

***Project Working. Il Project Working e la Scuola di Specializzazione Scint***

***Ricerca. Stress da pandemia e famiglia***

***Corsi. Corso annuale per Istruttori di Protocolli Mindfulness***

### **PROJECT WORKING**

#### **IL PROJECT WORKING E LA SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE SCINT:**

#### **INTRODUZIONE AI PROGETTI DI RICERCA SVILUPPATI DAI NOSTRI ALLIEVI**

Antonio Petracca

La Scuola di Specializzazione Scint vanta una solida tradizione nell'attività di Ricerca e, sin dal suo nascere, è impegnata in Progetti di Ricerca orientati ad approfondire la complessa mole dei fenomeni psicologici esplorati a più livelli; a cui hanno fatto seguito numerose pubblicazioni e interessanti “cambi di passo” nel panorama delle scienze psicologiche. Alla base c'è la profonda motivazione a consolidare sempre di più il filone della Ricerca, vera e propria eccellenza della nostra Scuola di Specializzazione.

Le idee e gli interessi del Gruppo di allievi, vengono accolti e favoriti con la precisa intenzione di stimolare la loro attitudine intellettuale allo sviluppo di nuovi Progetti di Ricerca.

In questo articolo descriveremo il processo di Project Working: nella prima parte ne metteremo a fuoco i principi teorici e metodologici salienti; nella seconda parte descriveremo l'esperienza diretta dei nostri allievi impegnati nei Progetti di Ricerca.

Doi: 10.3280/mdm1-2020oa10915

*Modelli della Mente (ISSNe 2531-4556), 1/2020*

97

Copyright © FrancoAngeli

This work is released under Creative Commons Attribution - Non-Commercial - NoDerivatives License.

For terms and conditions of usage please see: <http://creativecommons.org/>.

## Il Project Working: cos'è?

Il Project Working può essere definito una strategia e un metodo formativo atto a favorire l'apprendimento significativo e vuole servire ad avvicinare le conoscenze o nozioni astratte alla realtà su cui si può fare ricerca o progettare interventi (2008).

Questa definizione, nel concetto di apprendimento significativo, descrive in modo abbastanza saliente la profonda utilità di introdurre l'attività di Ricerca all'interno di una Scuola di Specializzazione in Psicoterapia: di fatto nell'*Apprendimento Significativo* (1995) – espressione presa in prestito dalle Teorie Costruttiviste (1992) – si pone come obiettivo il raggiungimento dell'autonomia dell'allievo coinvolto nei suoi percorsi conoscitivi. Tale aspetto è centrale affinché, in seno alla metodologia di insegnamento di una Scuola di Psicoterapia (e non solo), l'attenzione non sia posta alla sola trasmissione di nozioni, ma anche al riscontro con realtà contingente di tali insegnamenti, secondo tre sostanziali principi di significatività, ovvero che l'apprendimento:

- sia il prodotto di una costruzione attiva del soggetto, in questo caso dell'Allievo;
- sia strettamente legato al contesto in cui avviene l'Apprendimento;
- nasca da una collaborazione interpersonale continua e costante.

Nello sviluppo di un Project Working uno dei principi metodologici fondanti è l'approccio **Learning by doing**, "*imparare attraverso il fare*", ispirato dall'attivismo pedagogico di John Dewey. Secondo la concezione pragmatistica della conoscenza, conoscere significa modificare la realtà con il pensiero: di fatto apprendere non significa ricevere passivamente delle nozioni, ma elaborare attivamente delle idee (2019).

Nell'esperienza di Formazione in cosa può consistere un Project Working?

In termini generali è possibile ascrivere il Project Working:

- a) Alla progettazione di un elaborato, a cura dell'allievo, nel quale si approfondisce un'area tematica proposta dal docente o ispirata dallo stesso gruppo di allievi coinvolti nel Progetto. Nello specifico si chiede di svolgere un Progetto coerente con il curricula degli studi e basato su un compito complesso, con componenti impre-

viste rispetto alle attività svolte nel percorso formativo. Un tipico esempio di questa tipologia di Project Working potrebbe essere una semplice Ricognizione della Letteratura rispetto ad un determinato argomento, oppure una “Revisione Sistemica” (o Systematic Review), cioè una revisione esaustiva della letteratura scientifica relativa a un dato argomento, con particolare attenzione alla selezione di fonti altamente referenziate, per individuare, valutare e selezionare, tutte le evidenze più autorevoli pertinenti a una specifica questione scientifica. Un elemento chiave presente in molte Revisioni Sistematiche è la “Metanalisi Tecnica-Statistica”, cioè una sintesi quantitativa dei risultati dei diversi singoli studi, che permette di valutarli in modo complessivo, fornendo una singola stima d’efficacia dei risultati combinati.

