

UN MODELLO MULTIDISCIPLINARE IN ATTO ORIENTATO ALL' EMPOWERMENT DELL' ADULTO



Dr.ssa Laura Pattarelli



***Oltre la dieta: nuovo approccio all'obesità in età
pediatrica
Tortona 9 novembre 2013***

INTERVENTO PSICOLOGICO

COLLOQUI INDIVIDUALI

- ✓ Assessment
- ✓ Definizione del problema
- ✓ Problem Solving e Obiettivi



INCONTRI DI GRUPPO

- ✓ Dieta – Anti-dieta
- ✓ Cibo ed Emozioni
- ✓ Alleati e Guastafeste
- ✓ Le 10 Regole d'oro e Obiettivi

INCONTRI DI GRUPPO supplementari:

- Publicità
- I.C.
- Motivazione all'A.F.
- D.C.A.

FOLLOW-UP

Incontri di gruppo e individuali

GRUPPO FAMILIARI

Incontri di gruppo

Abitudini alimentari

Abitudini di movimento

**CAMBIARE
Stile di vita**

**Modalità
comunicative**

**Gestione delle
emozioni**

**Gestione delle
relazioni**

**Stile di
pensiero**

INCONTRO DI GRUPPO

Obiettivi di cambiamento

*Quale abitudine
penso di cominciare
a modificare?*



OBIETTIVO

- ✓ Piccolo
- ✓ Specifico
- ✓ Misurabile
- ✓ Realistico



RUOTA DEL CAMBIAMENTO

Ogni cambiamento prevede il passaggio attraverso diversi stadi.

Precontemplazione: assenza di un riconoscimento del problema.

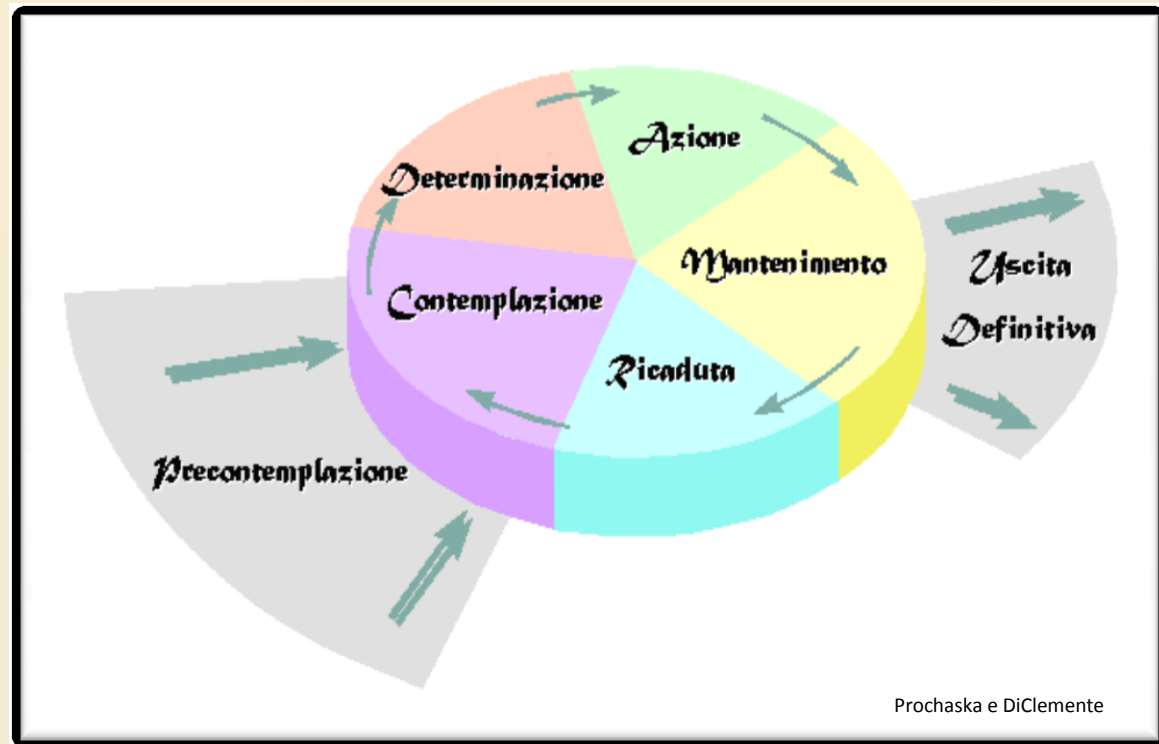
Contemplazione: emergere di dubbi e contraddizioni che portano ad una sempre più marcata ambivalenza.

Determinazione: ricerca attiva di una soluzione.

Azione: i cambiamenti vengono concretamente sperimentati.

Mantenimento: le nuove abitudini hanno il tempo di consolidarsi fino ad un eventuale definitivo abbandono del problema.

Ricaduta: riporta il paziente agli stadi precedenti.



FOLLOW – UP Obiettivi

Villa
Esperia

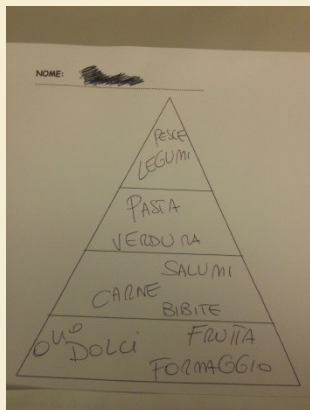
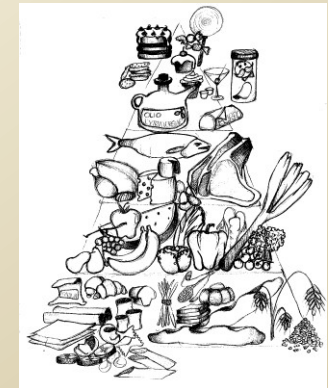
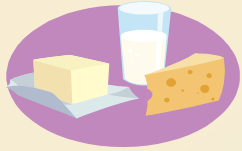
...prericovero

21 giorni

postricovero...



