

L'efficacia dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) nel supportare i genitori di bambini con Disturbi dello Spettro Autistico (ASD). Una review narrativa.

Abstract

Background: Crescere un bambino con disturbo dello spettro autistico (ASD) può influenzare negativamente il benessere psicologico dei genitori. La presente review narrativa si propone di confrontare i risultati degli studi sull'efficacia della terapia di accettazione e impegno (ACT) per supportare il benessere psicologico dei genitori di bambini con ASD.

Metodi: 8 articoli pubblicati dal 2006 al 2023 sono stati identificati cercando su PubMed, PsychInfo, Science Direct, Scopus e Google Scholar, utilizzando come parole chiave "Acceptance and Commitment Therapy", "Autism", "Parents and children with autism", "Autism spectrum disorder".

Risultati: sono stati esaminati i risultati di 8 studi. Un disegno era a soggetto singolo, tre disegni quasi sperimentali, un disegno a baseline multiple fra partecipanti e tre studi randomizzati e controllati (RCT). I risultati hanno dimostrato che gli interventi ACT possono rappresentare dei protocolli di trattamento utili per aumentare il benessere psicologico di genitori di bambini con disturbi dello spettro autistico.

Keywords: Autismo, genitori di bambini con disturbi dello spettro autistico; terapia di accettazione e impegno

Introduzione

I genitori di bambini con disabilità e malattie croniche si trovano ad affrontare numerose sfide (Valicenti-McDermott et al., 2015). Queste condizioni croniche sembrano influenzare negativamente la qualità della vita dei genitori e sono associate a più elevati livelli di stress, maggiori livelli di ansia e di depressione (Da Paz et al., 2018). Nei diversi studi, tra le cause alla base degli elevati livelli di stress genitoriale, sono emerse quelle relative ai problemi emotivi e comportamentali dei bambini che possono comparire in comorbidità, le preoccupazioni per il futuro, lo stigma e la percezione dei genitori di non sentirsi all'altezza (Barroso et al., 2018).

Dalle ricerche è emerso come, facendo un confronto tra le diverse condizioni di disabilità, i genitori di bambini con disturbi dello spettro autistico (ASD) siano quelli che sperimentano un maggiore stress

genitoriale, sia rispetto ai genitori di bambini a sviluppo tipico (Benjak et al., 2009) sia rispetto ad altre forme di disabilità (Dabrowska et al., 2010; Hayes et al., 2013).

Questo gruppo di genitori sarebbe particolarmente vulnerabile: essere genitori di un bambino con Disturbo dello Spettro Autistico (ASD) è stato associato a una ridotta qualità della vita, livelli di stress elevati, depressione e ansia (Benjak et al., 2009).

Alcune sfide a cui i genitori di bambini con disturbo dello spettro autistico devono far fronte possono riguardare problematiche e ritardi relativi all'acquisizione di una diagnosi appropriata e nell'ottenere i servizi necessari (Hutton et al., 2005). Inoltre, i sintomi dei bambini con ASD possono essere estremamente invalidanti.

Il disturbo dello spettro autistico (ASD) è un disturbo del neurosviluppo caratterizzato principalmente da una compromissione nella comunicazione sociale e dalla presenza di comportamenti ripetitivi e stereotipati. Data la complessità del disturbo, la famiglia è costretta ad affrontare più problemi rispetto alle famiglie di bambini con sviluppo tipico. I tre aspetti problematici salienti possono essere così riassunti: a) mancanza di interazione con il bambino, b) problemi comportamentali e c) incomprensione sociale. La complessità delle sfide a cui i genitori di questi bambini devono far fronte sembra dipendere da alcune variabili, tra cui: natura e gravità della disabilità, tratti di personalità, supporto percepito intra-familiare, supporto sociale e risorse che la comunità mette a disposizione per affrontare la disabilità ma anche false credenze sul disturbo, incomprensioni e rifiuto sociale (Saccà et al., 2019).