- b) In alternativa, il Project Work può riferirsi a un’ipotesi di ricerca, rispetto alla quale si chiede una verifica di fattibilità. Un significativo esempio in tal senso può essere rappresentato da un progetto di Ricerca di tipo Sperimentale, dove a sostegno dei dati presenti in Letteratura, rispetto ad un fenomeno (nel caso specifico) psicologico, si formula un’ipotesi, e si misura l’influenza di alcune variabili su di essa, attraverso l’utilizzo di strumenti qualitativi e/o quantitativi.

### **L’esperienza diretta dei nostri allievi nel Project Wworking**

L’esperienza d’apprendimento dedicata al Project Working ha coinvolto gli allievi del primo e del secondo anno di Specializzazione, i cui Progetti si sono svolti nell’arco di circa 18 mesi, a partire dalla prefigurazione del fenomeno psicologico da elaborare, sino alla sua discussione. La pianificazione e lo sviluppo dei Progetti ha seguito un fitto calendario costituito da sessioni di lavoro da remoto, check mensili di supervisione con il coordinatore didattico, e un consistente monte ore di attività frontali *sia di esperienza diretta, con la somministrazione di strumenti diagnostici nel caso dei Progetti di tipo Sperimentale, sia di lavoro volto all’individuazione, valutazione e selezione delle fonti bibliografiche, nel caso dei Progetti di Ricerca Compilativa.*

I lavori sono stati ufficialmente presentati dai nostri allievi nel Luglio 2020, durante l'Open Day che la Scuola di Specializzazione Scint organizza ogni anno, come prezioso momento di incontro e confronto intellettuale, rispetto a temi psicologici stimolanti e di richiamo rispetto alla fase storica contingente.

Sono stati presentati otto Progetti di Ricerca, 4 elaborati dagli allievi del primo anno, e 4 da quelli del secondo anno di Psicoterapia.

Rispetto ai Gruppi di Ricerca del primo anno si segnalano i seguenti Project Working:

1. Mindfulness e Insight Metacognitivo.
2. Stili parentali e Psicopatologia in adolescenza.
3. Minori sex offender: fattori bio-psico-sociali, classificazione, valutazione, trattamento e recidiva.
4. La dipendenza sessuale.

### ***“Mindfulness e Insight Metacognitivo”***

A partire dalla concettualizzazione della pratica della mindfulness come un'attitudine e un'attività intrinsecamente metacognitiva, l'obiettivo di questa ricerca è produrre una “teoria fondata” dell'esperienza di insight metacognitivo, attraverso una metodologia di ricerca qualitativa ispirata alla Grounded Theory (Glaser, Strauss, 2009; Strauss e Corbin, 1990; Charmaz, 1983). La metodologia di ricerca nota come Grounded Theory si propone di analizzare interviste, osservazioni partecipate sul campo, documentazione, e qualsiasi altra fonte di dati cosiddetti “qualitativi”, al fine di generare una teoria sufficientemente generale da spiegare i fenomeni studiati, e contemporaneamente fondata (da qui il termine grounded) sulle osservazioni empiriche raccolte.

Il Progetto di ricerca ha contemplato le seguenti fasi:

- Ricognizione della letteratura;
- Scelta degli strumenti quantitativi per misurare le dimensioni del costrutto “mindfulness”, da associare ai risultati qualitativi;
- Costruzione di una intervista semi-strutturata:  
Identificazione delle aree di interesse/argomenti dell'intervista,  
Formulazione delle domande;
- Identificazione del gruppo di partecipanti a cui somministrare l'intervista (10-15 unità);

- Analisi qualitativa delle interviste e siglatura dei questionari;
- Costruzione di una GT dell'insight metacognitivo nella mindfulness.

È stato definito il campione e costruire, nelle sue specifiche, l'intervista semi-strutturata in corso di somministrazione. Le restrizioni legate all'emergenza sanitaria in corso hanno rallentato i processi di lavoro e, la parziale somministrazione dell'intervista è la punta di criticità rilevata. Pertanto le future traiettorie progettuali contemplan la conclusione della fase di somministrazione e l'analisi qualitativa delle interviste per la definizione di una GT dell'insight metacognitivo nella mindfulness.

### ***“Stili parentali e Psicopatologia in adolescenza”***

Questo Progetto di Ricerca si presenta come un Revisione Sistematica e si concentra sulle già note evidenze scientifiche in merito alla correlazione tra stile di parenting e sviluppo di disturbi psicopatologici in adolescenza. L'obiettivo è di individuare – all'interno della Letteratura più recente – i fattori di rischio più frequenti.

È stata effettuata una revisione della Letteratura degli ultimi 10 anni. La ricerca degli articoli è stata condotta attraverso motori presenti su Pubmed, Medline, PsycINFO. Le parole chiave utilizzate sono state: *stili parentali, attaccamento, psicopatologia, adolescenza*. Sono stati individuati 30 studi secondo i seguenti criteri di inclusione: numerosità del campione (sono stati esclusi studi con meno di 50 partecipanti), range di età compreso tra 13-20 aa, ricerche degli ultimi 10 aa, assenza di patologie organiche concomitanti, presenza di stili parentali disfunzionali, utilizzo di test specifici e di comprovata efficacia. Tra questi 30 contributi, sono stati quindi selezionati: 10 studi sperimentali, 2 review, 2 metanalisi, in base ai sopra citati criteri di inclusione.

