



SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOTERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTALE
SEDE CAGLIARI

ELABORATO FINALE DI SECONDO ANNO

**IL SENSO DI COLPA NEI GENITORI DI BAMBINI CON DISTURBI DEL NEUROSVILUPPO.
UNA PROSPETTIVA COGNITIVO-COMPORTAMENTALE**

Dott.ssa Rachele Cotza

ANNO 2025



**il senso di colpa deriva da schemi cognitivi disfunzionali
relativi alla responsabilità, alla moralità e al controllo,
che portano l'individuo a sopravvalutare il proprio ruolo negli eventi negativi**

Beck, 1979





obiettivi

descrivere il senso di colpa nei genitori di bambini con disturbi del neurosviluppo utilizzando il modello cognitivo-comportamentale;



esplorare i fattori cognitivi, comportamentali e contestuali che mantengono il vissuto;

individuare interventi cognitivo-comportamentali efficaci nel ridurre il senso di colpa e aumentare il benessere genitoriale e personale.



metodo

revisione narrativa della letteratura;
articoli sul tema pubblicati tra il 2015 e il 2025 in lingua inglese;
banche dati utilizzate: PubMed e Google Scholar;
parole chiave, anche combinate: *parental guilt, neurodevelopmental disorders, CBT, ACT.*

case report singoli;
pubblicazioni precedenti al 2015;
articoli non pertinenti;
studi privi di riferimenti all'approccio CBT.



studi inclusi

Amate et al.; 2024 → colpa genitoriale e capacità di comprendere gli stati mentali propri e altrui

Kelley et al.; 2016 → colpa genitoriale, ruolo delle credenze genitoriali e coping

Maliňáková et al.; 2023 → colpa, vergogna, auto-perdono e stress genitoriale

Marcinechová et al.; 2023 → relazione tra senso di colpa e salute mentale

Rizzo et al.; 2024 → ruolo di colpa e resilienza nello stress genitoriale

Thompson et al.; 2020 → colpa e vergogna

campione:

genitori di bambini con disturbi del neurosviluppo;

genitori di bambini con disturbi del neurosviluppo e a sviluppo tipico.



risultati

Amate et al.; 2024 → **una maggiore capacità di mentalizzare attenua la colpa**

Kelley et al.; 2016 → **colpa come credenze non adattiva**, schemi cognitivi di autoaccusa, emozioni negative, comportamenti di evitamento e iper-controllo + stigma sociale

Maliňáková et al.; 2023 → la colpa è collegata a **auto-valutazione negativa**, pensieri di responsabilità e **perfezionismo**; le emozioni sono mantenute da **ruminazione e autocritica**; l'**isolamento sociale** contribuisce allo stress genitoriale

Marcinechová et al.; 2023 → elevati livelli di colpa sono collegati a elevato **malessere personale e genitoriale**

Rizzo et al.; 2024 → un elevato senso di colpa **diminuisce la capacità di chiedere aiuto e supporto**

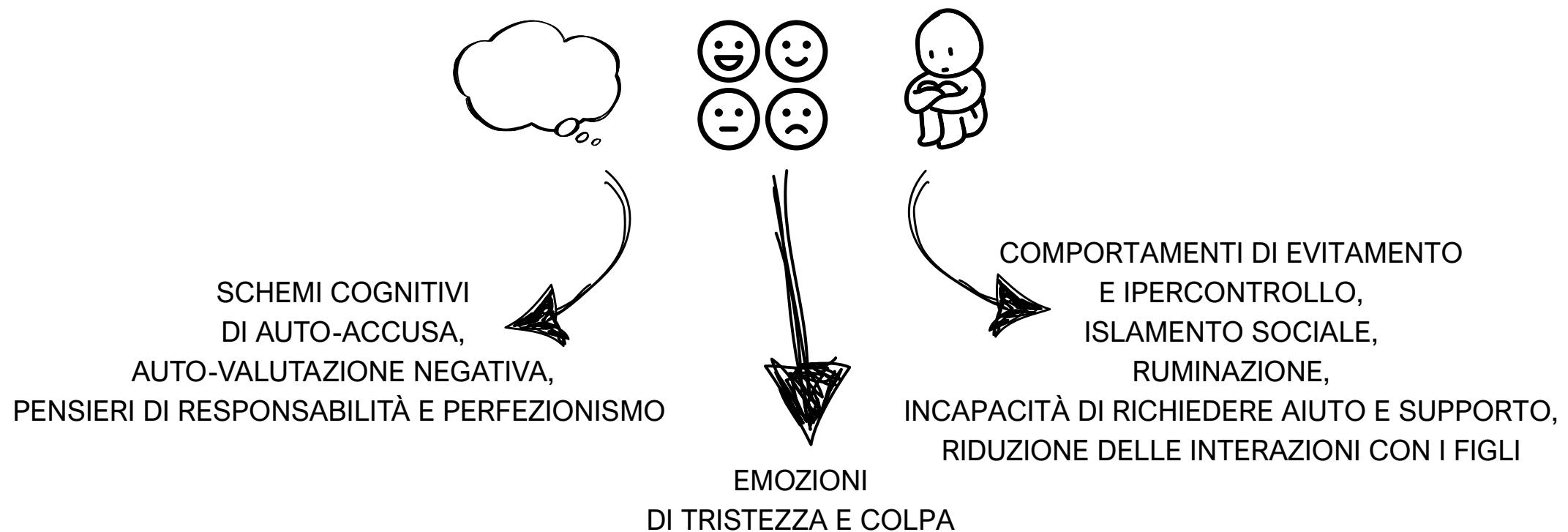
Thompson et al.; 2020 → livelli elevati di colpa sono correlati a **maggior stress, sintomi depressivi e ansiosi, ridotta soddisfazione nelle relazioni familiari, ridotte interazioni con i figli**