Precedenti ricerche hanno riportato minori livelli di stress, un migliore adattamento psicologico, una più alta soddisfazione coniugale e un maggiore supporto sociale percepito, nei genitori di bambini con disabilità che sono riusciti ad avere un atteggiamento di accettazione nei confronti della diagnosi dei loro figli (Da Paz et al., 2018). In questa ottica, l'accettazione della diagnosi di ASD costituirebbe un fattore di resilienza e sarebbe inversamente associato al disagio e positivamente correlato al benessere psicologico (Da Paz et al., 2018). Allo stesso modo, le madri che hanno cognizioni prevalentemente negative sul disturbo del figlio, provando sentimenti di colpa e disperazione, sperimenterebbero un peggiore adattamento.

Inoltre, il distress genitoriale influenzerebbe anche il benessere e lo sviluppo dei bambini e gli esiti del trattamento e avrebbe un impatto anche sui problemi comportamentali (Barroso et al., 2018). Possiamo quindi affermare che, affinché i genitori siano in grado di prendersi cura del proprio figlio con ASD e possano contribuire alla riuscita del processo di riabilitazione, è fondamentale che sia salvaguardata "in primis" la loro salute fisica e psicologica.

Alti livelli di accettazione sono stati associati a un minor disagio psicologico, in particolare, a una minore depressione e stress percepito (Da Paz et al., 2018). Gli stessi autori hanno trovato una correlazione tra l'accettazione della diagnosi e la gravità dell'autismo del bambino. In particolare, è emerso che maggiore era la gravità della condizione, maggiore risultava l'accettazione da parte del genitore. Nei casi di gravità, risultano improbabili sia la negazione della condizione sia la speranza che la diagnosi scompaia e questo costringerebbe i genitori all'accettazione.

Un'altra interessante relazione è stata riscontrata tra bassi livello di flessibilità psicologica, bassi livelli di benessere psicologico e salute dei figli (Parmar et al., 2021).

La flessibilità psicologica e l'accettazione sono due costrutti cardine dell'*Acceptance and Commitment Therapy (ACT)*, terapia cognitivo-comportamentale di terza generazione basata sulla mindfulness e sull'accettazione. L'ACT ha l'obiettivo di aumentare la flessibilità psicologica, cioè la capacità di contattare pienamente il momento presente come essere umano consapevole e di modificare o continuare a persistere in comportamenti che perseguano i propri valori (Fletcher & Hayes, 2005). I sei processi psicologici che favoriscono la flessibilità psicologica (figura 1), secondo questo modello, sono: la defusione, l'accettazione, il contatto con il momento presente, il sé come contesto, i valori e l'azione impegnata.

La flessibilità psicologica, in questa ottica, deriverebbe dall'insieme di questi processi che vengono rappresentati in quello che viene chiamato *hexaflex*.

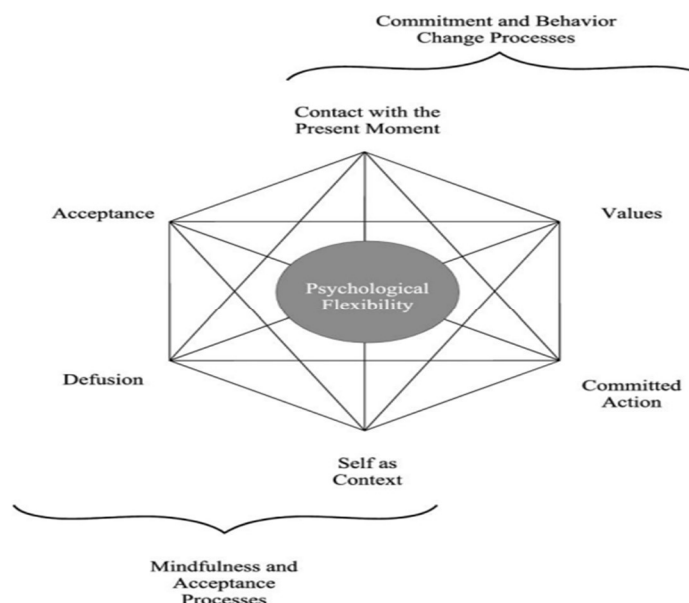


Figura 1. “Un modello di processi psicologici che l’ACT mira a rafforzare” (Fletcher & Hayes, 2005; p. 320). La defusione (defusion) fa riferimento alla capacità di prendere le distanze dai nostri processi di pensieri, immagini e ricordi; l'accettazione (acceptance) fa riferimento alla capacità di aprirsi e fare spazio alle emozioni, alle sensazioni, alle sofferenze, ecc. abbandonando ogni sforzo di lottare contro questi; il contatto con il momento presente