La letteratura esaminata ha dimostrato quanto un parenting prevalentemente *autoritario* e uno *negligente* possano essere fattori di rischio piuttosto seri, per diversi aspetti della salute mentale degli individui. Uno stile di parenting maggiormente incentrato sul “controllo” (*autoritario*), oppure completamente privo di esso (*negligente*), potrebbe potenzialmente incidere sulla percezione di sé dell'adolescen-

te, in termini di autoefficacia; sul vissuto emotivo (ansia, depressione, senso di colpa, paura) e, conseguentemente, sulla condotta dell'individuo (ritiro sociale, abuso di sostanze, comportamenti antisociali); esponendolo in certi casi anche al rischio di sviluppare sintomi psicotici. A partire da questo assunto è stato possibile individuare 4 fattori di allarme (*controllo, negligenza, attaccamento, psicopatologia genitoriale/variabili familiari sistemiche*), potenzialmente predittivi della patologia in adolescenza in relazione al parenting.

Tali risultati consentono di tracciare delle ipotetiche strategie di sostegno per questo tipo di famiglie: la conoscenza degli elementi potenzialmente scatenanti un disturbo conclamato, consente di intervenire in condizioni premorbose, anche in assenza di sintomi, per garantire una prognosi favorevole e uno sviluppo adeguato agli adolescenti coinvolti.

Le proposte consistono prevalentemente in interventi preventivi, differenzianti sulla base delle diverse *modalità di attuazione*, del *momento* in cui vengono offerti e della *popolazione target* verso la quale sono diretti: incentivare la somministrazione di screening valutativi dell'adattamento all'interno delle scuole; incentivare i progetti dei singoli professionisti volti sia a favorire la presa di consapevolezza delle proprie risorse che ad evidenziare debolezze e fragilità dei ragazzi, prima che esse si cronicizzino e indirizzino verso quadri potenzialmente psicopatologici; realizzare un percorso psicoeducativo rivolto a famiglie e insegnanti, focalizzato sull'importanza della comunicazione, dell'alfabetizzazione emotiva e del sostegno da parte degli adulti significativi durante l'adolescenza.

### ***“Minori sex offender: fattori bio-psico-sociali, classificazione, valutazione, trattamento e recidiva”***

Il fenomeno dei Juvenile Sex Offenders, rispetto al tema della recidiva, è un argomento controverso.

Per gli adolescenti il rischio di reiterare questa tipologia di reato può essere congiunto ad una varietà di elementi, tra cui la scarsa aderenza ad un piano di trattamento psicologico, dinamiche gravemente disfunzionali in famiglia, l'abuso di sostanze, i maltrattamenti subiti e i problemi di salute mentale. In passato la Scint si è già occu-

pata di ricerca nell'ambito dei sex offender. Nel 2009 Tonino Cantelmi, Maria Beatrice Toro, Antonio Minopoli e Teresa Ambrosio hanno pubblicato i risultati di uno studio che mirava a individuare la correlazione tra disregolazione emotiva e agito sessuale nei sex offender adulti.

Tale studio aveva lo scopo di confrontare l'eventuale presenza di rabbia e alessitimia nella popolazione carceraria ascritta a reati sessuali, con quella ascritta a reati non sessuali.

I risultati ottenuti rivelarono che non c'era correlazione tra le due dimensioni. Si è pertanto deciso di estendere questa ricerca alla popolazione di sex offender minori, studiando le variazioni di regolazione emotiva prima e dopo un trattamento psicologico di gruppo, con l'ipotesi clinica che il trattamento psicoterapeutico gruppale possa favorire una maggiore focalizzazione emotiva e una diminuzione dei livelli di ansia di stato e di tratto. Tale ricerca si avvale della somministrazione di due questionari self-report:

La TAS 20 (Bagby *et al.*, 1994a), nella versione italiana (Bressi *et al.*, 1996) è un questionario autosomministrato con 20 item per la misurazione dell'alessitimia. Il soggetto deve rispondere alle affermazioni definendo il suo grado di accordo su una scala likert a 5 punti (0= non sono d'accordo; 5= completamente d'accordo).

La STAI-Y (Spielberger *et al.*, 1970) nella versione italiana è un questionario autosomministrato con 40 item per la misurazione dell'ansia di tratto e di stato. Il soggetto deve rispondere alle affermazioni definendo l'intensità del suo stato d'animo su una scala likert a 4 pt (0= per nulla; 4= moltissimo).

Lo sviluppo degli step programmati, sempre a causa dell'interruzione delle attività, si è limitato a una ricognizione delle fonti bibliografiche salienti e alla somministrazione pre-test dei questionari su un campione clinico composto da adolescenti in stato di "messa alla prova", ad oggi inseriti in un gruppo trattamentale.