OBIETTIVI
Camminata 2 v/sett
Colazione 3 v/ sett.
Pasto completo 5 v/sett.



DICOTOMIA

A.F.

A.F. quotidiana

PASTI COMPLETI

PASTI COMPLETI

COLAZIONE

COLAZIONE

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

mai

sempre

~~RABBIA=CIBO~~

RABBIA=CIBO

ABBUFFATA

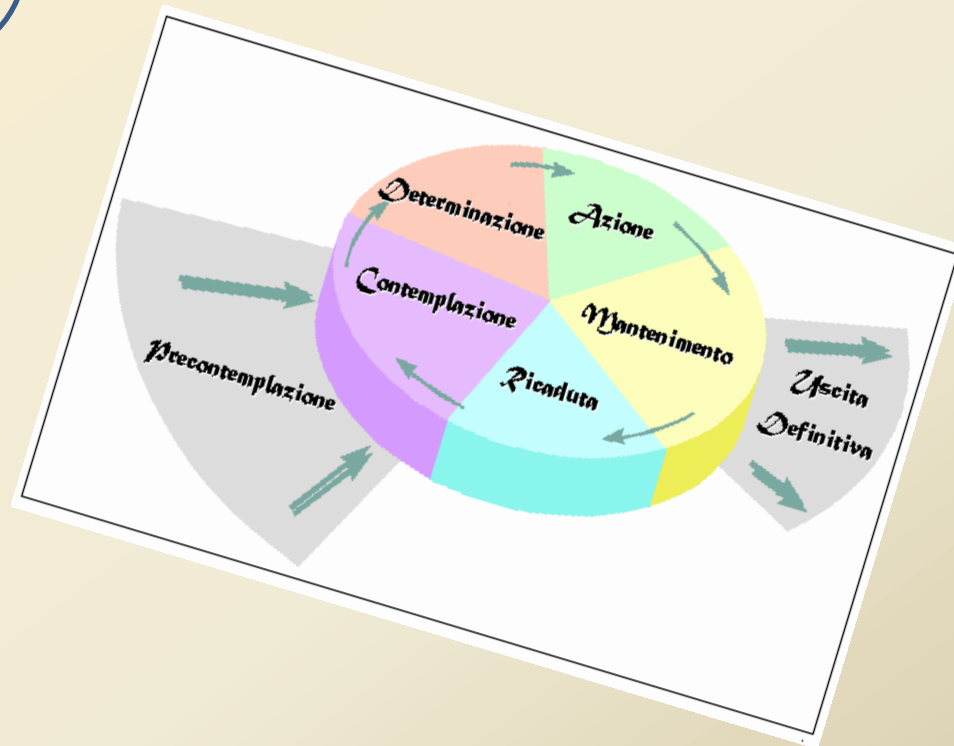
ABBUFFATA

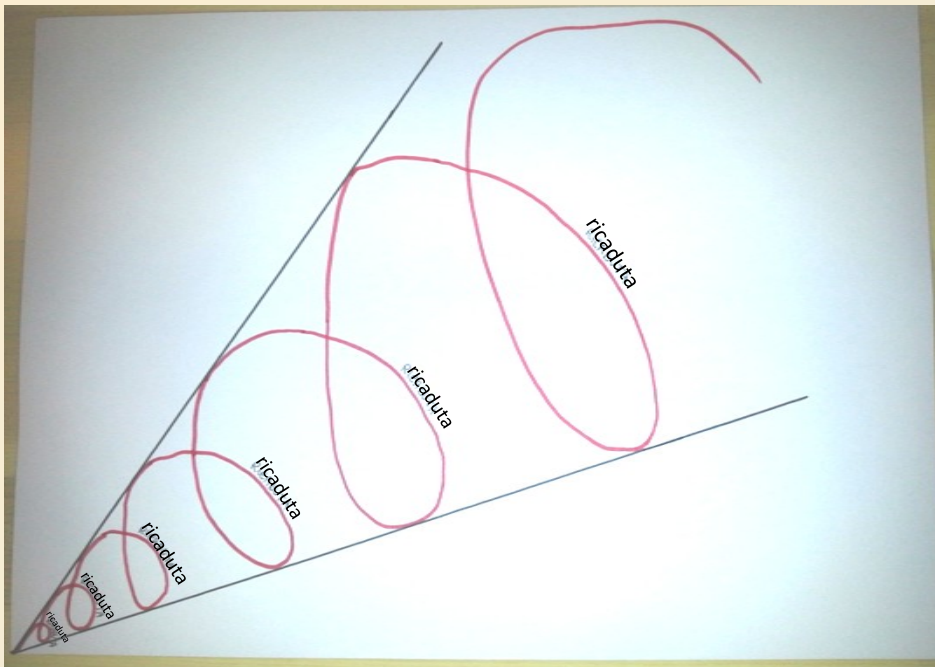


FOLLOW - UP

Fase del cambiamento

*Dunque...
Cammino 3 volte alla
settimana, mangio
come prima quando
sono triste e sola... e
se iniziassi una
psicoterapia?*





Il CAMBIAMENTO è un processo lento dove la RICADUTA non porta al punto di partenza ma conduce un po' più vicino alla risoluzione del problema.

**GRAZIE
DELL' ATTENZIONE**

