



Indice

Workshop ACT Base

**Calendario
formativo ACT 2009**

**Analisi del
Comportamento e
Psicoterapia**
di Giovanni Miselli

**ACBS World
Conference III**
di Elisa Rabitti

IESCUM
Istituto Europeo per lo
Studio del
Comportamento
Umano

P.le Ravenet, 5 -
43100
Parma - Italy

segreteria@iescum.org

www.iescum.org

Editoriale

Le conoscenze scientifiche si accumulano progressivamente, ma di tanto in tanto accadono eventi che costituiscono insieme la sintesi di un periodo di ricerca scientifica e il trampolino per un balzo in avanti nelle conoscenze e nell'applicazione clinica (piccolo o grande è la storia successiva a definirlo). È questo il caso dell'Acceptance and Commitment Therapy.

L'Acceptance and Commitment Therapy è nota anche con l'acronimo ACT (da leggere come una sola parola e non come sigla composta da iniziali A-C-T, o in inglese ei-si-ti). Già la scelta del termine evidenzia le origini scientifiche ed epistemologiche di questo nuovo modello terapeutico. Il termine act, azione (alla latina), richiama la parola comportamento e questa a sua volta conduce a behavior analysis. È dall'analisi sperimentale del comportamento umano, da Verbal Behavior di Skinner (sì, proprio quello bollato negativamente da Chomsky!!!), dagli studi che negli anni '80 e '90 avevano correlato laboratorio all'ambulatorio, e viceversa (Moderato, Gentile e Presti, 1989) che nasce questa nuova forma di psicoterapia, o meglio a dire si evolve la terza generazione delle psicoterapie a matrice comportamentista.

Diventa importante sottolineare, nel momento in cui l'Evidence Based Intervention si impone come l'unica strada in grado di fare discernere la crusca delle pseudoterapie dal grano della scienza, la stretta relazione che deve intercorrere fra laboratorio e ambulatorio e come quest'ultimo possa realmente progredire solo se accoglie e metabolizza, in un modello organico d'intervento, le

evidenze empiriche del primo (Presti, 2007). In questo soddisfacendo anche i 4 punti fondamentali che Kazdin ritiene fondanti l'evidence based intervention:

- L'esistenza di una teoria che colleghi il processo ipotizzato a un problema clinico
- Una ricerca di base che supporti empiricamente la validità di questa connessione
- Un'evidenza empirica di risultati clinici
- L'esistenza della connessione fra processo e risultati clinici

Fra le nuove terapie di terza generazione, l'ACT in particolare, è quella che soddisfa tutti questi punti (Hayes, Strosahl & Wilson, 1999).

Nell'ottica di unire il laboratorio all'ambulatorio e di promuovere una cultura della pratica clinica basata sulle evidenze, il Gruppo di Studio e Ricerca ACT Italia, col patrocinio di IESCU M, ha iniziato una serie di attività di ricerca volte a validare i protocolli di intervento per il nostro Paese, collaborando con i Centri e i ricercatori di maggiore prestigio nel mondo. Di queste e di altre iniziative, come anche della formazione e dei risultati delle ricerche scientifiche a livello mondiale e dei modelli di laboratorio, animale e umano, che costituiscono la base per interpretare la psicopatologia e fondare la clinica, daremo notizia attraverso la newsletter Monitor-ACT e il sito ACT-Italia.org, che rappresenta il punto di collegamento tra la comunità in lingua italiana e la più estesa comunità internazionale. Il sito e la sua newsletter sono aperti al contributo di quanti intendessero collaborare e ci auguriamo che ciò avvenga per lungo tempo e intensamente.

www.act-italia.org
L'Acceptance and
Commitment
Therapy in Italia

IESCUM webring

www.iescum.org
Istituto Europeo per
lo Studio del
Comportamento
Umano

www.abautismo.org
L'ABA applicata
all'autismo

www.mipia.org
Modello Italiano di
Intervento Precoce
e Intensivo per
l'Autismo

www.act-italia.org
L'Acceptance and
Commitment
Therapy e la nuova
generazione di
terapie
comportamentali

www.eppsyfor.it
eLearning e
formazione in
psicologia

Giovambattista Presti
luglio 2008

Bibliografia

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.

Moderato P., Gentile R. & Presti G.. *Terapia del comportamento e studi sperimentali sul comportamento verbale: dal laboratorio all'ambulatorio*. T. C. - *Terapia del Comportamento*, 1989, 22-23, pp. 97-101.