Pertanto le linee progettuali si orientano alla conclusione della fase di somministrazione e di siglatura dei questionari per una valutazione dei risultati e verifica dell'ipotesi clinica.

### *“La dipendenza sessuale”*

Il seguente Progetto di Ricerca si presenta come una ricognizione delle fonti bibliografiche presenti in Letteratura rispetto a un quadro sintomatologico specifico relativo alle new addiction, ovvero le dipendenze sessuali. Tale evidenza psicopatologica è stata approfondita da diverse prospettive: psicodiagnostica, strumentale, neurobiologica, con un’attenzione specifica al tema della sessualità e dell’affettività. Il lavoro convergerà verso il Cybersex, un fenomeno clinico e patologico al quale il prof. Tonino Cantelmi sta dedicando ampio respiro con diverse pubblicazioni. Nello specifico dell’esperienza di lavoro, il gruppo di allievi introduce dapprima un’analisi delle attuali controversie nosografiche che si ascrivono alla volontà dell’APA di escludere il Disturbo da Ipersessualità nella versione definitiva del DSM-5. A chiosa dell’indagine diagnostica, si segnala la buona affidabilità di due strumenti di valutazione:

- a) Sexual Addiction Screening Test (SAST); un test valutativo che rileva la distinzione tra compulsione sessuale e atteggiamenti normali (o a rischio) nei confronti del sesso.
- b) Sexual Dependency Inventory (SDI); uno strumento self report utilizzato per valutare l’intensità della dipendenza sessuale, i comportamenti sessuali problematici, le preoccupazioni legate alla presenza di dipendenza e altri disturbi sessuali, quali le parafilie.

Il Progetto di Ricerca plana, poi, in modo efficace, sui correlati neurobiologici circoscritti a tale psicopatologia, citando un’interessante studio su pazienti dipendenti da cocaina, da cui è emerso che le regioni cerebrali attivate in presenza di stimoli visivi relativi sia alla droga che al sesso, sono simili e in entrambi i casi situate nella rete di rewardness (Kuhn & Gallinat, 2011).

Dall’analisi della significativa correlazione tra le dimensioni di affettività e sessualità, la rassegna bibliografia ha infine focalizzato, a più livelli, la diffusione poderosa di un fenomeno psicopatologico quanto mai attuale: il Cybersex. La drammatica stima dei numeri generati da tale attività sessuale ha sensibilizzato gli psicoterapeuti in formazione all’approfondimento di possibili traiettorie di intervento psicologico, come i protocolli mindfulness-based, pur riconoscendo l’attuale mancanza di trattamenti scientificamente validati.

Rispetto ai Gruppi di Ricerca del secondo anno si segnalano i seguenti Project Working:

1. i Falsi Ricordi e Tratti di Personalità.
2. Alcol e Codipendenza Affettiva: un circolo vizioso.
3. Mindfulness e ADHD.
4. Gambling Disorder, Disturbo da Gioco d'Azzardo.

### ***“I Falsi Ricordi e Tratti di Personalità”***

I falsi ricordi possono essere definiti come la tendenza a ricordare degli stimoli mai codificati ma che sono legati all'informazione presentata alla persona.

L'ipotesi di ricerca di questo Progetto Sperimentale, è stabilita dalla possibilità che, all'interno di episodi emotivi, ci possano essere differenze significative tra giovani e adulti nella produzione di falsi ricordi, e che siano presenti specifici tratti di personalità che ne aumentano la formazione.

Rispetto al metodo di lavoro è stato possibile reclutare un campione di 90 soggetti, suddiviso in due gruppi: quello dei giovani con età compresa tra 18-34 anni e quello degli adulti con età compresa tra 35-68 anni. Nella prima sessione dello studio è stata somministrata a ogni partecipante una batteria di test composta dal Digit Span, Panas, FAS e 16PF-5. Nella seconda sessione è stato sottoposto loro un compito specifico sui falsi ricordi, costituito dalla codifica e dal riconoscimento di una serie di immagini.

Dai risultati è stato possibile osservare che il gruppo dei giovani tende a formare più falsi ricordi negli episodi a valenza negativa, mentre quello degli adulti tende a formare più falsi ricordi negli episodi a valenza positiva. Inoltre, emerge una correlazione negativa tra il tratto di personalità *coscienziosità* e *gli errori causali negativi* e una correlazione positiva tra *alta vigilanza* e *gli errori causali positivi*. Tra le potenzialità di questo studio si segnala il robusto numero di partecipanti alla somministrazione. Tra i fattori di criticità segnalati dagli allievi, si registrano alcune difficoltà nella gestione delle fasi di lavoro; in particolare il periodo di “lockdown” non ha favorito il confronto in presenza tra i membri dell'équipe, indispensabile per una buona formazione tecnica sugli strumenti pratici somministrati durante

il progetto di ricerca. Ulteriori studi potrebbero spiegare quali elementi di un episodio vengono selezionati e memorizzati dalle persone con determinate caratteristiche di personalità, e le possibili inferenze che vengono prodotte nella costruzione del suo ricordo.

