

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

Dott.ssa Federica Catalfamo

Istituto Tolman

Obiettivo della review

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 Disturbi dello Spettro Autistico.

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.

Introduzione

- Tra i genitori di bambini con disabilità e malattie croniche sono stati riscontrati elevati livelli di stress, maggiori livelli di ansia e di depressione (Da Paz et al., 2018).
- Tra le cause del malessere psicologico dei genitori 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).
- Confrontando le diverse condizioni di disabilità, i genitori di bambini con disturbi dello spettro autistico (ASD) sembrano essere quelli che sperimentano un maggiore stress genitoriale, ridotta qualità della vita, depressione ed elevati livelli di ansia (Dabrowska et al., 2010; Hayes et al., 2013; Benjak et al., 2009).

Introduzione

- Alcune ricerche hanno evidenziato come l'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) costituisca un trattamento promettente nel supportare i genitori di bambini con diverse disabilità (Holmberg Bergman et al., 2023). Alti livelli di **flessibilità psicologica**, costrutto cardine dell'ACT, 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).
- Nonostante ciò, sono ancora pochi gli studi che hanno esaminato nello specifico gli interventi ACT nel contesto della genitorialità di bambini autistici.

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.

METODI

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

Study design

Sono stati confrontati i risultati di 8 articoli pubblicati dal 2006 al 2023.

Autore/a nno; luogo	Blackledge & Hayes (2006) Stati Uniti	Shiralinia et al. (2018) Iran	Gould et al. (2018) Stati Uniti	Salimi et al. (2019) Iran	Hans et al. (2019) Midwestern America	Marino et al. (2021) Italia	Behnamfar et al. (2022) Iran	Maughan et al. (2023) Canada
Disegno dello studio	Within subject design	Studio quasi sperimentale con pre e post test	Multiple baseline design fra partecipanti	Disegno quasi sperimentale con gruppi di controllo pre- test e post- test.	RCT	RCT	Quasi sperimentale con pretest e post test e gruppo di controllo	RCT

RISULTATI

Study design

Caratteristiche dei gruppi di controllo

Autore/ anno	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)
Gruppo di controllo	Nessun gruppo di controllo	GC: nessun trattamento	Nessun gruppo di controllo	GC: nessun trattamento	GC: nessun trattamento	GC: PT convenzionale	GC: nessun trattamento	GC: nessun trattamento

RISULTATI

Outcomes principali

Autore/ anno	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)
Outcom e	Depressione e distress	Stress genitoriale e flessibilità psicologica	Frequenza dei comportame nti diretti ai valori	Regolazione cognitiva delle emozioni	Flessibilità psicologica e depressione	Flessibilità psicologica e livelli di stress percepito	Flessibilità cognitiva	Riduzione dei sintomi depressivi nei genitori

RISULTATI

Outcomes principali

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)
- **regolazione cognitiva delle emozioni** (Salimi et al., 2019).

RISULTATI

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.

Autore /anno	Blackledge & Hayes (2006) Stati Uniti	Shiralinia et al. (2018) Iran	Gould et al. (2018) Stati Uniti	Salimi et al. (2019) Iran	Hans et al. (2019) Midwestern America	Marino et al. (2021) Italia	Behnamfar et al. (2022) Iran	Maughan et al. (2023) Canada
Numerosità	20	42	3	30	36	40	45	54

RISULTATI

Caratteristiche degli interventi

La maggior parte degli interventi ACT prevedeva da 6 a **8 sessioni di gruppo**.

Esempio di protocollo ACT di gruppo:

- *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.

RISULTATI

Principali misure di esito

- 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);
- 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).

RISULTATI

Principali risultati

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);
- In uno studio, **il training CBT è risultato più efficace** rispetto a quello ACT nel migliorare la flessibilità psicologica (Behnamfar et al., 2022)
- **Miglioramento dei sintomi depressivi** (Maughan et al., 2023; Hans et al., 2019; Blackledge & Hayes, 2006), mantenuti al follow-up di circa 4 mesi;
- 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);
- **Diminuzione dei livelli di stress genitoriale** dopo il trattamento (Marino et al., 2021; Maughan et al., 2023; Shiralinia et al., 2018).

CONCLUSIONI

- 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.

Limiti

- lo squilibrio di genere (la maggior parte erano donne)
- campioni di piccole dimensioni

Bibliografija

-
- Barroso, N. E., Mendez, L., Graziano, P. A., & Bagner, D. M. (2018). Parenting stress through the lens of diferent 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 Mavrinać, 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
 - 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>

Bibliografia

- 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., Lunskey, 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).

Bibliografia

- 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>