(contact with the present moment) significa essere psicologicamente presenti e connessi a ciò di cui stiamo facendo esperienza, qui ed ora, concentrandoci e impegnandoci in ciò che stiamo facendo invece di ripensare al passato e preoccuparci eccessivamente del futuro; il sé come contesto (self as a context) fa riferimento alla capacità di definirsi in base al contesto e non in base al contenuto e permette di non cadere nelle trappole delle etichette che ognuno tende ad attribuirsi in base alle esperienze passate (es. “sono ansioso”, “sono una persona timida”, ecc); i valori (values) fanno riferimento alle “bussole” che guidano il comportamento e chiarire i propri valori rappresenta un passo fondamentale per la costruzione di una vita significativa; l’impegno all’azione (committed action) consente di intraprendere azioni che siano in linea con i propri valori anche se questo può portare a sofferenza e disagio.

Alti livelli di flessibilità psicologica sono associati a un maggiore benessere e ad un migliore funzionamento familiare (Lappalainen et al., 2021), a pratiche genitoriali più adattive ed efficaci e a migliori interazioni genitore-figlio di (Leeming & Hayes, 2016).

La possibilità di cambiamento si basa sulla capacità di assumere una posizione di osservatore sul proprio comportamento e su quello del bambino e sulla scelta di servirsi di azioni genitoriali flessibili e orientate al valore (Holmberg Bergman et al., 2023).

Alcune ricerche hanno evidenziato come l'ACT costituisca un trattamento promettente per aiutare i genitori di bambini con diverse disabilità a gestire lo stress e l'angoscia (Holmberg Bergman et al., 2023). Nonostante ciò, sono ancora pochi gli studi che hanno esaminato gli interventi ACT nel contesto della genitorialità di bambini autistici (Blackledge & Hayes, 2006; Shiralinia et al., 2018; Gould et al., 2018; Salimi et al., 2019; Hans et al., 2019; Marino et al., 2021; Behnamfar et al., 2022; Maughan et al., 2023).

I risultati preliminari sembrano promettenti e indicano miglioramenti nella flessibilità psicologica, livelli più bassi di evitamento esperienziale e più bassi livelli di stress, ansia e depressione.

Metodi

Strategie di ricerca

È stata condotta una ricerca sistematica sui database elettronici PubMed, PsychInfo, Science Direct, Scopus e Google Scholar, per cercare le pubblicazioni originali oggetto di interesse, utilizzando come parole chiave “Acceptance and Commitment Therapy”, “Autism”, “Parents and children with autism”, “Autism spectrum disorder”, dal 1° gennaio 2006 al 15 ottobre 2023.

Criteri di inclusione

Sono stati inclusi gli studi che rispettavano i seguenti criteri di inclusione:

- Popolazione: genitori/caregivers di bambini con diagnosi certa di ASD
- Intervento: sessioni basate sui principi di intervento della terapia ACT
- Outcomes: flessibilità psicologica, stress, ansia, depressione, regolazione delle emozioni

- Study design: RCT, studi quasi sperimentali, a soggetto singolo

Risultati

Caratteristiche degli studi

Sono stati confrontati i risultati di 8 articoli pubblicati dal 2006 al 2023. Nella Tabella 1 è presentato un riassunto delle informazioni principali degli studi. Un disegno era a soggetto singolo (Blackledge & Hayes, 2006), tre disegni quasi sperimentali (Shiralinia et al., 2018; Salimi et al., 2019; Behnamfar et al., 2022), un disegno a baseline multiple fra partecipanti (Gould et al., 2018) e tre studi randomizzati e controllati (Hans et al., 2019; Marino et al., 2021; Maughan et al., 2023).

Gli obiettivi degli studi riguardavano l'efficacia dei programmi ACT di gruppo valutata in termini di flessibilità psicologica (Marino et al., 2021; Shiralinia et al., 2018; Behnamfar et al., 2022), stress genitoriale percepito (Marino et al., 2021; Shiralinia et al., 2018; Blackledge & Hayes, 2006), sintomi depressivi (Maughan et al., 2023; Blackledge & Hayes, 2006), comportamenti diretti ai valori (Gould et al., 2018) e regolazione cognitiva delle emozioni (Salimi et al., 2019).