### ***“Alcol e Codipendenza Affettiva: un circolo vizioso”***

Secondo la letteratura scientifica esiste una correlazione tra l'alcol-dipendenza e la co-dipendenza affettiva, con l'innescò di un circolo vizioso caratterizzato da una forma disfunzionale di comunicazione all'interno della coppia che potrebbe verosimilmente rafforzare il rifugiarsi nella sostanza da parte del soggetto alcol-dipendente.

Questa Revisione Sistemática è stata condotta per conoscere dettagliatamente l'argomento e orientare una ricerca sperimentale futura. Per l'analisi della Letteratura è stata effettuata una ricerca tematica di articoli scientifici e revisioni sistematiche sulla correlazione tra dipendenza da sostanze e co-dipendenza affettiva. In seguito, il materiale è stato suddiviso in tre sottogruppi, in base a tipologia e specificità dell'argomento.

L'interesse clinico è rilevante se consideriamo le molteplici ripercussioni che tali problematiche hanno sui contesti di vita dei soggetti implicati; tuttavia, è necessario incrementare la ricerca ancora carente e generica sul tema in oggetto, oltre a effettuare una maggiore prevenzione a livello terapeutico con specifici protocolli.

Dagli esiti della Revisione Scientifica, il team di allievi coinvolti si vede motivato a sviluppare una Ricerca di tipo Sperimentale che possa contribuire a una conoscenza più specifica e dettagliata della relazione tra l'alcolismo e la comunicazione all'interno della coppia. In particolare si approfondirà il pattern *demand/withdraw*, rispetto al quale uno dei due partner agisce continue pressioni sull'altro (partner nel ruolo *demand*), mentre l'altro si difende ritirandosi e usando un atteggiamento difensivo (partner nel ruolo *withdraw*); avanzando l'ipotesi clinica che tale asse comunicativo disfunzionale sia significativamente presente in coppie dove un partner presenta alcol-dipendenza e un partner presenta tratti di co-dipendenza.

In tal senso, rispetto alla metodologia di lavoro, si tenterà l'osservazione partecipata in gruppi A.A. per il reclutamento del campione

e si procederà con la somministrazione di test quali la *Dyadic Adjustment Scale- DAS* (Spanier, 1976) e il *Communication Pattern Questionnaire – CPQ* (Christensen; Sullaway, 1984; Caravelli 2007).

### **“Mindfulness e ADHD”**

Questa Ricerca di tipo Sperimentale è orientata a indagare gli effetti di una terapia basata su un approccio mindfulness-based, applicata al disturbo dell'ADHD. Nello specifico gli allievi sviluppano una ipotesi di ricerca secondo cui, un trattamento riabilitativo basato sulla mindfulness, possa favorire il funzionamento di alcuni specifici processi cognitivi ascritti all'Attenzione, come: la regolazione dell'*attenzione sostenuta*, atta a mantenere la consapevolezza dell'esperienza nel momento presente; la regolazione dell'*attenzione flessibile*, funzionale al “riancoraggio” dell'attenzione al momento presente dopo una distrazione; l'inibizione del *processo elaborativo*, al fine di evitare di ruminare su pensieri o sentimenti che sono al di fuori del momento presente.

Per il training è stato utilizzato un protocollo MOM che si concentra su 3 pratiche di meditazione: la focalizzazione dell'attenzione sul respiro (Anapanasati); l'esplorazione del corpo (Body Scan); la consapevolezza dei propri pensieri e delle emozioni (Vipassana). Il Progetto di Ricerca prevedeva un gruppo più ampio di bambini con diagnosi ADHD, ma i noti eventi di emergenza sanitaria, hanno reso necessaria la revisione del progetto soprattutto in termini di reclutamento del campione. Pertanto è stato possibile riconfigurare l'esperienza di ricerca alla definizione di un caso pilota con la collaborazione di un genitore. Il progetto si è suddiviso in tre fasi, nel corso delle quali, oltre al protocollo MOM, sono state utilizzate scale di valutazione, somministrate al genitore e al bambino:

- 1° fase: CBCL genitore/Test BIA/SDAG;
- 2° fase: training MOM per 8 settimane 3 volte a settimana;
- 3° fase: re-test CBCL genitore/Test BIA/SDAG.

Al termine delle otto settimane è stato possibile osservare significativi miglioramenti nell'area dell'iperattività e un lieve miglioramento nell'area dell'impulsività, rispetto all'abilità di inibizione della risposta automatica. Sebbene i risultati debbano essere sicuramente

verificati in gruppi di maggiore numerosità e rivalutati a lungo termine, dagli sviluppi di questo Progetto di Ricerca si avvalorano l'ipotesi che il training mindfulness-based possa essere utilizzato in maniera efficace a favore di bambini con diagnosi di ADHD.

