

Abbracciare la Neurodivergenza

Un approccio clinico personalizzato alla psicoterapia per valorizzare l'autenticità dell'individuo. Una revisione narrativa

Martina Torrisi¹, Elisa Leonardi^{1,2}, Matilde Lizzio¹, Miriana Sathia Vinciguerra¹, Rita Alfina Signorelli¹, Nicola Lo Savio³, Davide Ramella¹

1. Associazione Centro Ribes, Gravina di Catania

2. Istituto per la Ricerca e l'Innovazione Biomedica (IRIB), Consiglio Nazionale delle Ricerche (CNR), Messina

3. Istituto Tolman

Introduzione

Il termine neurodivergenza fa riferimento a caratteristiche neurocognitive e psicologiche del neurosviluppo tipiche di Autismo, ADHD e DSA [1]. Nelle persone neurodivergenti si riscontrano più frequentemente condizioni psicopatologiche [2], caratterizzate molto spesso da una marcata disregolazione emotiva [3] e da difficoltà nella dimensione del sé [4]. Sebbene il paradigma della neurodiversità stia guadagnando riconoscimento, i clinici non sempre riescono ad identificare i profili neurodivergenti e ad offrire interventi terapeutici mirati [5]. Se la CBT è considerata ad oggi la terapia d'elezione [6], non è stato ancora implementato un approccio mirato e sistematico a supporto della neurodiversità [7]. L'obiettivo del presente studio è verificare, attraverso una revisione della letteratura, l'utilità e l'adattabilità di strategie terapeutiche di terza generazione cognitivo comportamentale [8] per favorire la compassione del sé [9], la regolazione emotiva [10] e la flessibilità psicologica [11].



Criteri	Inclusione	Esclusione
Caratteristiche popolazione	Persone neurodivergenti in età adulta o adolescenziale	Condizioni psicologiche generali (depressione, ansia generalizzata, ecc.)
Terapie Implementate	Approcci di terza generazione (CBT, DBT, ACT, CFT)	Assenza di focus sulla disregolazione emotiva, flessibilità psicologica e autocompassione
Tipo di studio	Meta-analisi, review sistematiche e articoli peer review	Lavori con campioni complessivi piccoli (<10)
Pubblicazione	Articoli e libri in inglese e italiano indicizzati da PubMed e Google Scholar	Pubblicazioni non recenti o non peer-reviewed (prima del 2000)

Metodo

La seguente revisione narrativa si basa sulla consultazione di articoli scientifici (comprese meta-analisi e review) e libri identificati attraverso interrogazione delle banche dati PubMed e Google Scholar. Partendo da 112 articoli e 7 libri, sono stati selezionati 36 articoli, di cui 14 review e 1 meta-analisi, e 6 libri.

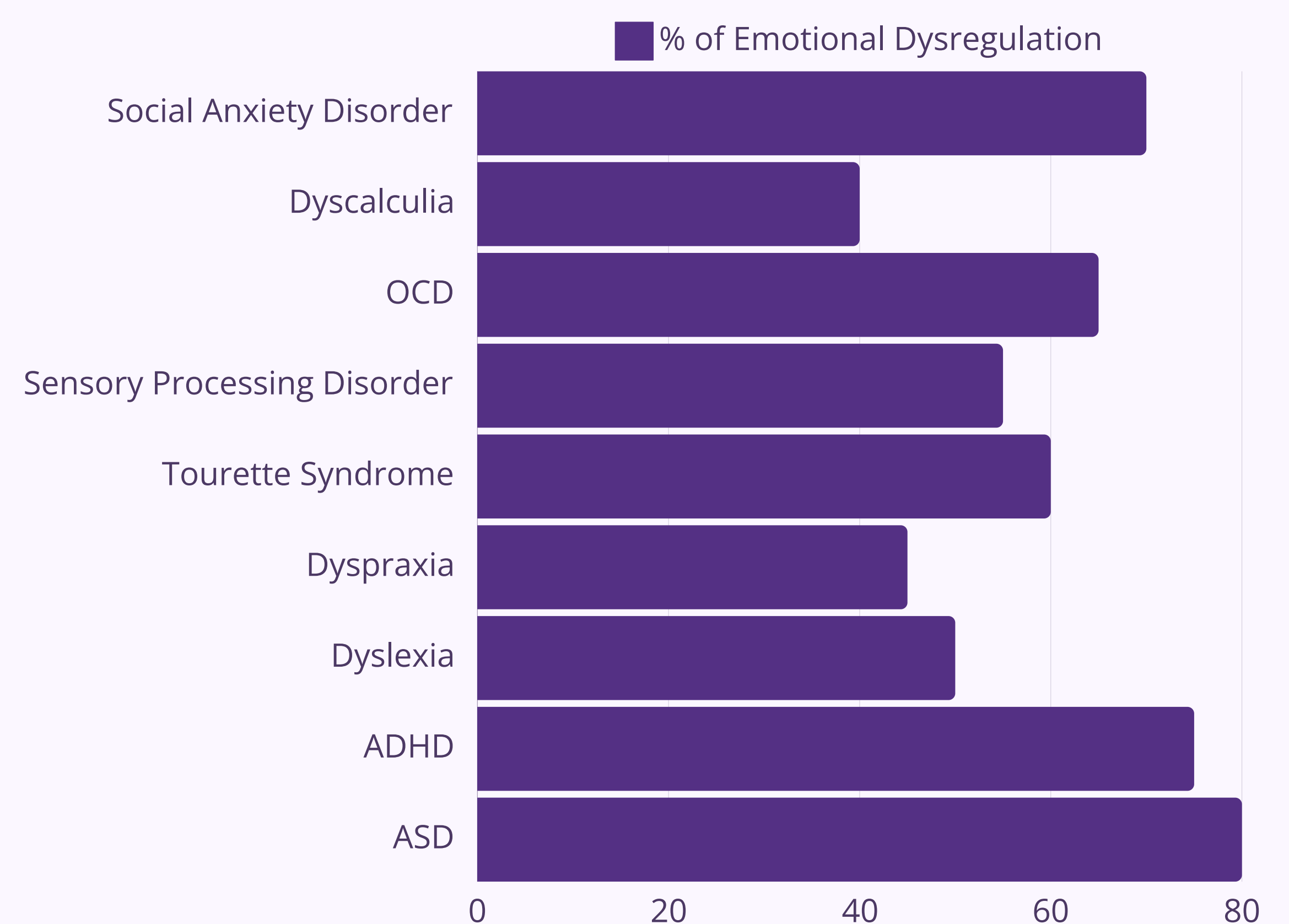
Stringhe di ricerca: termini "autism" OR "adhd" OR "neurodivergent" con "cbt therapy" AND "emotional dysregulation"

