

Interventi Psicosociali Avanzati

Secondo gli obiettivi della mhGAP Intervention Guide, il termine “intervento avanzato” si riferisce ad un intervento che richiede un impegno di molte ore da parte del personale sanitario per l'apprendimento e per la messa in atto. Questi interventi sono generalmente offerti da personale specializzato.

Questa sezione offre una breve descrizione di due interventi avanzati. All'interno della guida questi interventi sono indicati con l'abbreviazione → **INT**. I protocolli di entrambi gli strumenti non sono inclusi in questa guida.

Gli interventi avanzati qui descritti dovrebbero essere presi in considerazione solo quando il soggetto si trova in condizioni di sicurezza, ovvero quando non sono presenti situazioni traumatiche in corso e il soggetto non si trova a rischio di un'imminente esposizione ad altre situazioni stressanti. I pareri degli esperti riguardo l'utilizzo di questi strumenti nei contesti non sicuri restano divergenti.

La terapia cognitivo-comportamentale focalizzata sul trauma (CBT-T)

La terapia cognitivo-comportamentale di gruppo o individuale focalizzata sul trauma (CBT-T) si basa sull'idea che le persone con PTSD presentino pensieri e credenze disfunzionali riguardo l'evento traumatico e le sue conseguenze. Questi pensieri e credenze causano delle condotte di evitamento disfunzionali riguardo tutte le situazioni che possono ricordare l'evento traumatico e contribuiscono a mantenere un costante senso di minaccia. Questo tipo di intervento generalmente include delle tecniche di esposizione (sia immaginativa che in vivo) e/o affrontano direttamente i pensieri e le credenze disfunzionali legate all'evento traumatico.

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)

La terapia con EMDR si basa sull'assunto che i pensieri, le emozioni e i comportamenti negativi siano il risultato di memorie non elaborate. Il trattamento prevede delle procedure standardizzate che includono la focalizzazione simultanea su (a) associazioni spontanee di immagini, pensieri emozioni e sensazioni corporee legate all'evento traumatico e (b) la stimolazione bilaterale che avviene comunemente attraverso la forma di rapidi movimenti oculari. Come per quanto riguarda la CBT-T, anche l'EMDR ha l'obiettivo di ridurre la sofferenza del soggetto e rafforzare le credenze adattive e funzionali relative all'evento traumatico. A differenza della CBT-T, l'EMDR non include (a) una descrizione dettagliata dell'evento, (b) il confronto diretto con le credenze del soggetto, (c) un'esposizione prolungata o (d) l'assegnazione di compiti.