

# SERVIZIO SPECIALISTICO DI CONSULENZA E TERAPIA DI COPPIA



INTERVISTA A

## Irene Ratti

Psicologa, specializzata in Psicoterapia Sistemico Relazionale Integrata con la Teoria dell'Attaccamento, terapeuta Certificata ICEEFT in EFT, Supervisore candidato ICEEFT in EFT, Didatta presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Sistemico Relazionale Integrata IRIS.

### A chi si rivolge il Servizio di Consulenza e Terapia di Coppia gestito dalla società Individuo e Sistema?

Il nostro servizio si rivolge a tutte le coppie in difficoltà, senza distinzione di genere, che vogliano migliorare il proprio legame affettivo e cambiare le dinamiche che, all'interno della relazione, generano sofferenza e problemi. Il servizio interviene nelle situazioni di crisi di coppia tradizionali, ma anche dove uno o entrambi i partner soffrono di depressione, ansia, disturbi post traumatici da stress o malattie croniche.

### In che modo si interviene sulla relazione tra i partner?

Attraverso la terapia focalizzata sulle emozioni o EFT, i terapeuti si propongono di migliorare la relazione all'interno della coppia consentendo ai partner di incrementare la comunicazione, la comprensione reciproca e la responsività ai reciproci bisogni affettivi. Questo lavoro aiuta i membri della coppia a comprendere le difficoltà e trovare all'interno della relazione le risposte per superare gli ostacoli in modo sicuro, costruttivo e soddisfacente. Il percorso di coppia EFT ha l'obiettivo di rendere i partner base sicura l'uno per l'altro e di guidarli nel comprendere come e perché non riescono a ricevere o ad offrire sicurezza l'uno all'altro. Permette di far emergere e comprendere quando e come ci si ferisce reciprocamente, insegna come mantenere il proprio equilibrio emotivo nei momenti di conflitto e come rispondere efficacemente alla reciproche esigenze.

### Quando è stato sviluppato il modello di Terapia focalizzata sulle emozioni o EFT?

La dott.ssa Sue Johnson e il Dott. Les Greenberg hanno lanciato la EFT in Canada e negli Stati Uniti, nei primi anni '80 del secolo scorso, come mezzo per aiutare i partner a ritrovare l'amore e la felicità. Da allora la Dr. Johnson ha continuato a sviluppare il modello integrandolo con la teoria dell'attaccamento e arrivando a capire meglio cosa accade all'interno delle relazioni in crisi. L'EFT, basata su una scienza rivoluzionaria delle relazioni romantiche, viene utilizzata oggi in tutto il mondo in studi privati, centri universitari e cliniche ospedaliere.

### Qual è la sua efficacia?

La ricerche hanno dimostrato che la Terapia Focalizzata sulle Emozioni ha oltre il 70% di successo nel ripristinare l'armonia e le sensazioni di sicurezza nelle coppie in difficoltà e che circa il 90% delle coppie mostra miglioramenti significativi dopo un percorso di EFT.

### Com'è composta l'équipe del Servizio?

L'équipe che ho l'onore di coordinare è composta, oltre che da me, dalla dott.ssa Anna Visconti specializzata in Psicoterapia Sistemico Relazionale Integrata con la Teoria dell'Attaccamento e formata in EFT e dalla dott.ssa Camilla Pozzi, specializzata in Psicoterapia Sistemico Relazionale Integrata con la Teoria dell'Attaccamento e in formazione EFT.

Per quanto riguarda me, sono specializzata in Psicoterapia Sistemico Relazionale Integrata con la Teoria dell'Attaccamento, terapeuta Certificata ICEEFT in EFT, Supervisore candidato ICEEFT in EFT, riconosciuta e certificata dall'International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy (ICEEFT), centro che promuove l'eccellenza nella pratica dell'EFT fra i terapeuti nel mondo e assicura il mantenimento di questi standard sia nella supervisione che nella formazione di questo approccio.

### Come è possibile rivolgersi a questo servizio?

L'accesso può essere richiesto spontaneamente dalle coppie interessate. L'équipe è a disposizione per fornire informazioni più dettagliate e/o per fissare un appuntamento per un primo incontro di consulenza.

I colloqui si svolgono in presenza presso la sede IRIS di Via Valparaiso 10/6 a Milano oppure online.

### Per informazioni e colloqui

Via Valparaiso, 10/6 – 20144 Milano (lun-ven, dalle 9.00 alle 19.00)

Tel.: 02/29511150 - E-mail: info@scuolairis.it - Sito internet: www.scuolairis.it