



L'ACT NEL PARENT TRAINING: BENEFICI SUL BENESSERE PSICOLOGICO NEI GENITORI DI FIGLI CON DISTURBO DELLO SPETTRO DELL'AUTISMO

DOTT.SSA MARIA CHIARA STAGNITTI

Coniennuì

03	ABSTRACT
04	INTRODUZIONE
08	OBIETTIVO
09	METODI
13	RISULTATI
15	DISCUSSIONI
17	CONCLUSIONI
18	UNO SGUARDO AL FUTURO

Background. Nel panorama scientifico, pochi studi hanno esaminato l'efficacia di Parent Training basati sulla terapia ACT in genitori di figli con diagnosi del disturbo dello spettro dell'autismo. Tra gli obiettivi di questa review narrativa vi è: 1) analizzare gli effetti di un intervento di Parent Training in chiave ACT sul benessere psicologico di questa popolazione di genitori; 2) comprendere se questo intervento possa determinare benefici sulle variabili del benessere psicologico, quali stress, depressione, ansia e qualità di vita, che risultano inficiate in questi genitori.

Metodo. Per formulare la domanda di ricerca è stato utilizzato il metodo PICO e la ricerca bibliografica è stata condotta utilizzando diversi database elettronici: ha prodotto 37 risultati. Da una prima revisione degli abstract sono stati selezionati solo i lavori che includessero le variabili riferibili al benessere psicologico, ovvero stress, ansia, depressione e qualità di vita: ciò ha determinato un totale di 15 lavori, pubblicati tra il 2006 e il 2024.

Risultati. Dall'analisi delle variabili afferibili al benessere psicologico, è emerso che nei genitori sottoposti al Parent Training in matrice ACT si osservano significativi miglioramenti nei livelli di stress percepito e sui sintomi depressivi, una diminuzione degli stati ansiosi ed evidenti cambiamenti nella percezione della qualità di vita.

Conclusioni. Dai risultati emersi nella presente review è possibile rilevare come la conduzione di Parent Training basati sulla terapia ACT determinano miglioramenti clinici sul benessere psicologico dei genitori con figli con disturbo dello spettro dell'autismo. Quindi, questi interventi potrebbero essere considerati tra gli approcci che sostengono la genitorialità e il percorso di crescita del bambino, favorendo un clima positivo in tutta la famiglia.

La nascita di un figlio con diagnosi di disturbo dello spettro dell'autismo comporta il dover affrontare sfide croniche connesse alla difficoltà quotidiane pratiche ed emozionali.

Diverse evidenze scientifiche hanno infatti dimostrato che le famiglie di persone con ASD sperimentano:

- maggiori livelli di stress
- rilevanti problemi psicologici, come sintomi depressivi e ansia
- stili di coping disfunzionali ed emotion-based

Tutto ciò inficia negativamente sulla percezione della loro qualità di vita

Questi stati psicologici sperimentati dai genitori, a cascata, influenzano negativamente il comportamento del figlio

Introduzione

Tra gli interventi volti a fornire supporto psicologico ai genitori vi sono i **Parent Training basati sulla terapia ACT**, focalizzati sull'accettazione della diagnosi e dei comportamenti del proprio figlio e sull'adozione di strategie utili alla gestione di vissuti di sofferenza psicologica

Obiettivi delle terapie ACT sono:

- l'accettazione delle esperienze sfidanti così come si presentano;
- la promozione della flessibilità psicologica al fine di condurre una vita in linea con i propri valori;
- l'analisi delle barriere che potrebbero interferire alla partecipazione delle attività valoriali;
- l'individuazione di strategie per superare queste barriere

Pochi studi hanno osservato l'efficacia di parent training basati sull'ACT nella riduzione del distress psicologico e nella promozione del benessere mentale nei genitori con figli con diagnosi del disturbo dello spettro dell'autismo

Analizzare gli effetti di un intervento di Parent Training in chiave ACT sul **benessere psicologico** di genitori con figli con diagnosi del disturbo dello spettro dell'autismo



Comprendere se questo intervento possa determinare benefici sulle variabili del benessere psicologico, quali stress, depressione, ansia e qualità di vita, che risultano inficiate in questi genitori.

