

# Indice

## **Prefazione**

*a cura di Tony Attwood*

pag. 11

## **Introduzione all'edizione italiana**

*a cura di Antonio D'Ambrosio*

» 15

## **Ringraziamenti**

» 19

## **Introduzione**

» 23

1. Il pubblico a cui è destinato il libro » 24
2. Terminologia » 25
3. Bisogni di salute mentale degli adulti con ASD » 27
4. Rimuovere barriere e colmare lacune » 29
5. Origini delle mie idee » 29
6. Dubbi e fraintendimenti iniziali » 30
  - 6.1. Scoperta 1: I bambini con DD diventano adulti con DD » 31
  - 6.2. Scoperta 2: Gli adulti con DD hanno problemi di salute mentale simili agli adulti tipici » 32
  - 6.3. Scoperta 3: Le persone con DD possono beneficiare della psicoterapia » 33
  - 6.4. Scoperta 4: I sintomi dell'autismo possono essere presenti in persone con forti abilità cognitive e verbali » 34
  - 6.5. Scoperta 5: Alcune cose è meglio lasciarle invariate, o non buttare via il bambino con l'acqua sporca » 34
7. Una filosofia del cambiamento » 36

|   |         |
|---|---------|
| <b>1. Definizione del disturbo dello spettro autistico negli adulti cognitivamente abili (sindrome di Asperger)</b>   | pag. 39 |
| 1. Cos'è l'AS e perché il termine è ancora utilizzato?  | » 39    |
| 2. Definire il disturbo dello spettro autistico negli adulti cognitivamente abili (sindrome di Asperger)  | » 40    |
| 3. Criteri diagnostici nordamericani attuali: DSM-5 e ICD-10  | » 40    |
| 4. Punti di confronto tra i due sistemi   | » 43    |
| 5. Come si presenta l'ASD in età adulta?  | » 46    |
| 6. Genere/Sesso   | » 46    |
| 6.1. Razza/Etnia  | » 48    |
| 6.2. Questioni di Età e Coorte  | » 49    |
| 6.3. Problemi presentati  | » 51    |
| 6.4. Capire il quadro sintomatologico negli adulti con ASD  | » 67    |
| 6.5. Problemi di diagnosi differenziale   | » 67    |
| 6.6. Disturbo della comunicazione sociale (pragmatica)  | » 68    |
| 6.7. Disturbi psicotici   | » 69    |
| 6.8. Disturbo da deficit di attenzione/iperattività   | » 70    |
| 6.9. Disturbi d'ansia e correlati   | » 71    |
| 7. Disturbi dell'umore  | » 75    |
| 8. Disturbi di personalità  | » 76    |
| 9. Miti comuni  | » 78    |
| 10. Punti di forza e risorse  | » 81    |
| <br>  |         |
| <b>2. Concettualizzazione dei problemi di salute mentale negli adulti con capacità cognitive adeguate e disturbo dello spettro autistico (sindrome di Asperger)</b> | » 84    |
| 1. Modello generale concettuale   | » 85    |
| 2. Disfunzione cognitiva centrale nell'ASD  | » 90    |
| 2.1. Elaborazione disfunzionale delle informazioni sugli altri: cognizione sociale  | » 90    |
| 2.2. Elaborazione disfunzionale delle informazioni in ambiti non sociali  | » 115   |
| 3. CBT per la sindrome di Asperger  | » 127   |
| <br>  |         |
| <b>3. La valutazione iniziale</b>   | » 129   |
| 1. I problemi della presa in carico   | » 130   |
| 1.1. I motivi della richiesta del trattamento   | » 130   |
| 1.2. Strategie di intervista  | » 135   |
| 2. Diagnosi e definizione di problemi specifici   | » 144   |
| 2.1. Fare diagnosi di spettro autistico   | » 144   |