### ***“Gambling Disorder – Disturbo da Gioco d’Azzardo”***

Il team di allievi coinvolto nel Progetto di Ricerca ha sviluppato una ricognizione delle fonti bibliografiche presenti in Letteratura rispetto ad un quadro sintomatologico specifico, il “Gambling Disorder”, o Disturbo da Gioco d’Azzardo. Tale evidenza psicopatologica è stata approfondita da diverse prospettive: nosografica, psicodiagnostica, neurobiologica e specificatamente trattamentale con un’attenzione alla metodologia d’intervento sviluppata all’interno della Comunità Residenziale Sisifo, vera e propria eccellenza nel panorama della diagnosi e trattamento delle dipendenze patologiche. Alla fine la ricerca convergerà su un’analisi qualitativa dei dati anamnestici raccolti sul campione di utenti con diagnosi di “Gambling Disorder”, attualmente in trattamento presso la Comunità Sisifo.

A margine della classificazione nosografica e psicodiagnostica di tale disturbo, risulta interessante un dato interstiziale di tipo epidemiologico. In particolare dalla prima indagine epidemiologica sul gioco d’azzardo in Italia, realizzata dall’Istituto Superiore di Sanità (ISS) nel 2018, emerge che nella nostra penisola si contano 18milioni e 400mila giocatori (il 36,4% della popolazione adulta), di cui:

- 1,5 milioni hanno un profilo problematico (8% di cui il 3,6% di uomini rispetto al 2,5% di donne nella popolazione maggiorenne);
- 1,4 milioni sono considerati “a rischio moderato”;
- 2 milioni sono “a basso rischio”;
- il restante è definito “giocatore sociale”.

Un dato questo per certi aspetti allarmante che esorta le agenzie socio-sanitarie a una convincente sensibilizzazione del problema e alla individuazione di efficaci traiettorie trattamentali. Pertanto, in base alle attuali conoscenze non è possibile ipotizzare un trattamento farmacologico “antigambling” in senso stretto in quanto, i giocatori patologici, rappresentano un gruppo molto eterogeneo sia sul piano tipologico che patologico e presentano un’elevata comorbilità psi-

chiatrica. La complessità che caratterizza tale dipendenza necessita quindi di un approccio multidimensionale e dello sviluppo di programmi di trattamento multimodali in grado di comprendere le diverse angolazioni e specificità che il DGA presenta.

In questo senso i *percorsi residenziali*, per giocatori con tale disturbo, indirizzano il proprio trattamento sulla base dello strumento del gruppo, sia nella dimensione di quotidianità e di confronto dell'esperienza, sia come strumento terapeutico attraverso gli interventi specifici gestiti da diverse figure professionali. In questo panorama la Comunità Terapeutica Sisifo rappresenta un approccio innovativo e multidisciplinare destinato alla cura delle dipendenze: è prevista una formula di immersione intensiva, per un massimo di 12 partecipanti, della durata di 3 settimane, al termine delle quali l'utente viene seguito con periodici follow up (generalmente un week end al mese per 3-12 mesi a seconda dei casi). Il trattamento residenziale è altamente strutturato con attività quotidiane e prevede un programma riabilitativo specifico: psicoterapia cognitiva, mindfulness, onoterapia, stimolazione magnetica transcranica, gruppo esperienziale.

Gli obiettivi che tale approccio si pone sono:

- Aumentare il grado di consapevolezza rispetto a dinamiche disfunzionali in ambito delle relazioni sentimentali, affettive e familiari.
- Consapevolezza e tecniche di gestione degli agiti impulsivi.
- Riduzione dei comportamenti di dipendenza da gioco d'azzardo e prevenzione delle ricadute aumentando il grado di riflessività e mentalizzazione.

Gli allievi, infine, hanno sviluppato un'indagine qualitativa sulla base dei dati anamnestici relativi a un campione di utenti 24 utenti (19 maschi e 5 femmine) che hanno avuto accesso alla Struttura Residenziale Sisifo e che presentano come diagnosi in Asse I, Disturbo da Gioco d'Azzardo.

L'analisi dei dati mostra che:

- c'è una netta prevalenza degli uomini sulle donne (19 vs 5);
- circa la metà del campione non ha attualmente un'occupazione lavorativa (48%);
- il 46% fa uso di sostanze stupefacenti;
- il 65% assume una terapia farmacologica;
- poco più della metà del campione effettua una psicoterapia (57%).

Lo studio presenta dei limiti metodologici, per cui, i risultati possono essere considerati come preliminari a uno studio di maggior portata. La proposta progettuale futura, pertanto, si orienta verso un ampliamento del campione di ricerca, effettuando un'analisi approfondita sia delle variabili individuali e sociali che predispongono lo sviluppo di tale disturbo, sia dell'elevata comorbidità psichiatrica a cui esso si associa.

Nel ruolo di coordinatore dei Progetti di Ricerca sviluppati dagli allievi della Scuola di Specializzazione Scint, è doveroso sottolineare alcuni aspetti che prescindono dai contenuti sinora descritti. Lo scenario inaspettato generato dai mesi di isolamento forzato a causa della pandemia, tra le drammatiche conseguenze di natura sanitaria e socio-economica, ha trascinato via con sé ogni possibile ritorno all'ordinario: anche l'area dell'Alta Formazione non ne è passata indenne e la nostra Scuola di Specializzazione si è dovuta tempestivamente "attrezzare" per rimodulare le sessioni di Formazione con video-lezioni da remoto, continuando ancora oggi a garantire un'offerta formativa ad alti livelli, in un clima di grande fiducia e cooperazione.

