

Antonino Carcione

Questo numero di *Cognitivismo clinico* si apre con un articolo che abbiamo l'onore e il piacere di ospitare. Il primo di Novembre Aaron Beck, riconosciuto padre della Terapia Cognitiva Comportamentale (TCC), uno dei più noti psichiatri e psicoterapeuti contemporanei, la cui fama ha valicato rapidamente i confini degli Stati Uniti facendo diffondere la TCC in tutto il mondo, è scomparso a breve distanza dall'aver compiuto 100 anni. Beck era, nonostante l'età, ancora lucido, attivo e produttivo sul piano scientifico e un punto di riferimento per la comunità internazionale. Da poco aveva pubblicato un articolo in cui descriveva lo sviluppo del suo pensiero scientifico, dal primo lavoro psicoanalitico alle ultime riflessioni e proposte sulle psicosi. Spesso gli sono state attribuite fonti di ispirazioni intellettuali contrastanti scientifici che non sempre corrispondevano alla realtà, per questo, su sollecitazione della collega Alessandra Mancini, che si era imbattuta in questo lavoro in cui di prima mano era possibile conoscere direttamente il pensiero e la storia di Beck, avevamo ottenuto poco prima della sua scomparsa l'autorizzazione a tradurre e pubblicare questo interessantissimo lavoro, che riteniamo possa essere di grande utilità per gli studenti in formazione, ma certamente in grado di suscitare la curiosità in ognuno di noi.

Il numero prosegue con una serie di articoli che affrontano il problema dello stress legato a varie fonti, dalla professione alle patologie croniche.

Barbara et al. forniscono utili riflessioni sul tema del burnout. Si tratta di una ricerca su un campione di 325 psicoterapeuti specializzandi sul ruolo dell'autoefficacia percepita nella relazione tra perfezionismo e burnout. Il rapporto tra tali variabili non è ad oggi chiaro, ma costituisce un rischio potenziale per ogni psicoterapeuta che si confronta con rapporti interpersonali frequenti e carichi emotivamente. Gli psicologi con elevati livelli di perfezionismo hanno maggiori probabilità di sperimentare burnout e questo studio mostra come l'autoefficacia percepita incida sulla relazione tra perfezionismo e burnout in quanto elevati livelli di perfezionismo, in particolare legati al timore di commettere errori, possono essere associati a una bassa autoefficacia, aumentando, appunto, la probabilità di sperimentare burnout.

Rimanendo sul tema dello stress, l'articolo di Caiazzo et al. rivolge l'attenzione a quello dei caregiver di persone con diagnosi di disturbo dello spettro autistico. In particolare l'articolo presenta una rassegna sui contributi relativi all'uso della mindfulness e dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) per fronteggiare lo stress dei caregiver. L'accettazione, infatti, rappresenta uno dei passi centrali per affrontare il problema con ricadute benefiche per i pazienti e per coloro che se ne prendono cura. Gli autori, sottolineando come gli studi pubblicati siano ancora pochi, fanno presente che, allo stato attuale, non è possibile proporre un modello di intervento strutturato e specifico, ma considerando che i benefici sembrano essere riscontrabili questo potrebbe contribuire a costruire modelli di intervento efficaci.

Tra le malattie croniche che generano stress nei caregiver va sicuramente annoverato anche il Diabete di tipo I. Fonzo et al. fanno notare come mentre diversi studi presenti in letteratura sono dedicati a descrivere e analizzare l'impatto psicologico del diabete, pochi sono quelli che hanno esplorato il possibile meccanismo causale tra variabili psicologiche dei genitori e *outcome* glicometabolici dei figli. Gli autori quindi presentano una ricerca che effettivamente evidenzia

come lo stress genitoriale sia una variabile influente da analizzare, in quanto in grado di avere un effetto mediatore tra la paura dell'ipoglicemia e i livelli di emoglobina glicata. L'importanza di tali risultati, in linea con pochi altri studi, suggerisce l'importanza di considerare nella fase di *assessment*, nel corso del trattamento di un bambino affetto da Diabete di Tipo I, anche la valutazione di variabili psicologiche genitoriali che possono comportare, in alcuni casi, la necessità di una presa in carico dell'intero nucleo familiare per strutturare un trattamento davvero efficace.

Tra gli eventi stressanti degli ultimi anni, che tutti ci siamo trovati ad affrontare nostro malgrado, è stato sicuramente quello generato dalla pandemia da SARS-COV-2 che è al centro dell'articolo di Filograsso et al. Gli autori prendono però in esame non tanto lo stress generato dalla pandemia, ma quello ancora più grave legato ai maltrattamenti intrafamiliari che, stando ai dati dell'OMS, sono decisamente aumentati durante il periodo delle restrizioni legate al lockdown. Filograsso et al., con la loro competenza clinica, considerano questa una vera emergenza e pertanto descrivono le ricadute su bambini e adolescenti degli eventi traumatici in questo contesto storico, suggerendo possibili strategie efficaci per rilevare precocemente il disagio e strutturare rapidamente interventi efficaci in un'ottica integrata e multilivello.

Passando ad altro tema, non meno importante, Iannunci et al., affrontano la problematica della Dipendenza Affettiva Patologica. Termine piuttosto consueto in psicologia clinica, ma che non trova ancora riscontro nei sistemi di classificazione diagnostica. Eppure la Dipendenza Affettiva, come notano gli autori, non necessariamente può essere letta e trattata identificandola tout court con il Disturbo Dipendente di Personalità. Gli autori affrontano il tema rifacendosi a una concettualizzazione che mette in risalto come la psicopatologia possa essere collegata alla compromissione di scopi fondamentali per l'individuo. Su tale base propongono un modello cognitivo da cui poi derivare le linee di trattamento, illustrando un caso clinico esemplificativo, dalla concettualizzazione al trattamento.

Il numero si conclude con un articolo di Vettori et al. che illustrano un utile Case Report su un intervento cognitivo-comportamentale finalizzato alla gestione funzionale della rabbia. L'articolo evidenzia come intervenire, utilizzando adeguatamente anche interventi psicoeducativi, evidenziando gli aspetti positivi e funzionali della rabbia, che al contrario, se non regolata adeguatamente, diventa fonte di gravi problemi interpersonali e di sofferenza soggettiva. Nel caso riportato è altresì riportato un problema significativo di insonnia, che è tra i sintomi per il quale il soggetto descritto richiede terapia. Gli autori illustrano in modo molto chiaro come un intervento strutturato, deve partire da un attento assessment, che consente di individuare nella disregolazione della rabbia la principale fonte di sofferenza per il soggetto e la base del rimuginio che incrementa l'intensità dell'emozione e influisce sul disturbo del sonno.