Metodi

P	GENITORI DI BAMBINI CON DIAGNOSI ASD
I	ACT
C	/
O	CAMBIAMENTI SUL BENESSERE PSICOLOGICO (RIDUZIONE DI STRESS GENITORIALE, DEPRESSIONE E ANSIA E MIGLIORAMENTO DELLA QUALITÀ DI VITA)

ACT or ACCEPTANCE
AND COMMITMENT
THERAPY



PARENT TRAINING



AUTISM
or ASD

CRITERI DI INCLUSIONE	CRITERI DI ESCLUSIONE
Campione costituito da genitori (padri, madri o entrambi)	Campione costituito da genitori con figli con altre diagnosi
Genitori con figli con diagnosi certificata ASD	Interventi condotti con altre figure di caregiver o professionali
Interventi di parent training in chiave ACT o in combinazione ACT con altre terapie	Altre tipologie di interventi di Parent Training non in chiave AC
Lingua inglese	Non in lingua inglese
Studi sperimentali	Review
Studi pilota	Linee guida per l'attuazione di protocolli
Analisi esplorative	Solo abstract
Randomised Control Trial (RCT)	Meta-analisi

Nella presente review sono stati inclusi ed revisionati in totale **15 lavori**, pubblicati tra il 2006 e il 2024.

Il campione è costituito da 356 partecipanti, con una maggiore prevalenza di partecipazione delle madri. Nella maggior parte degli articoli revisionati, sono inseriti genitori di bambini con diagnosi di ASD (13 studi) mentre in 2 studi sono inclusi anche genitori di adolescenti e adulti con ASD.

Nei genitori sottoposti ad un Parent Training basato sulla terapia ACT si osservano:

01

Significativi miglioramenti nei livelli di stress percepito

02

Riduzione dei sintomi depressivi

03

Diminuzione degli stati ansiosi

Risultati

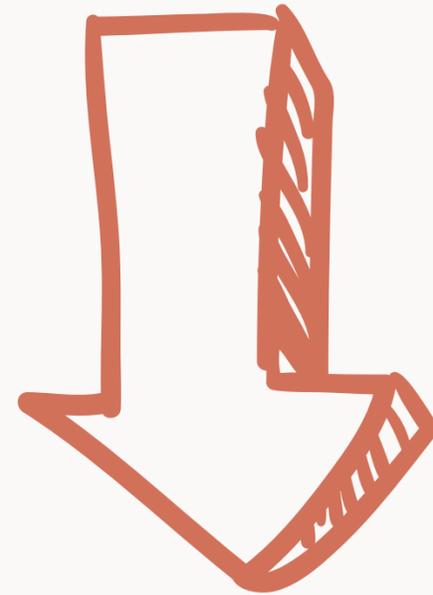
04

Cambiamenti positivi nella percezione della qualità di vita

05

Riduzione del disagio psicologico con benefici sulla salute fisica e mentale

I Parent Training in chiave ACT favoriscono l'acquisizione di strategie di regolazione emotiva e cognitiva



Potrebbero essere considerati tra gli approcci che sostengono il benessere psicologico nei genitori di bambini con disturbo dello spettro dell'autismo