Tab 1: Informazioni principali degli studi oggetto della presente review.

Autore/anno; luogo	Disegno dello studio	Popolazione	Numero	Trattamento	Principali Outcomes	Risultati principali
Blackledge & Hayes (2006) Stati Uniti	Within subject design	Genitori/tutori di bambini con diagnosi di autismo	20 (15 femmine e 5 maschi)	Workshop di gruppo ACT (2 giorni (14 ore)	Depressione e distress	Sono stati riscontrati miglioramenti pre-post sul Beck Depression InventoryII (BDI-II) e sul Global Severity Index (GSI) del Brief Symptom Inventory (BSI). Sono stati osservati significativi miglioramenti pre-follow-up sul BDI-II, BSI e sul questionario sulla salute generale
Shiralinia et al. (2018) Iran	Studio quasi sperimentale con pre e post test	Madri di bambini con diagnosi di ASD	42	-Programma educativo ACT; 8 sessioni da 60 minuti (n=21) -Nessun trattamento (n=21)	Stress genitoriale e flessibilità psicologica	L'analisi dei risultati ha mostrato che l'educazione di gruppo basata sull'ACT è stata efficace nel ridurre lo stress genitoriale e nell'aumentare la flessibilità psicologica delle madri con disturbo dello spettro autistico
Gould et al. (2018) Stati Uniti	Multiple baseline design fra partecipanti	Madri di bambini con diagnosi di ASD	3	Breve protocollo ACT di 6 sessioni da 90 minuti	Frequenza dei comportamenti diretti ai valori	I risultati suggeriscono che un protocollo ACT di sei settimane può produrre un robusto aumento dei comportamenti "overt" diretti ai valori nei genitori di bambini con autismo.
Salimi et al. (2019) Iran	Disegno quasi sperimentale con gruppi di controllo pre-test e post-test.	Madri di bambini con diagnosi di ASD	30	-8 sessioni ACT di gruppo della durata di 2 ore ciascuno (n=15) - Nessun intervento (n=15)	Regolazione delle emozioni basata su 7 fattori (auto-colpa, colpevolizzazione degli altri e rivalutazione positiva, colpevolizzazione, ruminazione, considerare una situazione disastrosa, accoglienza, pianificazione/rifocalizzazione positiva)	La terapia ACT di gruppo ha avuto un effetto significativo sulla rifocalizzazione della strategia positiva/di pianificazione (p=0,003), sulla rivalutazione positiva (p=0,004), sull'auto-colpa (p=0,001), incolpare gli altri (p=0,007), considerare una situazione disastrosa (p=0,001), accoglienza (p=0,008). Tuttavia, non è stata riscontrata una differenza significativa nelle dimensioni della ruminazione (p=0,025)

