

Jessica L. Hamblen • Rita Roncone
Laura Giusti • Massimo Casacchia

La sofferenza psicologica da disastri naturali e traumi importanti

Trattamento cognitivo-comportamentale
Manuale per gli operatori

Presentazione di Bernardo Carpiniello



Il Pensiero Scientifico Editore

Jessica L. Hamblen

National Center
for Posttraumatic Stress Disorder, USA
Geisel School of Medicine at Dartmouth, USA

Rita Roncone

Laura Giusti

Massimo Casacchia

Dipartimento di Medicina Clinica, Sanità Pubblica,
Scienze della Vita e dell'Ambiente
Area Psichiatria
Sezione di Medicina Clinica e Molecolare
Università degli Studi dell'Aquila

Prima edizione: aprile 2018

© 2018 Il Pensiero Scientifico Editore

Via San Giovanni Valdarno 8, 00138 Roma

Tel. (+39) 06 862821

pensiero@pensiero.it

www.pensiero.it - www.vapensiero.info

www.facebook.com/PensieroScientifico

Tutti i diritti sono riservati per tutti i Paesi

Stampato in Italia

da Ti Printing S.r.l.

Via delle Case Rosse 23, 00131 Roma

Progetto di copertina: Antonella Mion

Realizzazione grafica: Doppiosegno snc

Immagine in copertina: © iStock by Getty Images

Coordinamento editoriale: Silvana Guida

ISBN 978-88-490-0612-4

Indice

Presentazione	IX
Premessa	XIII
Introduzione	XXI
Seduta 1	1
<i>Valutazione pre-trattamento</i>	1
<i>Panoramica sul trattamento</i>	2
<i>Raccogliere informazioni sul trauma e stabilire obiettivi</i>	6
<i>Psicoeducazione sulle reazioni e sui sintomi che seguono ai disastri</i>	7
<i>Concettualizzazione (“farsi un’idea”) del caso</i>	29
<i>Ripasso della seduta e assegnazione di compiti a casa</i>	31
Seduta 2	33
<i>Controllo e ripasso</i>	33
<i>Agenda della seduta</i>	37
<i>Rieducazione della respirazione</i>	38
<i>Programmazione di attività piacevoli</i>	44
<i>Ripasso della seduta e assegnazione di compiti a casa</i>	48

Seduta 3	51
<i>Controllo e ripasso</i>	51
<i>Agenda della seduta</i>	54
<i>Basi della ristrutturazione cognitiva:</i>	
<i>la connessione tra pensieri ed emozioni</i>	56
<i>Identificare i pensieri e le emozioni</i>	59
<i>Ripasso della seduta e assegnazione di compiti a casa</i>	62
Seduta 4	65
<i>Controllo e ripasso</i>	65
<i>Agenda della seduta</i>	67
<i>Stili di pensiero problematico</i>	68
<i>Le 5 fasi della ristrutturazione cognitiva</i>	74
<i>Ripasso della seduta e assegnazione di compiti a casa</i>	81
Seduta 5	85
<i>Controllo e ripasso</i>	85
<i>Agenda della seduta</i>	86
<i>Problem-solving, ovvero Metodo strutturato di soluzione dei problemi e raggiungimento di obiettivi</i>	88
<i>Ripasso della seduta e assegnazione di compiti a casa</i>	97
Dalla seduta 6 alla 12	99
<i>Valutazione a metà trattamento (Seduta 6)</i>	99
<i>Controllo e ripasso</i>	100
<i>Agenda della seduta</i>	101
<i>Ristrutturazione cognitiva</i>	102
<i>Strategie alternative</i>	104
<i>Ripasso della seduta e assegnazione di compiti a casa</i>	106
Seduta 13 (o ultima seduta)	109
<i>Valutazione di fine trattamento</i>	109
<i>Verifica dei compiti e agenda della seduta</i>	110
<i>Riassunto dei progressi</i>	111

<i>Ripasso del trattamento</i>	113
<i>Pianificazione del post-trattamento</i>	115
<i>Conclusione del trattamento</i>	117
Appendice Materiali	119
<i>SPRINT-E - Valutazione delle reazioni a un evento</i>	120
<i>Rieducazione della respirazione</i>	122
<i>Diario degli esercizi di rieducazione della respirazione</i>	123
<i>Lista delle attività piacevoli</i>	124
<i>Calendario della programmazione delle attività piacevoli</i>	130
<i>Strategie di fronteggiamento</i>	131
<i>Guida per individuare i pensieri a partire dalle emozioni</i>	134
<i>Diario delle situazioni spiacevoli</i>	135
<i>Stili di pensiero problematico</i>	136
<i>Le 5 fasi della ristrutturazione cognitiva</i>	141
<i>Problem-solving – Metodo strutturato di soluzione dei problemi e raggiungimento di obiettivi</i>	144
<i>Tecniche complementari di ristrutturazione cognitiva</i>	147
<i>Consuntivo dei vantaggi e degli svantaggi</i>	168
Bibliografia	169