È su queste radici che si innesta lo spirito d'azione dei nostri allievi che, nonostante gli evidenti rallentamenti e talvolta la rimodulazione delle attività ascritte allo sviluppo dei Project Working, non hanno arrestato il corso delle attività pianificate, portando a termine ciascun Progetto di Ricerca. Questo dato è motivo di personale orgoglio ed è spia del senso profondo per cui è stato introdotto questo taglio formativo all'interno della Scuola di Psicoterapia Scint: attribuire al Project Working la costruzione di un *significato* valoriale orientato a vedere "crescere" i nostri allievi, non solo rispetto agli apprendimenti teorico-pratici, ma anche come persone: individui in grado di cooperare in processi organizzativi complessi che, come ogni naturale processo, contempla anche gli imprevisti.

## **RICERCA**

### **STRESS DA PANDEMIA E FAMIGLIA**

Maria Beatrice Toro

La paura del Covid, unita alle restrizioni imposte dal mondo della politica nel tentativo di gestire la pandemia tutelando la salute pubblica, hanno rappresentato un grave stress per tutti i cittadini italiani. I dati dell'OMS ci dicono che **il 60 per cento di noi, come nel resto d'Europa, presenta sintomi di Pandemic Fatigue**, condizione psicologica di logoramento particolarmente insidiosa perché può portare a un vero burn out in cui non ci si prende più cura di se stessi. La situazione di stress assume contorni specifici in seno ai nuclei familiari con figli, laddove l'organizzazione della vita quotidiana è diventata, spesso, impossibile. La diminuzione delle risorse economiche, la convivenza continuativa forzata, la mancanza di contatti sociali e con la famiglia allargata, le difficoltà scolastiche e l'impraticabilità dei nuovi tempi di vita hanno portato molti genitori a una forma di fatigue ancora più intensa.

Nel periodo settembre-ottobre 2020, in particolare, abbiamo svolto un'indagine sulle percezioni dei genitori che si preparavano, tra mille incertezze, ad affrontare la ripresa delle attività. Il quadro che è emerso risulta in linea con le altre indagini svolte sul territorio italiano da diversi enti di ricerca, tra cui l'Ospedale Gaslini di Genova, che ci ha fornito i primi dati già in estate.

L'indagine ha riguardato 82 genitori (60 madri, 22 padri), cui è stato somministrato il questionario allegato alla fine dell'articolo, in modalità in presenza a Roma, Todi e Parma e a distanza nel resto d'Italia.

L'86% degli intervistati ha notato cambiamenti di comportamento in almeno uno dei figli; soprattutto sono stati rilevati cambiamenti nei ritmi circadiani, regressione nelle autonomie, irritabilità e pianto persistente. Alla vigilia del rientro, la maggior parte dei bambini e ragazzi manifestava emozioni diverse rispetto agli anni precedenti, in un continuum che spaziava dalla paura, all'ansia, alla tensione, all'eccessivo entusiasmo. Il 70% dei genitori era preoccupato soprattutto del contagio. Subito dopo il contagio, la paura più grande era non riuscire a reggere un altro stravolgimento nei tempi della

famiglia. Questo dato era maggiormente presente nei questionari svolti dalle madri.

Per quanto riguarda gli aspetti economici, questi sono stati ciò di cui le famiglie hanno avvertito la minore cura da parte dello Stato, laddove spesso l'aiuto è provenuto da associazioni e dalla famiglia di origine.

Come sappiamo dagli studi precedenti, la situazione di stress e ansia nei genitori è collegata al livello di gravità dei comportamenti disfunzionali dei bambini e dei ragazzi. Questo significa che all'aumentare dei sintomi nei genitori (disturbi d'ansia, dell'umore, del sonno, consumo di farmaci ansiolitici), aumentano i disturbi comportamentali e della sfera emotiva nei figli. Dato importante: l'aumento dei disturbi comportamentali e della sfera emotiva nei genitori e, di conseguenza, nei bambini e negli adolescenti è **indipendente dalla pregressa presenza di disturbi della sfera psichica nei genitori.**

Ciò significa che siamo davanti a una situazione nuova, a una fatica che colpisce le famiglie in modo omogeneo, anche a prescindere da fragilità psichiche preesistenti, a testimonianza del fatto che non sempre aver sofferto ci espone a maggiori rischi. Più dirimenti, in questo momento, appaiono essere le condizioni culturali ed educative, l'inserimento in una rete di sostegno con valori condivisi.

## Questionario

Durante l'isolamento, ha notato in suo figlio emozioni e comportamenti diversi dal solito?

SÌ NO

Quali?

.....