|  |          |
|--|----------|
| 2.2. Diagnosi dei problemi di salute mentale in comorbidità  | pag. 151 |
| 2.3. Problemi sessuali   | » 163    |
| 2.4. Valutazione dei punti di forza e dei fattori di resilienza  | » 167    |
| 2.5. Creare la lista dei problemi e stabilire obiettivi preliminari  | » 171    |
| <b>4. Concettualizzazione individuale del caso e del piano di trattamento</b>  | » 175    |
| 1. Concettualizzazione del caso  | » 175    |
| 1.1. Il foglio di lavoro sulla concettualizzazione del caso  | » 175    |
| 1.2. L'uso del foglio di lavoro per la concettualizzazione del caso di Bob   | » 178    |
| 1.3. Riassunto della concettualizzazione del caso di Bob   | » 188    |
| 2. Il piano di trattamento   | » 189    |
| 2.1. Una parola filosofica sul cambiamento e l'ASD: "non gettare il bambino con l'acqua sporca"                                      | » 189    |
| 2.2. L'uso del foglio di lavoro per individuare interventi ed obiettivi  | » 193    |
| 2.3. Potenziali ostacoli al trattamento e strategie di prevenzione per far fronte agli ostacoli                                      | » 201    |
| <b>5. Psicoeducazione e orientamento al trattamento</b>  | » 203    |
| 1. Psicoeducazione   | » 203    |
| 1.1. Spiegare l'Asperger   | » 203    |
| 1.2. Connettere il paziente con le risorse   | » 206    |
| 1.3. Rivelazione di se stessi  | » 208    |
| 2. Orientamento al trattamento   | » 210    |
| 2.1. Stabilire e mantenere una relazione di lavoro   | » 210    |
| 2.2. Descrivere la logica del trattamento  | » 218    |
| <b>6. L'intervento. Aumentare le capacità di far fronte ai principali problemi dei soggetti con disturbi dello spettro autistico</b> | » 221    |
| 1. Revisione della formulazione nomotetica   | » 221    |
| 2. "Abilitazione" per i problemi fondamentali  | » 223    |
| 3. Aumentare le competenze sociali   | » 225    |
| 3.1. Aumentare le abilità strumentali  | » 227    |
| 3.2. Aumentare la conoscenza sociale   | » 231    |
| 3.3. Migliorare la cognizione sociale  | » 239    |

|           |  |      |     |
|-----------|--|------|-----|
| 4.        | Aumentare le abilità di coping   | pag. | 247 |
| 4.1.      | Razionale per lo sviluppo delle abilità di compensazione   | »    | 248 |
| 4.2.      | Gestione del tempo   | »    | 250 |
| 4.3.      | Abilità di risoluzione dei problemi  | »    | 252 |
| 4.4.      | Imparare il rilassamento   | »    | 256 |
| <b>7.</b> | <b>L'intervento. Affrontare i problemi di salute mentale associati</b>   | »    | 258 |
| 1.        | Presentare al paziente il modello cognitivo  | »    | 260 |
| 1.1.      | Uso della registrazione del pensiero per definire i pensieri automatici  | »    | 260 |
| 2.        | Identificare i pensieri automatici disfunzionali e rispondervi   | »    | 267 |
| 2.1.      | Identificare le distorsioni cognitive e rispondervi  | »    | 267 |
| 3.        | Riconoscere e modificare le credenze intermedie  | »    | 275 |
| 3.1.      | Credenze intermedie nell'ASD: regole   | »    | 277 |
| 3.2.      | Intervenire sulle regole disfunzionali   | »    | 278 |
| 4.        | Modificare gli schemi  | »    | 286 |
| 4.1.      | Convinzioni fondamentali comuni nell'ASD   | »    | 287 |
| 4.2.      | Tecniche di continuità   | »    | 288 |
| 4.3.      | Foglio di lavoro per la credenza principale  | »    | 290 |
| <b>8.</b> | <b>Intervento. Affrontare i problemi di regolazione delle emozioni utilizzando strategie basate sulla consapevolezza</b> | »    | 295 |
| 1.        | ER e ASD   | »    | 295 |
| 2.        | Interventi basati sulla consapevolezza (mindfulness) nella CBT   | »    | 298 |
| 3.        | Acceptance and Commitment Therapy  | »    | 300 |
| 4.        | Applicazioni dell'ACT per problemi di salute mentale nella popolazione generale  | »    | 302 |
| 5.        | Applicazioni dell'ACT per persone con ASD  | »    | 302 |
| 6.        | Terapia dialettico-comportamentale (DBT)   | »    | 304 |
| 7.        | Applicazioni della DBT per problemi di salute mentale nella popolazione generale   | »    | 306 |
| 8.        | Applicazioni della DBT per persone con ASD   | »    | 307 |
| 9.        | Riduzione dello stress basata sulla consapevolezza (MBSR)  | »    | 309 |
| 10.       | Applicazioni degli MBP nella popolazione generale  | »    | 311 |
| 11.       | Applicazioni degli MBP per persone con ASD   | »    | 312 |
| 12.       | Migliorare l'identificazione delle proprie emozioni  | »    | 313 |