Presti, G., (2007). *Un nuovo stato di coscienza: gli studi sul comportamento verbale e la terapia comportamentale*. In *Atti del XIV Congresso Nazionale AIAMC*. Genova 8-11 Novembre.

18-19 settembre 2008

Workshop introduttivo all'Acceptance and Commitment Therapy (due giornate)

Il Prof. G. Presti, il Dott. G. Miselli e l'ACT Study Group hanno inaugurato il ciclo formativo 2008 sull'ACT con due giornate intensive di workshop introduttivo. Le prime si sono tenute il 12 e 13 Giugno 2008, le prossime date in programma sono il giovedì 18 e venerdì 19 settembre 2008. Il duplice evento formativo fornirà ai partecipanti sia le competenze teoriche (Workshop Teorico, 18/09) sia l'occasione per fare esperienza diretta (Workshop Esperienziale, 19/09) dell'ACT. Gli eventi sono inoltre propedeutici alla formazione avanzata di respiro internazionale che si svolgerà nell'autunno 2008.

Data

giovedì 18 e venerdì 19 settembre 2008 (la partecipazione ad entrambe le giornate non è obbligatoria ma è consigliata)

Sede

Università IULM, via Carlo Bo 1, Milano (mappa)

Costi

Workshop di due giornate: € 180,00.

Per studenti iscritti a scuole di specializzazione ASCCO o Humanitas o a master IESCUM: € 100,00

Promozione workshop ACT 18-19 settembre + workshop Kelly Wilson: € 380,00.

Per studenti iscritti a scuole di specializzazione ASCCO o Humanitas o a master IESCUM: € 300,00

Iscrizioni

Tutte le informazioni per iscriversi ed effettuare il pagamento sono disponibili alla pagina Iscrizione ai workshop del sito di IESCUM.

Per ogni ulteriore informazione inviare un'email a segreteria@iescum.org

7-8 ottobre 2008

Kelly Wilson, PhD, due giornate di Workshop a Milano

Kelly Wilson terrà un workshop di due giornate sull'Acceptance and Commitment Therapy a Milano il 7 e 8 ottobre 2008. Kelly Wilson è Professore Associato di Psicologia all'Università del Mississippi; è Past President dell'Association for Contextual Behavioral Science (ACBS),

membro del consiglio direttivo della Society for a Science of Clinical Psychology, ed è uno dei fondatori e co-sviluppatori dell'Acceptance and Commitment Therapy. Autore di numerosi articoli scientifici e volumi tra cui il noto manuale *Acceptance and Commitment*

Therapy: An experiential approach to behavior change (Hayes, Strosahl e Wilson, 1999).

Data

martedì 7 e mercoledì 8 ottobre 2008 (la partecipazione ad entrambe le giornate non è obbligatoria ma è consigliata)

Sede

Università IULM, via Carlo Bo 1, Milano

Costi

Workshop di due giornate: € 300,00.

Per studenti iscritti a scuole di specializzazione ASCCO o Humanitas o a master IESCUM: € 250,00

Promozione [workshop ACT 18-19 settembre](#) + workshop Kelly Wilson: € 380,00.

Per studenti iscritti a scuole di specializzazione ASCCO o Humanitas o a master IESCUM: € 300,00

Iscrizioni

Tutte le informazioni per iscriversi ed effettuare il pagamento sono disponibili alla pagina [Iscrizione ai workshop](#) del sito di IESCUM.

Per ogni ulteriore informazione inviare un'email a segreteria@iescum.org

IV Summer Institute ACT, Chicago

Consecutivamente al Convegno Internazionale dell'ABA (Association for Behavior Analysis) l'Association for Contextual Behavioral Science (ACBS) ha organizzato il IV Summer Institute ACT che ha avuto luogo a Chicago dal 26 al 30 di maggio, al quale hanno partecipato più di 400 ricercatori e clinici provenienti da tutto il mondo.

Il Summer Institute è un evento focalizzato prevalentemente su attività applicative e di training, sebbene, in accordo con i principi dell'ACBS, vengano illustrati dai conduttori delle sessioni anche aspetti accademici e di ricerca.

Numerose sono state le presentazioni di poster e workshop che hanno toccato una varietà di ambiti applicativi dell'ACT. Nelle sessioni sono stati affrontati argomenti riguardanti protocolli clinici (PTSD, DOC, Depressione, Disturbi Alimentari, Ansia, Tricotillomania, Psicosi, Abuso di sostanze) e interventi per problematiche specifiche (Diabete, Obesità, dolore cronico, gestione della rabbia, rapporto di coppia e stigma). Sono stati condotti inoltre training sulla concettualizzazione del caso, workshop sui principi di base della Relational Frame Theory (RFT) e sulle implicazioni di quest'ultima sull'Acceptance and Commitment Therapy.