Risultati

Sebbene dalla letteratura emerga una carenza di trattamenti efficaci per persone con neurodivergenza, alcuni interventi cognitivo comportamentali di terza generazione stanno raccogliendo interessanti prove di evidenza. Strategie derivanti da DBT, ACT ed RFT, e CFT sembrano, infatti, ben applicabili ai profili neurodivergenti.

Conclusioni

Nonostante siano pochi gli interventi specifici per persone neurodivergenti, i trattamenti basati su strategie di terza generazione sembrano essere promettenti, specialmente nella gestione della disregolazione emotiva. Sono necessarie ulteriori ricerche per sviluppare trattamenti altamente individualizzati che possano tener conto dell'unicità e delle peculiarità della persona neurodivergente. A tale scopo si sottolinea l'utilità di tenere in considerazione il tema del minority stress [12] come via per favorire un sé flessibile e guidare il lavoro sulla disregolazione emotiva.



Bibliografia Essenziale

- [1] Dekker, M. (2020). From exclusion to acceptance: Independent living on the autistic spectrum. *Autistic community and the neurodiversity movement: Stories from the frontline*, 41-49.
- [2] Lai, M.C., Kasse, C., Besney, R., Bonato, S., Hull, L., Mandy, W., Szatmari, P., Ameis, S.H. (2019). Prevalence of co-occurring mental health diagnoses in the autism population: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Psychiatry*, 6(10), 819-829.
- [3] Dell'Osso, L., Massoni, L., Battaglini, S., De Felice, C., Nardi, B., Amatori, G., ... & Carpita, B. (2023). Emotional dysregulation as a part of the autism spectrum continuum: a literature review from late childhood to adulthood. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1234518.
- [4] Crane, L., Adams, F., Harper, G., Welch, J., Pellicano, E. (2019). 'Something needs to change': Mental health experiences of young autistic adults in England. *Autism*, 23(2), 477-493.
- [5] Camm-Crosbie, L., Bradley, L., Shaw, R., Baron-Cohen, S., Cassidy, S. (2019). 'People like me don't get support': Autistic adults' experiences of support and treatment for mental health difficulties, self-injury and suicidality. *Autism*, 23(6), 1431-1441.
- [6] Rosenau, K. A., Kim, J., Cho, A. C. B., Seltzer, M., Ugueto, A. M., Weisz, J. R., & Wood, J. J. (2024). Meta-Analysis of Psychotherapy for Autistic Youth. *Child Psychiatry & Human Development*, 1-12.
- [7] Pantazakos, T., & Vanaken, G. J. (2023). Addressing the autism mental health crisis: the potential of phenomenology in neurodiversity-affirming clinical practices. *Frontiers in Psychology*, 14, 1225152.
- [8] Edell, M.A., Holter, T., & Wassink, K. (2017). A comparison of mind-fulness-based group training and skills group training in adults with ADHD: an open study. *Journal of attention disorders*.
- [9] Madon, S., Syed, S., Patten, S.B. (2023). Self-compassion and mental health in neurodivergent populations. *Journal of Clinical Psychology*, 79(1), 54-68.
- [10] Hessler, B., Tebartz Van Elst, L., Nyberg, E., et al. (2002). Psychotherapy of attention deficit hyperactivity disorder in adults — a pilot study using a structured skills training program. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 252:177-84.
- [11] Munawar K, Choudhry FR, Lee SH, Siau CS, Kadri NBM, Binti Sulong RM. Acceptance and commitment therapy for individuals having attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): A scoping review. *Heliyon*. 2021 Aug 19;7(8):e07842. doi: 10.1016/j.heliyon.2021.e07842. PMID: 34466706; PMCID: PMC8385395.
- [12] Botha, M., & Frost, D. M. (2020). Extending the minority stress model to understand mental health problems experienced by the autistic population. *Society and Mental Health*, 10(1), 20-34.