COLPA



in ottica cognitivo-comportamentale





implicazioni cliniche

Amate et al.; 2024 → **mindfulness e auto-compassione**

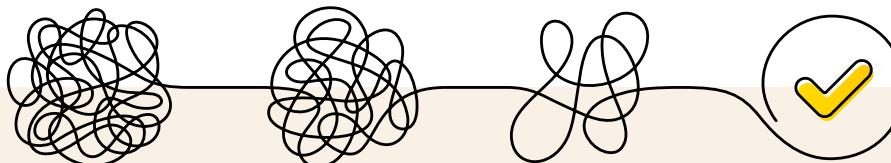
Kelley et al.; 2016 → **ristrutturazione credenze disfunzionali**

Maliňáková et al.; 2023 → **ristrutturazione cognitiva,
defusione, self-compassion**

Marcinechová et al.; 2023 → **ristrutturazione cognitiva per ridurre convinzioni
auto-colpevolizzanti, auto-perdonio**

Rizzo et al.; 2024 → **ristrutturazione cognitiva**

Thompson et al.; 2020 → riparazione dei pensieri ruminanti di colpa,
defusione e accettazione





conclusioni

concettualizzazione della **colpa** non come immutabile
ma come un fenomeno **mantenuto da pensieri automatici, schemi cognitivi e comportamenti appresi**,
quindi modificabile attraverso interventi mirati



psicoeducazione per normalizzare l'emozione,
ristrutturazione cognitiva per esaminare le credenze disfunzionali,
riattivazione comportamentale per ridurre i comportamenti di evitamento,
training di **problem solving** per incrementare l'autoefficacia,
esposizione e assertività per affrontare il timore dello stigma sociale,
moduli di self-compassion e ACT per favorire **defusione** dai pensieri autocritici
e **riallineamento ai valori** genitoriali.



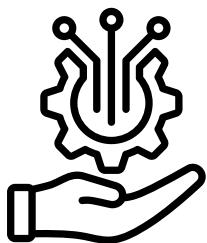


limiti

disegno di ricerca scelto;

studi con campioni numericamente ridotti e non omogenei;

fonti limitate a pubblicazioni open access.



ricerca futura

sviluppo e validazione di scale specifiche per misurare il costrutto;

studi longitudinali per analizzare le traiettorie della colpa nel tempo

e il suo impatto sul funzionamento familiare e sulla salute mentale del caregiver;

validazione di interventi con colpa come outcome primario;

esplorazione di differenze culturali, di genere e socioeconomiche;

ruolo dello stigma sociale nella manifestazione e nella cronicità del senso di colpa.



bibliografía

1. Amate, M., Martínez-González, A. E., & García-Sánchez, F. A. (2024). Parental guilt and children's internalizing and externalizing behavior: The moderating role of parental reflective functioning. *Frontiers in Psychology*, 15, 1336719.
2. Kelley, E., et al. (2016). The role of parental beliefs in coping with neurodevelopmental diagnoses. **Journal of Child and Family Studies*, 25*(8), 2363–2375.
4. Maliňáková, T., Marcinechová, M., Tavel, P., & Sedláková, M. (2023). Self-forgiveness, guilt, shame, and parental stress among parents of children with autism spectrum disorder. *Frontiers in Psychology*, 14, 1174223.
5. Marcinechová, M., Maliňáková, T., & Tavel, P. (2023). Parental guilt and mental health in neurodivergent families: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(15), 6660.
6. Rizzo, R., Buono, S., & Gison, A. (2024). Guilt sensitivity, resilience, and caregiver burden in parents of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 54(3), 890–905.
7. Thompson, A., & Smith, J. (2020). Shame and guilt in parents of children with developmental disorders. **Child Psychiatry & Human Development*, 51*(5), 672–681.

Grazie per il tuo tempo!