|  |      |     |
|--|------|-----|
| 13. Modulo di formazione sulle competenze di ER nella DBT  | pag. | 316 |
| 14. Vivere bene con lo spettro autistico   | »    | 316 |
| 15. Trattamento per la riduzione dell'alessitimia  | »    | 321 |
| 16. Manuali <i>Exploring Feelings</i>  | »    | 321 |
| 17. The Incredible 5-Point Scale   | »    | 321 |
| 18. La scala di valutazione delle emozioni dal sistema di competenze di regolazione emotiva        | »    | 322 |
| 19. La mappa corporea delle emozioni   | »    | 323 |
| 20. Talk Blocks  | »    | 324 |
| 21. Migliorare le competenze di regolazione emotiva (ER)   | »    | 327 |
| 22. Aumentare l'accettazione delle emozioni  | »    | 327 |
| 23. Aumentare la tolleranza all'incertezza   | »    | 329 |
| 24. Aumentare la flessibilità nell'applicazione delle competenze di ER                             | »    | 332 |
| 25. Chiarificazione dei valori   | »    | 336 |
| 26. Ordinamento delle Carte dei Valori   | »    | 337 |
| <b>9. Terapie aggiuntive e collaborazione interdisciplinare</b>                                    | »    | 343 |
| 1. Linee guida per l'invio e la collaborazione con gli altri terapeuti                             | »    | 343 |
| 1.1. Quando reinviare  | »    | 343 |
| 1.2. Collaborazione  | »    | 344 |
| 2. Servizi aggiuntivi e loro ruoli   | »    | 346 |
| 2.2. Servizi medici e di riabilitazione  | »    | 350 |
| 2.3. Servizi per gli adulti disabili   | »    | 351 |
| 2.4. Servizi legali  | »    | 353 |
| <b>10. Quali sono gli ostacoli al trattamento e come affrontarli</b>                               | »    | 355 |
| 1. Le difficoltà di interazione sociale come sfide nella seduta di psicoterapia                    | »    | 355 |
| 1.1. Problemi comportamentali  | »    | 356 |
| 1.2. Problemi di linguaggio e comunicazione  | »    | 357 |
| 1.3. Problemi cognitivi  | »    | 359 |
| 2. L'interferenza dei problemi delle funzioni esecutive con il completamento dei compiti assegnati | »    | 359 |
| 3. Scarsa motivazione a sottoporsi al trattamento o rifiuto del modello cognitivo                  | »    | 360 |
| 4. I problemi familiari che interferiscono con il trattamento                                      | »    | 361 |
| 4.1. Storia di traumi o PTSD "complesso"   | »    | 363 |

|  |          |
|--|----------|
| 5. Abuso di sostanze   | pag. 363 |
| 6. Isolamento e mancanza di supporti   | » 364    |
| 7. Problemi finanziari   | » 364    |
| 7.1. Cambiamenti dello status occupazionale  | » 365    |
| 7.2. Cambiamenti delle condizioni di vita  | » 366    |
| 7.3. Limiti stabiliti dalle assicurazioni private                                    | » 367    |
| 7.4. Problemi di salute non trattati   | » 368    |
| <b>11. Fine del trattamento e prospettive</b>  | » 370    |
| 1. Quando gli obiettivi del trattamento sono raggiunti                               | » 370    |
| 2. La terapia finisce  | » 370    |
| 3. La terapia continua con nuovi obiettivi   | » 371    |
| 4. Le sedute continuano per il mantenimento dei progressi e il monitoraggio continuo | » 372    |
| 5. Quando il trattamento è interrotto prima che gli obiettivi siano raggiunti        | » 372    |
| 6. Sospensione temporanea del trattamento  | » 373    |
| 7. Motivi pratici per sospendere le sedute   | » 373    |
| 8. Motivi terapeutici per sospendere le sedute                                       | » 373    |
| 9. Trasferimento a un altro terapeuta  | » 374    |
| 10. Interruzione prematura del trattamento   | » 375    |
| 11. Guardando al futuro per gli adulti con ASD                                       | » 376    |
| 12. Disfunzione cognitiva nell'ASD   | » 377    |
| 13. Comorbidità  | » 378    |
| 14. Stress   | » 378    |
| 15. Terapia cognitivo-comportamentale (CBT)  | » 378    |
| 16. Genere   | » 379    |
| 17. Invecchiamento   | » 379    |
| 18. Modelli di servizio di supporto  | » 380    |
| <b>Bibliografia</b>  | » 383    |