in generale e dei 10 principali disturbi di personalità divisi nei tre gruppi: condotte strane o eccentriche, comportamenti drammatici o imprevedibili e condotte ansiose o inibite. Inoltre vengono presentate le forme più tipiche delle strutture della memoria riscontrabili nel disturbo di personalità borderline, narcisistico, dipendente e paranoide.

## **5. La memoria in relazione alla mindfulness, ai sogni e allo stalking**

“La gestione dei ricordi problematici con l’aiuto della mindfulness” è il titolo del capitolo di Claudia Di Manna, che dopo aver riassunto l’origine e la causa della problematicità di alcuni ricordi passa in rassegna le modalità grazie alle quali è possibile gestire, elaborare e ridimensionare le memorie traumatiche utilizzando le tecniche di mindfulness come sistema di autoregolazione appreso. Una riorganizzazione delle modalità di attenzione appare necessaria in questa operazione, e nel discorso vengono mostrati i passi attraverso i quali essa diventa possibile per i pazienti.

In alcune persone, i sogni rappresentano un punto focale di emozione e di riflessione e si legano in parte alle caratteristiche del sonno dei diversi individui. Nel capitolo di Francesca Conte, “La memoria dei sogni nel racconto dei pazienti”, vengono appunto trattate queste questioni sia rispetto ai tipi di sonno e di risveglio sia rispetto all’uso dei sogni che viene fatto in psicoterapia cognitiva. Vengono differenziati quattro tipi principali di sogni (storici, ricorrenti, contestuali e collegati) e presentate le modalità attraverso le quali è possibile esplorare la memoria dei sogni in psicoterapia e valutare il racconto dei sogni in psicoterapia in maniera tale da consentire ai pazienti una utilizzazione proficua di questa comunicazione rivolta a se stessi e comunicata allo psicoterapeuta.