Hans et al. (2019) Midwestern America	RCT	Genitori di bambini con diagnosi di ASD	36	-Breve workshop ACT (n=18) -Nessun trattamento (n=18)	Flessibilità psicologica e depressione	Il gruppo sperimentale ha dimostrato miglioramenti statisticamente significativi ($p < 0,05$) e grandi dimensioni dell'effetto su sei delle otto misure di autovalutazione successive al trattamento, incluso l'Acceptance and Action Questionnaire-II ($p = 0,0318$, $d = 0,94$), Beck Depression Inventory-II ($p = 0,0239$, $d = -1,01$), Cognitive Fusion Questionnaire-13 ($p = 0,0485$, $d = 0,83$), Mindful Attention Awareness Scale ($p = 0,007$, $d = 1,29$), Scala della vergogna interiorizzata ($p = 0,0052$, $d = -1,37$), Questionario sui valori personali-II ($p = 0,0159$, $d = 1,11$), White Bear Suppression Inventory ($p = 0,1732$, $d = 0,46$) e Frieberg Mindfulness Inventory ($p = 0,2506$, $d = 0,32$).
Marino et al. (2021) Italia	RCT	Coppie di genitori di bambini con diagnosi di ASD	40	-6 mesi per un totale di 24 incontri con cadenza settimanale basati sul protocollo ACT basato sulla matrice, della durata di 90 minuti ciascuno (gruppo sperimentale) -Parent training convenzionale (gruppo di controllo)	Flessibilità psicologica e livelli di stress percepito	Punteggi significativamente più alti nella flessibilità psicologica (AAQ), negli stati di consapevolezza (MAAS), nei valori personali nella vita quotidiana (VLQ) e nello stress dei genitori (PSF). Mentre sono stati ottenuti punteggi ridotti nella percezione dei genitori dei comportamenti dirompenti dei loro figli.
Behnamfar et al. (2022) Iran	Quasi sperimentale con pretest e post test e gruppo di controllo	Madri di soggetti con diagnosi di ASD	45	-Protocollo ACT, 8 sessioni da 90 minuti (n=15) -Protocollo CBT: 8 sessioni da 90 minuti (n=15) -Nessun trattamento (n=15)	Flessibilità cognitiva	Entrambi i metodi CBT e ACT hanno aumentato significativamente la flessibilità cognitiva delle madri con bambini autistici ($P < 0,05$). Il training CBT è risultato più efficace sulla flessibilità cognitiva nelle madri di bambini autistici, rispetto all'ACT.
Maughan et al. (2023) Canada	RCT	Genitori di bambini, adolescenti e adulti con diagnosi di ASD	54	-3 sessioni di workshop ACT (n=27) -Nessun trattamento (n=27)	Riduzione dei sintomi depressivi nei genitori	Maggiori effetti del trattamento osservati per la depressione dei genitori e il disagio familiare, che sono stati mantenuti al follow-up di 4 mesi

Caratteristiche dei partecipanti

Gli studi hanno incluso un totale di 270 partecipanti, di cui la maggior parte era costituito da soggetti di sesso femminile. Il totale dei partecipanti che hanno ricevuto un trattamento ACT è di 139.

La maggior parte degli studi ($n=7$) ha incluso genitori di bambini con diagnosi di ASD (Blackledge & Hayes, 2006; Shiralinia et al., 2018; Gould et al., 2018; Salimi et al., 2019; Hans et al., 2019; Marino et al., 2021; Behnamfar et al., 2022) mentre un solo studio (Maughan et al., 2023) ha incluso anche genitori di adulti e adolescenti con diagnosi di ASD.

Caratteristiche degli interventi

La maggior parte degli interventi ACT prevedeva da 6 a 8 sessioni di gruppo (Shiralinia et al., 2018; Gould et al., 2018; Salimi et al., 2019; Marino et al., 2021; Behnamfar et al., 2022); tre studi prevedevano un breve workshop della durata di circa due giorni (Blackledge & Hayes, 2006; Hans et al., 2019; Maughan et al., 2023). Un esempio di protocollo ACT di gruppo è il seguente (Gould et al., 2018):

SESSIONE 1. Scopo della formazione e dell'approccio ACT;

SESSIONE 2. Basata sulla definizione delle abilità di base della mindfulness. Ha introdotto i genitori alla natura e al problema delle strategie di "controllo" (ad esempio, l'evitamento esperienziale);

SESSIONE 3. Definizione delle abilità di base della "defusione". I genitori si sono impegnati in una varietà di esercizi di defusione;

SESSIONE 4: La terza sessione di formazione sulle competenze ha introdotto i genitori al concetto di "fattibilità" attraverso la "Matrice", strumento visivo comunemente utilizzato per aiutare i clienti a monitorare i risultati a breve e lungo termine del loro comportamento e determinare la funzione del comportamento;

SESSIONE 5. Chiarimento sui valori, nonché sull'accettazione e l'azione impegnata nel contesto di situazioni genitoriali difficili;

SESSIONE 6: La sessione di formazione finale si è concentrata sugli esercizi per promuovere la cura di sé, compresa l'autocompassione, e la defusione.