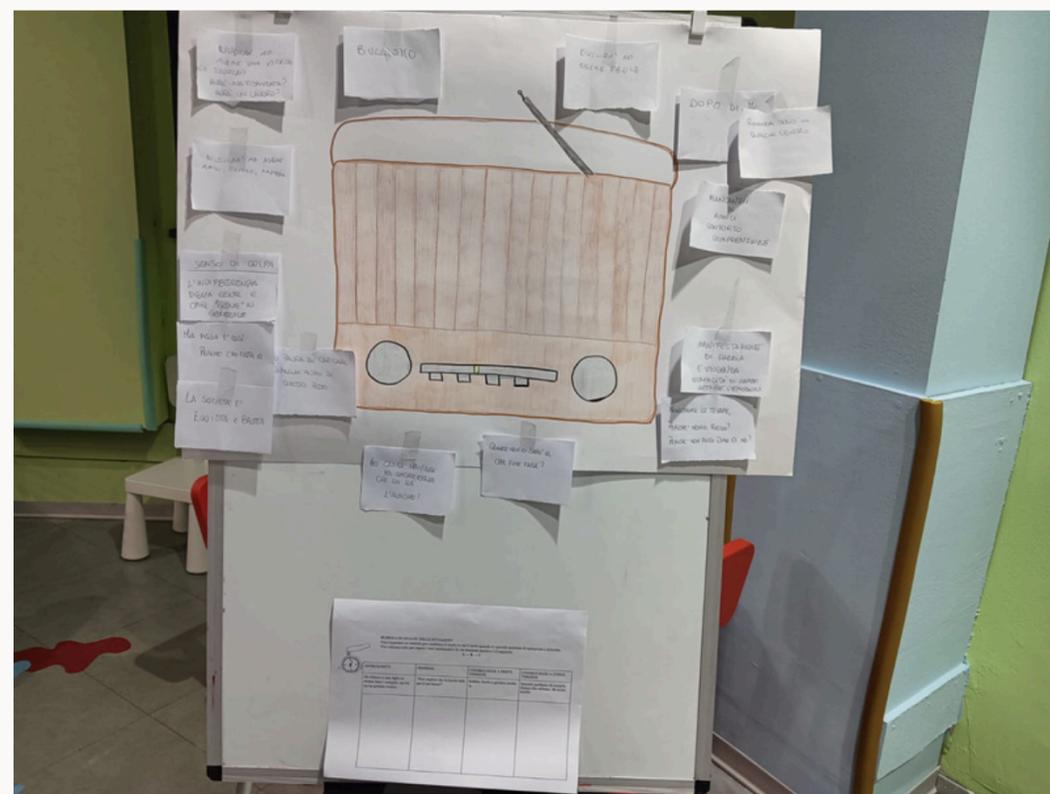
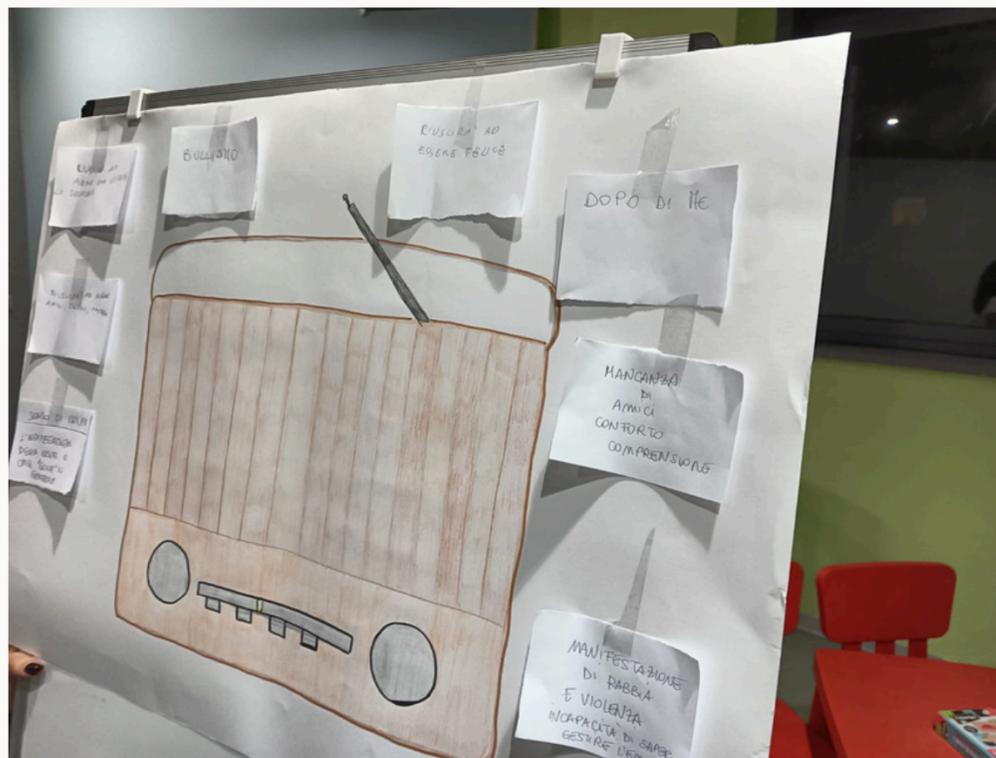
Tra le criticità da tenere in considerazione vi è:

- il numero esiguo di studi
- i campioni costituiti da pochi genitori e prevalentemente madri
- utilizzo di misurazioni self-report
- la scarsa indagine sui benefici indiretti sui bambini dei genitori che ne prendono parte

Conclusioni

Comprendiamo come sia necessario porre attenzione anche al benessere psicologico dei genitori: consentire loro di “sentirsi bene, fare spazio alle proprie emozioni, accettare ed impegnarsi” influisce positivamente sulla crescita e sulla gestione del bambino e favorisce un clima familiare positivo

Uno sguardo al futuro



Presso la Cooperativa Controvento di Catania, all'interno del progetto di tirocinio, sto tenendo insieme alla collega Di Dio Simona il Parent Training basato sulla terapia ACT con un gruppo di 6 genitori di bambini con diagnosi di ASD.

Il Parent Training da noi strutturato ha una durata di 8 incontri con cadenza quindicinale.