

[Recensioni](#), [Recensioni Libri](#)

## Trattamento dei disturbi emotivi comuni. Guida pratica per la conduzione di gruppi (Recensione di Raffaele POPOLO)



Ilaria Martelli Venturi: **Trattamento dei disturbi emotivi comuni. Guida pratica per la conduzione di gruppi.**

**Franco Angeli**, Milano 2019, pp. 232, Euro 30.00

di Raffaele Popolo

È sera e sono appena uscito dalla Casa della Salute; oggi ambulatorio pomeridiano, con la mia collega psicologa, tra prime visite e controlli di trattamenti brevi di pazienti valutati “non gravi”. Una giovane ragazza è venuta chiedendo un sostegno psicologico perché non capisce se è depressa o pigra, ma è costantemente preoccupata di poter fallire agli occhi degli altri. Dopo di lei si presenta una donna in lacrime, che descrive un rapporto matrimoniale in crisi da anni, ma dal quale non riesce a tirarsi fuori. È la volta, poi, di un giovane trentenne con problemi di sonno, da sempre ansioso, che si è accorto di non avere amici per la sua tendenza a isolarsi; una signora che aveva chiesto aiuto per gestire la sua ansia ora riaccesa dalle conflittualità in casa; e, per finire un ragazzo in trattamento farmacologico per la sua ansia e

depressione, con veri e propri attacchi di panico, tutto non ben definito. Tante storie, tutte diverse e ugualmente coinvolgenti.

Domani mattina sarò al Centro di Salute Mentale, dove ascolterò altre storie che ruotano intorno alla paranoia nei confronti dei vicini o di poteri occulti, alle voci che offendono o minacciano, ai mille pensieri che girano vorticosamente nella testa di alcuni, mentre altri si sentono schiacciati sul letto da un peso che li immobilizza; storie angoscianti di abbandoni e di perdita di speranza per il futuro. Eppure, in auto, ripenso alle persone incontrate nel pomeriggio. Quanti ragazzi, per timidezza, hanno finito per condurre una triste esistenza in solitudine; quante persone hanno perso importanti opportunità di lavoro per non allontanarsi da casa propria, spaventati da devastanti attacchi di panico. E li chiamano...disturbi emotivi comuni!

Questi pazienti rappresentano circa il 24% delle persone che si rivolgono ai medici di Medicina Generale, ma probabilmente la prevalenza nella popolazione è maggiore; disturbi che possono essere responsabili di un importante disagio, sia dal punto di vista lavorativo sia sociale, nella comune vita quotidiana. Le linee guida indicano il trattamento cognitivo- comportamentale come il trattamento di prima scelta per i disturbi emotivi comuni; eppure solo il 15% di questi pazienti vengono trattati solo con la psicoterapia (De Girolamo et al., 2005). La scarsità di risorse disponibili nei servizi pubblici, per

effettuare psicoterapie individuali, può essere una spiegazione. Va bene, se ne parlerà in modo costruttivo nelle sedi opportune...ma intanto?

Ricevo una e.mail, che annuncia l'uscita del libro di Ilaria Martelli Venturi. Ecco, un libro sui disturbi emotivi comuni, nato all'interno di un Servizio per la Salute Mentale! Lo compro subito dagli scaffali delle librerie online e il volume conferma le aspettative. Propone una risposta terapeutica gruppale per tali disturbi, nell'ottica di incrementare l'efficacia terapeutica massimizzando nel contempo le risorse; un approccio che si muove nel solco degli interventi evidence based, come quelli della psicoterapia cognitivo-comportamentale, che rendono quindi la sua adozione non di campo, ma empiricamente sostenuta.

Il lettore sarà piacevolmente colpito dalla ricchezza culturale del volume, che spazia sapientemente tra diverse aree che influenzano il funzionamento di ciascuno di noi: dal tema delle emozioni e della regolazione emotiva, alle capacità di comunicazione e alle competenze interpersonali; dagli stili di attaccamento al lavoro sul trauma. Il tecnico potrà cogliere la chiarezza con la quale il protocollo di intervento viene descritto. Ciascun modulo, che affronta temi fondamentali per quanto riguarda i disturbi emotivi comuni, è illustrato in modo esaustivo ma, soprattutto, in maniera strutturata: vengono fornite istruzioni precise, sia per quanto attiene i contenuti teorici che per le modalità di conduzione. Chi vuole dare una risposta efficace ai tanti pazienti che presentano un "disturbo emotivo comune", ora dispone di uno strumento in più. Un modello di intervento di facile uso, ben descritto dall'Autrice che ci guida nei singoli incontri. Non ci resta che leggerlo e portarlo nella nostra pratica clinica dei nostri servizi!

Raffaele Popolo

*Psichiatra, psicoterapeuta didatta SITCC, Centro Terapia Metacognitiva Interpersonale Roma.  
Responsabile Centro di Salute Mentale via Plinio, Asl Roma I.*

[Vedi su AMAZON](#)

Share:  FACEBOOK  TWITTER  LINKEDIN

## Ti potrebbe interessare

"L'evoluzione delle emozioni e dei Sistemi Motivazionali – Teoria, Ricerca, Clinica"  
(recensione di GIOVANNA MORGANTI)

La teoria polivagale nella terapia. Prendere parte al ritmo della regolazione  
(recensione di Paola CASTELLI GATTINARA)

"Oltre la schizofrenia. I progressi delle neuroscienze per superare i preconcetti e la malattia" (recensione di FRANCESCO CARCHEDI)