Gli elementi fondamentali che caratterizzavano i trattamenti ACT utilizzati negli studi riguardavano l'accettazione e l'attenzione al ruolo dei valori e dell'azione impegnata (insieme di azioni compiute per avvicinarsi ai propri valori) nel contesto delle situazioni genitoriali difficili (Marino et al., 2021; Gould et al., 2018), tecniche di "defusione" cognitiva ed esercizi mirati ad interrompere gli aspetti verbali delle emozioni spiacevoli (Blackledge & Hayes, 2006; Salimi et al., 2019) e utilizzo delle metafore che evidenziano la distinzione tra "sé-come-contesto" e "sé-come-contenuto" (Blackledge & Hayes, 2006), giochi di ruolo (Gould et al., 2018) e abilità di base della mindfulness (Gould et al., 2018; Maughan et al., 2023), assegnazione settimanale di compiti per casa e utilizzo della "matrice" come strumento visivo per aiutare i clienti a monitorare i risultati a breve e a lungo termine del loro comportamento (Marino et al., 2021; Gould et al., 2018).

I gruppi di controllo, ove presenti, in alcuni studi non hanno ricevuto alcun trattamento (Salimi et al., 2019; Hans et al., 2019; Behnamafar et al., 2022; Shiralinia et al., 2018; Maughan et al., 2019), in altri sono stati sottoposti a "parent training" (PT) convenzionale (Marino et al., 2021); in questo ultimo caso, le caratteristiche comuni del gruppo di controllo e del gruppo sperimentale riguardava il lavoro sul senso di solitudine, la promozione del sostegno reciproco tra le coppie, il dialogo continuo e l'assegnazione settimanale dei compiti per casa. Un solo studio ha confrontato l'efficacia dei trattamenti cognitivo-comportamentali standard (CBT) e quelli ACT, rispetto a un gruppo di controllo che non ha ricevuto alcun trattamento (Behnamfar et al., 2022).

Misure di esito

Le principali misure di esito utilizzate nei diversi studi sono state: l'*Acceptance and Action Questionnaire* (Marino et al., 2021; Shiralinia et al., 2018; Maughan et al., 2023; Hans et al., 2019; Gould et al., 2018) per valutare la flessibilità psicologica e l'accettazione, soprattutto in relazione all'evitamento esperienziale e alla tendenza a impegnarsi in azioni nonostante sentimenti e pensieri indesiderati; il *Parent Stress Index (PSI)* (Marino et al., 2021; Shiralinia et al., 2018; Maughan et al., 2013) per valutare il livello di stress prima e dopo il trattamento; il *Beck Depression Inventory II* (Blackledge & Hayes, 2006; Hans et al., 2019) per valutare i sintomi depressivi; la *Mindfulness Attention Awareness Scale (MAAS)* per misurare la consapevolezza intenzionale (Marino et al., 2021; Hans et al., 2019) e la *Mindful Parenting scale (BMPS)* per valutare il grado di consapevolezza nella genitorialità e nell'interazione con i figli (Maughan et al., 2023); il *Valued Living Questionnaire (VLQ)* per misura il livello di contatto con i propri valori (Marino et al., 2021; Maughan et al., 2023).

Principali risultati

Una panoramica dei principali risultati si trova nella Tabella 1.

Rispetto alle principali misure di esito utilizzate, dopo il trattamento ACT, sono stati rilevati punteggi significativamente più alti nella flessibilità psicologica (Marino et al., 2021; Shiralinia et al., 2018; Hans et al., 2019), nonostante da uno studio (Behnamfar et al., 2022) sia emerso che il training CBT è più efficace rispetto a quello ACT nel migliorare la flessibilità psicologica. Tre studi hanno dimostrato come l'ACT sia stata efficace nel ridurre il livello di stress successivamente al trattamento ACT (Marino et al., 2021; Shiralinia et al., 2018; Maughan et al., 2023). Anche i sintomi depressivi dei genitori di bambini con ASD hanno subito un miglioramento (Maughan et al., 2023; Hans et al., 2019; Blackledge & Hayes, 2006) e questi risultati sono stati mantenuti al follow-up di circa 4 mesi. È interessante notare come da uno studio sia emerso che il miglioramento si sia verificato principalmente nei partecipanti che si trovavano all'interno dell'intervallo clinico o appena al di sotto, mentre non era statisticamente significativo tra quelli ben inseriti nell'intervallo non clinico (Blackledge & Hayes, 2006). Miglioramenti statisticamente significativi sono emersi anche per quanto riguarda il comportamento diretto ai valori (Marino et al., 2021; Hans et al., 2019; Gould et al., 2019), gli stati di consapevolezza (Marino et al., 2021) e nei livelli di fusione cognitiva (Blackledge & Hayes, 2006; Hans et al., 2019). La terapia ACT di gruppo ha avuto un effetto significativo anche sulle misure riguardanti la regolazione cognitiva delle emozioni (Salimi et al., 2019).

