

SUPERVISIONE TRATTAMENTO DEL DISTURBO DEPRESSIVO MODELLO STANDARD

CRP – SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE

2° ANNO dicembre 2022

Mario Becciu

- ▶ **1 Assessment**
- ▶ 1.1 Accertare i problemi attuali
- ▶ 1.2 Porre domande su tutti i sintomi
- ▶ 1.3 Valutare compromissioni nel funzionamento sociale, familiare e professionale
- ▶ 1.4 Somministrare una batteria standard di test
- ▶ 1.5 Valutare i deficit a livello cognitivo, comportamentale e interpersonale
- ▶ 1.6 Valutare le condizioni di comorbidità, specialmente in riferimento all'abuso di sostanze
- ▶ 1.7 Valutare il rischio suicidario
- ▶ 1.8 Valutare la necessità di un intervento psichiatrico

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ **2. Motivazione al trattamento**
- ▶ 2.1 Dare informazioni al paziente sulla diagnosi
- ▶ 2.2 Sviluppare una lista di obiettivi terapeutici
- ▶ 2.3 Spiegare l'approccio CBT alla depressione
- ▶ 2.4 Fornire al paziente materiali cartacei che spiegano il disturbo depressivo e il trattamento CB

PIANO DEL TRATTAMENTO



- ▶ **3. Interventi Comportamentali**
- ▶ 3.1 Identificare targets comportamentali (comportamenti per deficit o per eccesso)
- ▶ 3.2 Istruire il paziente per la compilazione di una pianificazione di rinforzi e delle attività
- ▶ 3.3 Incoraggiare il paziente ad incrementare gli autorinforzi
- ▶ 3.4 Incoraggiare il paziente a decrementare il tempo dedicato alle ruminazioni e ai comportamenti passivi e di isolamento sociale
- ▶ 3.5 Valutare la necessità per il paziente di modificare l'igiene personale, il controllo delle abitudini, come diete, abbuffate, ecc.
- ▶ 3.6 Valutare l'eventualità di trattare l'insonnia

PIANO DEL TRATTAMENTO

▶ **4. Interventi Cognitivi**

- ▶ 4.1 Addestrare il paziente a cogliere la relazione tra pensieri automatici ed emozioni
- ▶ 4.2 Addestrare il paziente a catalogare i pensieri automatici disfunzionali
- ▶ 4.3 Elicitare e contrastare i pensieri automatici in seduta
- ▶ 4.4 Valutare le ragioni per cambiare e sfidare la disperazione
- ▶ 4.5 Stabilire un patto di non-suicidio
- ▶ 4.6 Sfidare i pensieri spiacevoli

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ **5. Intervento medico**
- ▶ 5.1 Valutare la necessità di psicofarmacoterapia
- ▶ 5.2 Monitorare effetti collaterali
- ▶ 5.3 Valutare necessità di modifiche (aumento/scalare)

PIANO DEL TRATTAMENTO

▶ **6. Homework**

- ▶ 6.1 Lettura di materiali di psico-educazione sulla depressione,
- ▶ 6.2 Registrazione di pensieri e sensazioni
- ▶ 6.3 Categorizzazione di pensieri automatici
- ▶ 6.4 Iniziare a pianificare auto-ricompense
- ▶ 6.5 Compilare le schede giornaliere e settimanali delle attività
- ▶ 6.6 Incrementare gli auto-rinforzi
- ▶ 6.7 Assegnare il *worry/rumination time*
- ▶ 6.8 Graduare l'assegnazione dei compiti

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ **1. Assessment**
- ▶ 1.1 Valutare i compiti a casa
- ▶ 1.2 Valutare i livelli di depressione e di ansia (tramite test)
- ▶ 1.3 Valutare la possibilità suicidiaria
- ▶ 1.4 Valutare possibili effetti collaterali dei farmaci

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ **2. Interventi Comportamentali**
- ▶ 2.1 Insegnare e praticare in seduta le abilità assertive
- ▶ 2.2 Incoraggiare il paziente ad incrementare i comportamenti gratificanti verso gli altri
- ▶ 2.3 Incoraggiare il paziente ad incrementare contatti sociali positivi, ad attivare nuovi contatti, a costruire una rete supportiva
- ▶ 2.4 Valutare gli auto-rinforzi
- ▶ 2.5 Introdurre le abilità di *problem-solving*