Durante l'estate, tali comportamenti sono scomparsi?

SÌ NO

Oggi, alla ripresa della scuola, nota differenze rispetto allo scorso anno?

SÌ NO

Quali?

.....

È preoccupato dei rischi di contagio connessi al ritorno a scuola?

SÌ NO

È preoccupato di non riuscire a gestire i tempi di vita, ovvero teme che possano verificarsi cambiamenti negli orari di scuola e sport?

SÌ NO

Teme gli effetti della crisi economica?

SÌ NO

È sereno riguardo agli apprendimenti di suo figlio dopo il lockdown?

SÌ NO

E riguardo al reinserimento tra i coetanei?

SÌ NO

Infine, di cosa pensa abbia realmente bisogno suo figlio per affrontare la ripresa?

.....

E lei, come genitore? Cosa la aiuterebbe?

.....

## **CORSI**

### **CORSO ANNUALE PER ISTRUTTORI DI PROTOCOLLI MINDFULNESS**

Claudia Romani

Il Corso annuale per Istruttori di Protocolli Mindfulness è stato progettato per rispondere all'esigenza di diffondere, promuovere e trasmettere la pratica della mindfulness attraverso un training formativo di alta qualità. La direzione scientifica del corso è curata dai Direttori della FEDERPSI – Ente accreditato per la formazione ECM (id n.1959 del 24/01/2012) con il patrocinio della Scint – Scuola di Specializzazione in psicoterapia cognitivo-interpersonale (aut. Miur 2008). Attraverso una formazione teorica ed esperienziale ci proponiamo la trasmissione di un "saper fare" (per condurre gruppi e interventi individuali basati sulla mindfulness), solidamente fondata su un "saper essere". Accanto ai moduli teorici è prevista la coltivazione intensiva della pratica personale, sia in aula che come lavoro a distanza, da svolgere nel tempo che intercorre tra un incontro e l'altro.

La formazione alla mindfulness è un'esperienza coinvolgente e progressiva, che richiede passione e costanza; tanto più si approfondisce la pratica personale, quanto più si possono intimamente cogliere gli elementi fondamentali che consentono presenza mentale, acquisendo una buona padronanza del metodo.

#### ***Destinatari***

Il corso è aperto a tutti coloro i quali abbiano avuto un approccio alle meditazioni, con un protocollo MBSR svolto o da svolgere durante l'anno di corso.

L'accREDITAMENTO è riservato alle professioni di psicologo, psicoterapeuta e medico (tutte le discipline. È accreditato dal Provider FEDERPSI id. 1959 per 45/50 crediti ECM.

#### ***Periodo***

Il corso si tiene ogni anno.

Nella sede di Roma partirà nel mese di ottobre 2021 e si concluderà nel mese di aprile 2022.

Nella sede di Milano partirà nel mese di gennaio 2021 e si concluderà nel mese di luglio 2021.

Nella sede di Napoli partirà nel mese di maggio 2021 e si concluderà nel mese di ottobre 2021.

### ***Struttura didattica***

Il corso si articola in una serie di moduli teorico-pratici supportati dall'utilizzo di dispense e presentazioni di materiali audio.

Ciascun modulo del corso, di 20 ore, si svolgerà con cadenza mensile nelle giornate di sabato e domenica dalle 9,30 alle 18,30 con una pausa pranzo dalle 13,30 alle 14,30.

In questo periodo di emergenza sanitaria il corso si potrà frequentare, interamente o in parte, sia in presenza che a distanza sulla piattaforma Zoom.

### ***Sede***

- A distanza sulla piattaforma zoom

- In presenza:

**a Roma**, presso la sede dell'*Istituto di Mindfulness Interpersonale* e del *Secondo Centro di Terapia Cognitivo Interpersonale*, in via Nomentana 257;

**a Milano**, presso la sede dell'*Associazione Labò*, in via Zara 9;

**a Napoli**, presso il centro *L'Arte della Felicità*, in Salita Betlemme.

### ***Esame finale e Attestato***

È previsto un esame di fine corso.

L'esame si articola su due livelli. Verrà richiesto ai partecipanti di esercitarsi nella conduzione di alcune pratiche di mindfulness e di compilare un questionario, utile principalmente al partecipante per comprendere il proprio livello di apprendimento.

Al termine del corso sarà rilasciato il **diploma attestante la qualifica di "Istruttore di Protocolli Mindfulness"**.

Il nominativo e i riferimenti di ogni istruttore saranno inseriti sul sito [www.mindfulnessinterpersonale.it](http://www.mindfulnessinterpersonale.it) alla voce "Istruttori di mindfulness".

**N.B. Per ottenere il titolo di Istruttore è fondamentale aver partecipato, o partecipare contemporaneamente al Corso Istruttori, a un corso MBSR o MBCT completo, presso Enti accreditati.**

### ***Per info e costi***

***Mail:*** [psico.2tc@gmail.com](mailto:psico.2tc@gmail.com)

***Tel.:*** 06.99922102

***Cell.:*** 393.8006229