In diversi workshop sono stati approfonditi i vari punti dell'hexaflex, con modalità che permettessero ai partecipanti di farne esperienza diretta attraverso sessioni nelle quali veniva fornita l'opportunità di praticare l'ACT, sperimentando contemporaneamente il ruolo di terapeuta e di paziente, attraverso role playing finalizzati a simulare un processo terapeutico.

È stato dedicato uno spazio anche alle tecniche di meditazione che l'ACT incorpora nei suoi interventi,

per mostrare ai partecipanti come concettualizzare la Mindfulness in termini ACT/RFT e applicarli alla terapia.

L'ACT è stata affrontata anche dal punto di vista dei contesti educativi nei quali trova applicazione, quali ad esempio il lavoro con educatori e genitori che devono far fronte a comportamenti problematici di bambini ed adolescenti, nonché l'intervento in ambito accademico per migliorare la performance degli studenti.

È stata poi affrontata l'influenza della cultura sull'applicazione dell'Acceptance and Commitment Therapy a soggetti provenienti da contesti socioculturali differenti, in virtù dell'importante ruolo giocato dalla comunità verbale di appartenenza sui processi coinvolti dalla terapia e sull'uso delle metafore.

Uno spazio particolare è stato inoltre dedicato al rapporto tra ACT e CBT, con un dinamico dibattito che ha visto confrontarsi Hayes, Hofmann, Bricker e Diguseppe rispetto ai punti principali sui quali vertono le discussioni a livello scientifico. Ciò che è emerso da tale rassegna evidenzia come l'Acceptance and Commitment Therapy sia percepita da buona parte della comunità scientifica come parte della CBT, per cui, da tale prospettiva, non avrebbe senso confrontare un modello specifico con una tradizione in evoluzione di cui l'ACT è parte, e all'interno della quale si è sviluppata negli ultimi 30 anni. Nella prospettiva presentata al congresso infatti "ACT is a form of clinical behavior analysis or a behaviorally-rationalized therapy. But the content...is all about cognition and emotion, even though the model is not cognitive in an information processing sense. Thus, it is reasonable to call it a cognitive-behavior therapy." (Hayes, Strosahl,

& Wilson, 1999). Secondo i relatori, l'ACT non è antagonista alla CBT e non consiste primariamente in un nuovo repertorio di termini o di tecniche, ma è un modello specifico, collegato ad una specifica filosofia, teoria, obiettivi e programma di sviluppo. Non è semplicemente ACT, ma ACT, RFT e Contextual Behavioral Science (analisi del comportamento applicata a comportamenti umani complessi).

I confronti dunque possono essere effettuati a livello di modello, non di tradizione, e ciò significa che il paragone può riguardare l'agenda e gli obiettivi dichiarati nell'ACT, rispetto a quelli di specifici modelli tradizionali che rientrano ugualmente nella CBT. Ad esempio, mentre alcuni modelli puntano sulla messa in discussione e sulla modificazione del contenuto di determinati pensieri considerati negativi, l'ACT cerca di modificarne la funzione. Quindi, concettualizzando la psicopatologia come inflessibilità psicologica ed evitamento delle proprie esperienze interne, l'ACT non si propone di monitorare, individuare e cambiare i pensieri negativi per fare in modo che la persona si senta meglio, ma chiede al paziente di praticare la disponibilità ad avere questi pensieri e tuttavia agire in direzione dei propri valori. Non si incentra quindi direttamente sulla riduzione del sintomo, ma considera tale fenomeno come effetto secondario dell'intervento; quest'ultimo viene effettuato seguendo la struttura globale rappresentata graficamente dall'hexaflex, calata di volta in volta nel singolo caso. Altri modelli invece si concentrano maggiormente su strategie di problem solving e di modificazione del contenuto dell'esperienza interna del soggetto, con interventi impostati in base alle varie tipologie di disturbo.

Il confronto su tali tematiche è tutt'ora molto vivace e il dibattito all'interno della comunità scientifica continua.

Il gruppo ACT-Italia di IESCUM ha partecipato al IV Summer Institute con la presentazione di un poster sulla validazione italiana di due strumenti psicometrici

utilizzati nell'ambito del modello ACT: l'Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II; Hayes, Strosahl, Wilson, Bissett, Pistorello, Toarmino, Polusny, Dykstra, Batten, Bergan, Stewart, Zvolensky, Eifert, Bond, Forsyth, Karekla, & McCurry, 2004) e il Valued Living Questionnaire (VLQ; Wilson, Sandoz, Kitchens e Roberts, in press).