Discussione e conclusioni

Crescere bambini con disturbo dello spettro autistico può portare i genitori a sperimentare elevati livelli di stress e di disagio psicologico e questo può influenzare anche i problemi comportamentali dei figli (Barroso et al., 2018). Questa revisione ha preso in considerazione i risultati di 8 studi per esaminare l'efficacia della terapia di accettazione e impegno (ACT) nel ridurre i livelli di disagio e migliorare la salute psicologica dei genitori di bambini con ASD. I risultati evidenziano come l'ACT possa alleviare significativamente i livelli di stress genitoriale e i sintomi depressivi dei genitori di bambini con ASD. Gli effetti positivi riscontrati sono probabilmente legati al fatto che il trattamento ACT è centralmente mirato alla flessibilità psicologica, i cui livelli sono aumentati in modo significativo nei diversi studi. Tenendo in considerazione il modello patologico dell'ACT, l'inflessibilità psicologica può essere definita come una risposta abituale, impulsiva e spesso dipendente da strategie di evitamento. Al contrario, la flessibilità psicologica consente di essere pienamente consapevole e scegliere in base ai propri valori personali.

I risultati sono in linea con quelli di precedenti review che hanno esaminato l'efficacia dell'ACT nel ridurre i sintomi depressivi e nell'aumentare la flessibilità psicologica dei genitori con “bisogni speciali” (Parmar et al., 2021).

Ci sono diverse limitazioni da considerare in questa review. In primo luogo, lo squilibrio di genere tra i partecipanti, che può limitare i risultati alle esperienze specifiche delle madri e non consente che siano generalizzati ai padri. La percentuale di donne nel campione riflette in gran parte il fatto che le madri sono state storicamente le principali caregiver dei bambini ASD. In secondo luogo, gli studi hanno preso in considerazione i risultati relativi a campioni di piccole dimensioni e questo potrebbero non fornire una potenza statistica sufficiente per identificare gli effetti dell'intervento e quindi ostacolare la validità.

I risultati, se confermati in campioni più grandi di soggetti, potrebbero aprire la strada all'inclusione dei protocolli ACT nel supportare il benessere psicologico dei genitori di bambini con ASD.

BIBLIOGRAFIA

Barroso, N. E., Mendez, L., Graziano, P. A., & Bagner, D. M. (2018). Parenting stress through the lens of different clinical groups: a systematic review & meta-analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46(3), 449–461. <https://doi.org/10.1007/s10802-017-0313-6>

- Behnamfar, K., Rajaei, A. R., & Teymouri, S. . (2022). Comparison of cognitive-behavioral therapy and acceptance and commitment therapy on cognitive flexibility in mothers with autistic children. *Social Determinants of Health*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.22037/sdh.v8i1.37302>
- Benjak, T., Vuletić Mavrinac, G., & Pavić Simetin, I. (2009). Comparative study on self-perceived health of parents of children with autism spectrum disorders and parents of non-disabled children in Croatia. *Croatian medical journal*, 50(4), 403–409. <https://doi.org/10.3325/cmj.2009.50.403>
- Blackledge, J. T., & Hayes, S. C. (2006). Using Acceptance and Commitment Training in the Support of Parents of Children Diagnosed with Autism. *Child & Family Behavior Therapy*, 28(1), 1–18. https://doi.org/10.1300/J019v28n01_01
- Da Paz, N. S., Siegel, B., Coccia, M. A., & Epel, E. S. (2018). Acceptance or Despair? Maternal Adjustment to Having a Child Diagnosed with Autism. *Journal of autism and developmental disorders*, 48(6), 1971–1981. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3450-4>
- Dabrowska, A., & Pisula, E. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of intellectual disability research : JIDR*, 54(3), 266–280. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01258.x>
- Fletcher, L., & Hayes, S. C. (2005). Relational frame theory, acceptance and commitment therapy, and a functional analytic definition of mindfulness. *Journal of rational-emotive and cognitive-behavior therapy*, 23, 315-336.
- Gould, E. R., Tarbox, J., & Coyne, L. (2018) Evaluating the effects of Acceptance and Commitment Training on the overt behavior of parents of children with autism. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 7, 81-88. DOI: 10.1016/j.jcbs.2017.06.003
- Hahs A. D, Dixon M. R., Paliliunas D. (2019). Randomized controlled trial of a brief acceptance and commitment training for parents of individuals diagnosed with autism spectrum disorders. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2018.03.002>
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: a meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 43(3), 629–642. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y>
- Holmberg Bergman, T., Renhorn, E., Berg, B., Lappalainen, P., Ghaderi, A., & Hirvikoski, T. (2023). Acceptance and Commitment Therapy Group Intervention for Parents of Children with Disabilities

