

## **INDICE:**

### **Introduzione** di *Rivkah Hetherington*

Gli obiettivi

Gli argomenti principali

L'approccio improntato al trauma

Il trauma e l'etica

La percezione implicita del potere nocivo

L'organizzazione del volume

Sulla scelta di un testo "a cura di": la creazione di una squadra

Note sulla terminologia

Invito alla cura per le lettrici e i lettori

Ringraziamenti e dediche

### **Parte prima**

#### **Mi tieni: il contenitore** di *Rivkah Hetherington*

##### **1. Il trauma**

Il trauma: un contenitore che torna come nuovo/La resilienza del sistema nervoso: il contenitore interno/Il trauma appartiene a tutti/Il racconto verbale del trauma/Eventi traumatici: i fattori ambientali/L'approccio improntato al trauma

##### **2. La mente: la psicoeducazione**

I limiti della mente/La psicoeducazione: strumento indispensabile/Compassione

##### **3. Il corpo: completamento della risposta alla minaccia**

I principi neurobiologici delle risposte alla minaccia/Le risposte alla minaccia: traumi da shock/Le risposte alla minaccia: traumi da attaccamento/Le risposte alla minaccia: apprendimenti primari e secondari/Completare le risposte alla minaccia dovute ai traumi da shock

##### **4. Riconsolidare le memorie: nuovi apprendimenti**

Definizione delle memorie emotive da riconsolidare/Il protocollo neuroscientifico del riconsolidamento/Il riconsolidamento spontaneo nella vita/Esempio di riconsolidamento di memoria in una seduta singola/Esempi di riconsolidamento in una serie di incontri/Buone prassi terapeutiche

### **Parte seconda**

#### **Mi sostieni: la trasformazione**

## **5. La potenza aptica: guarire il trauma con l'arteterapia senso-motoria di**

*Cornelia Elbrecht*

La neurobiologia senso-motoria/L'approccio dal basso verso l'alto/La mappa aptica delle mani/Le divisioni sensoriali e motorie/Il circuito di feedback senso-motorio e il trauma/Rinegoziare il trauma

## **6. La risonanza somatica: guarire il trauma con l'arteterapia somatica di Rivkah**

*Hetherington*

Il SIBAM: una mappa per comprendere l'esperienza/La vita senza paura/L'operatività del SIBAM in ambito terapeutico/La risonanza somatica

### **Parte terza**

**Mi riconosco: la meraviglia di Rivkah Hetherington**

## **7. La sicurezza e le dinamiche di potere**

Espressioni di sicurezza/La sicurezza pura: la gioia della connessione/Stati di sicurezza: nell'essere e nel fare/Dinamiche di potere nella relazione terapeutica/Dalla supervisione alla transvisione: la proposta di Mimma Della Cagnoletta

## **8. Assistere il sistema ad accogliere il nuovo apprendimento**

La sensazione di morire/Orientarsi con le tre modalità del processo creativo/Discernere la difesa dalla risorsa/Dalla descrizione alla trasformazione

### **Parte quarta**

**Preparare il terreno: risorse, protezioni e difese di Rivkah Hetherington**

## **9. Il corpo: troppo pericoloso per starci, la storia di Enrica**

Le parole di Enrica: tempo e spazio per i frammenti di me/La base: avvicinarsi al corpo attraverso l'argilla/Elaborazione dei lutti

## **10. La relazione: troppo ansiogena per starci, la storia di Michaela**

Contesto: abbastanza fiducia per condividere la sfiducia/Il processo di ars/Il processo di arteterapia senso-motoria (il Campo d'argilla)/Una farfalla sbatte le ali e il mondo cambia

### **Parte quinta**

**Riconsolidare le memorie di rabbia e di vergogna di Rivkah Hetherington**

## **11. La rabbia: il diritto di avere**

La rabbia e il potere-dentro/Dall'espressione alla trasformazione della rabbia: completare la risposta alla minaccia/Dall'indignazione alla disperazione, alla forza: la rabbia in termini polivagali/Rabbia e tristezza, elaborare un cuore ferito con un lavoro sensomotorio

## **12. La vergogna: il diritto di esistere**

La vergogna e il potere-dentro/La vergogna di appropriarsi del proprio oro: la storia di Giulia/Dalla vergogna alla soddisfazione: prosegue la storia di Enrica

## **Parte sesta**

### **Oltrepassare i confini delle proprie credenze**

#### **13. Gli psicofarmaci: l'ultima barriera da sconfiggere** di *Rivkah Hetherington*

La testimonianza di Grazia

#### **14. La coproduzione: le nostre conclusioni** di *Rivkah Hetherington, Mimma Della Cagnoletta* ed *Enrica Zignone*

Riflessioni di Rivkah/La testimonianza di Enrica/La testimonianza di Mimma

## **Bibliografia**