Il primo è uno strumento di base per la misurazione e valutazione dell'Accettazione e dell'evitamento esperienziale ed è utilizzato su scala internazionale sia a scopo clinico che per la ricerca; il VLQ permette invece di effettuare un assessment dei valori, definiti da una prospettiva comportamentale come una classe speciale di rinforzatori costruiti verbalmente.

La ricerca è stata condotta su un campione non clinico di 400 studenti, appartenenti a diverse Università italiane, ai quali sono stati somministrati l'AAQ-II e il VLQ, in associazione con la versione italiana standardizzata del Beck Depression Inventory-2 (BDI-2) e dell'SF-36, per misurare rispettivamente un'eventuale correlazione con sintomi depressivi e con la qualità della vita percepita dal soggetto.

Da un'analisi preliminare dei dati, la versione italiana di entrambi gli strumenti mostra una struttura fattoriale coerente con la versione originale, con l'adattamento in lingua olandese e con quello in lingua francese. La consistenza interna delle scale presenta valori Alfa di Cronbach soddisfacenti ed equivalenti a quelli degli strumenti originali.

Dall'analisi è inoltre emerso che il punteggio totale dell'AAQ-II correla con il punteggio composito del VLQ.

Entrambi gli strumenti, tradotti in italiano attraverso una backward translation, mostrano dunque buone proprietà psicometriche; tali dati preliminari incoraggianti supportano il lavoro in direzione di ulteriori approfondimenti su un campione più esteso di popolazione clinica e non-clinica.

Da dove cominciare l'ACT: una panoramica dell'Acceptance and Commitment Therapy

Presentazione dell'articolo Harris, R., (2006). Embracing Your Demons: an Overview of Acceptance and Commitment Therapy. *Psychotherapy in Australia*, 12 (4), pp. 2-8.

"Immaginate una psicoterapia che non tenti di ridurre i sintomi, ma ottenga la riduzione dei sintomi come effetto. Una terapia saldamente basata nella tradizione delle scienze sperimentali, ma allo stesso

tempo con una forte enfasi sui valori, sul perdono, sull'accettazione, sulla compassione, sul vivere nel momento presente, e sull'accedere ad un senso trascendentale di sé. Una terapia così difficile da classificare che è stata descritta come "terapia umanistica esistenziale cognitivo comportamentale" (Harris, 2006, p.2).

L'ACT è un modello connesso a una teoria di base, possiede una filosofia ed una epistemologia chiaramente esplicitate, ed una tecnologia applicativa efficace. Radicata in più di 50 anni di sviluppo e supporto empirico dell'analisi del comportamento, ha alle spalle quasi 30 anni di sviluppo applicativo e clinico in costante progresso grazie alla comunità scientifica di oltre 1000 tra clinici e ricercatori che vi lavorano attivamente in tutto il mondo.

In letteratura sono quindi presenti moltissime fonti per avvicinarsi all'ACT: articoli di ricerca sull'efficacia e sui processi, articoli teorici, manuali clinici, manuali per popolazioni specifiche, manuali di autoaiuto e articoli divulgativi. Da dove cominciare?

Una panoramica semplice ed efficace del modello la fornisce Russel Harris, Medico e Psicoterapeuta autore del libro *The Happiness Trap: How to stop struggling and start living*, in un breve articolo pubblicato nel 2006 su *Psychotherapy in Australia*. L'articolo presenta

una visione generale dell'ACT e dei suoi obiettivi terapeutici, passando per una definizione di mindfulness e illustrando come l'ACT si differenzia da altri approcci basati sulla mindfulness. Russel Harris introduce in modo chiaro e semplice il modello di patologia, il processo dell'evitamento esperienziale e del controllo emotivo. Gli interventi terapeutici e i sei processi centrali dell'ACT per promuovere la flessibilità psicologica: defusione, accettazione, contatto con il momento presente, il sé come contesto, i valori, e l'azione impegnata vengono illustrati e riassunti attraverso la presentazione di un caso clinico.

Harris, R., (2006). *Embracing Your Demons: an Overview of Acceptance and Commitment Therapy*. *Psychotherapy in Australia*, 12 (4), pp. 2-8.

Per avere l'articolo originale, in inglese, [acquistatelo online](#) o scrivete a segreteria@iescum.org