PIANO DEL TRATTAMENTO

▶ **3. Interventi Cognitivi**

- ▶ 3.1 Identificare specifici targets: disperazione, impotenza, indecisione, ipercritica su se stessi, ruminazioni, mancanza di energia, assenza di piacere
- ▶ 3.2 Monitorare le schede di analisi dei pensieri automatici disfunzionali del paziente
- ▶ 3.3 Usare tecniche specifiche per aiutare il paziente a contrastare pensieri automatici disfunzionali
- ▶ 3.4 Identificare e contrastare le convinzioni irrazionali

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ **4. Intervento medico**
- ▶ 4.1 Valutare gli effetti collaterali
- ▶ 4.2 Valutare la necessità di consigliare la visita medica per un eventuale incremento del dosaggio
- ▶ 4.3 Valutare la necessità di consigliare la visita medica per una eventuale modifica del piano terapeutico

PIANO DEL TRATTAMENTO

▶ **5. Homework**

- ▶ 5.1 Assegnare specifiche tecniche cognitive per contrastare i pensieri automatici disfunzionali e le convinzioni irrazionali
- ▶ 5.2 Assegnare esercizi di social skills
- ▶ 5.3 Compilare le schede giornaliere e settimanali delle attività
- ▶ 5.4 Incrementare gli auto-rinforzi
- ▶ 5.5 Assegnare compiti di *problem solving*
- ▶ 5.6 Graduare l'assegnazione dei compiti

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ 6. Definizione obiettivi terapeutici
- ▶ 6.1 Attivazione comportamentale e altri interventi comportamentali
- ▶ 6.2 Interventi cognitivi
- ▶ 6.3 Rafforzamento per contrastare futuri episodi depressivi
- ▶ 6.4 Pianificazione conclusione terapia
- ▶ 6.5 Rafforzamento del trattamento

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ 7.5 Trattamento delle ruminazioni
- ▶ 7.5.1 *Distinguere tra ruminazioni produttive e non produttive*
- ▶ 7.5.2 *Acceptance and Commitment*
- ▶ 7.5.3 *Cambiare le ruminazioni attaccando i pensieri automatici e le convinzioni irrazionali*
- ▶ 7.5.4 *Esaminare le credenza irrazionali su sé e sugli altri*
- ▶ 7.5.5 *Esaminare la paura del fallimento*
- ▶ 7.5.6 *Usare le emozioni più che preoccuparsi di esse*

PIANO DEL TRATTAMENTO

- ▶ Interventi interpersonali
- ▶ Interventi di *problem solving*
- ▶ *Iniziare e graduare la conclusione della terapia*

PIANO DEL TRATTAMENTO



- ▶ COLLOQUI 1-2
 - ▶ ASSESSMENT
 - ▶ INTERVISTA CLINICA
 - ▶ PSICOEDUCAZIONE
 - ▶ BIBLIOTERAPIA

IPOSTESI DI UN PROCESSO DI TRATTAMENTO



- ▶ COLLOQUI 3-4

- ▶ *Identificazione pensieri automatici*
- ▶ *Identificazione convinzioni irrazionali*

IPOTESI DI UN PROCESSO DI TRATTAMENTO



▶ COLLOQUI 5-8

- ▶ *Analisi e contrasto ruminazioni*
- ▶ *Valutazione costi/benefici delle preoccupazioni*
- ▶ *Worry Time*
- ▶ *Esercitazioni Mindfulness*
- ▶ *Training dell'incertezza*
- ▶ *ACT training*

IPOSTESI DI UN PROCESSO DI
TRATTAMENTO



- ▶ COLLOQUI 9-11

- ▶ *ACT training*

- ▶ *Specificare e rinforzare consolidando i cambiamenti nelle ruminazioni, negli assunti irrazionali, nella paura di fallire, nelle credenze sulle emozioni*

IPOSTESI DI UN PROCESSO DI
TRATTAMENTO

- ▶ COLLOQUI 12-17

- ▶ *Ricostruzione storia anassertività*
- ▶ *Analisi e strategie di superamento dei problemi interpersonali*
- ▶ *Training assertivo*

IPOTESI DI UN PROCESSO DI
TRATTAMENTO



- ▶ COLLOQUI 18-20

- ▶ *Problem Solving Training*

- ▶ *Predisporre gradualmente la conclusione della terapia*

IPOTESI DI UN PROCESSO DI
TRATTAMENTO