(Navigator ACT): An Open Feasibility Trial. *Journal of autism and developmental disorders*, 53(5), 1834–1849. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05490-6>

Hutton, A. M., & Caron, S. L. (2005). Experiences of families with children with autism in rural New England. *Focus on autism and other developmental disabilities*, 20(3), 180-189.

Lappalainen, P., Pakkala, I., Strömmer, J., Sairanen, E., Kaipainen, K., & Lappalainen, R. (2021). Supporting parents of children with chronic conditions: A randomized controlled trial of webbased and self-help ACT interventions. *Internet Interventions*, 24, 100382.

Leeming, E., & Hayes, S. C. (2016). Parents are people too: The importance of parental psychological flexibility. 158

Marino, F., Failla, C., Chilà, P., Minutoli, R., Puglisi, A., Arnao, A. A., Pignolo, L., Presti, G., Pergolizzi, F., Moderato, P., Tartarisco, G., Ruta, L., Vagni, D., Cerasa, A., & Pioggia, G. (2021). The Effect of Acceptance and Commitment Therapy for Improving Psychological Well-Being in Parents of Individuals with Autism Spectrum Disorders: A Randomized Controlled Trial. *Brain sciences*, 11(7), 880. <https://doi.org/10.3390/brainsci11070880>

Maughan, A. L., Lunsy, Y., Lake, J., Mills, J. S., Fung, K., Steel, L., & Weiss, J. A. (2023). Parent, child, and family outcomes following Acceptance and Commitment Therapy for parents of autistic children: A randomized controlled trial. *Autism : the international journal of research and practice*, 13623613231172241. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/13623613231172241>

Parmar, A., Esser, K., Barreira, L., Miller, D., Morinis, L., Chong, Y. Y., Smith, W., Major, N., Church, P., Cohen, E., & Orkin, J. (2021). Acceptance and Commitment Therapy for Children with Special Health Care Needs and Their Parents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 18(15), 8205. <https://doi.org/10.3390/ijerph18158205>

Saccà, A., Cavallini, F., & Cavallini, M. C. (2019). Parents of children with autism spectrum disorder: a systematic review. *Journal of Clinical & Developmental Psychology*, 1(3).

Salimi, M., Mahdavi, A., Yeghaneh, S. S., Abedin, M., & Hajhosseini, M. (2019). The Effectiveness of Group Based Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on Emotion Cognitive Regulation Strategies in Mothers of Children with Autism Spectrum. *Maedica*, 14(3), 240–246. <https://doi.org/10.26574/maedica.2019.14.3.240>

Shiralinia, K., Abdollahi Musavi, H., & Khojastemehr, R. (2018). The effectiveness of Group Acceptance and Commitment Therapy (ACT)-Based Training on Parenting Stress and Psychological Flexibility in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder. *Psychology of Exceptional*

Individuals,

7(28),

21-44.

DOI: 10.22054/jpe.2018.26885.1695

Valicenti-McDermott, M., Lawson, K., Hottinger, K., Seijo, R., Schechtman, M., Shulman, L., & Shinnar, S. (2015). Parental Stress in Families of Children With Autism and Other Developmental Disabilities. *Journal of child neurology*, 30(13), 1728–1735.
<https://doi.org/10.1177/0883073815579705>