

Indice

Prefazione: di cosa tratta questo libro	9
Riconoscimenti.....	13

SEZIONE I Introduzione

1. La piattaforma della Psicoterapia Interpersonale	17
Elementi di psicoterapia	18
Limiti dell'adattamento.....	20
Questioni transdiagnostiche	22
Come funziona la IPT?	23
Fondamenti storici, teorici ed empirici della IPT	25
Efficacia ed efficienza.....	28
2. Un profilo della IPT	29
Sessioni iniziali.....	29
Sessioni intermedie: le aree problematiche	31
Conclusione	32

SEZIONE II Come condurre la IPT

3. Cos'è la IPT?	39
Panoramica.....	39
Concetto di depressione nella IPT	40
Obiettivi della IPT	43
Capire come ha avuto inizio la depressione	44
Caratteristiche della depressione	45
Il disturbo depressivo maggiore.....	46
Disturbo distimico/Disturbo depressivo persistente	47
Disturbo bipolare	47
Depressione leggera.....	47

4. Come iniziare la IPT	49
Compiti da eseguire durante le prime visite.....	49
Revisione dei sintomi e diagnosi.....	50
Ansia, alcol, droghe.....	51
Come spiegare la diagnosi e le opzioni terapeutiche.....	51
Come valutare la necessità di farmaci.....	54
Revisione dei problemi attuali del paziente in relazione con la depressione (inventario interpersonale).....	54
Come presentare la formulazione.....	58
Come stipulare il contratto terapeutico e spiegare cosa aspettarsi.....	59
Il ruolo del malato.....	59
Il passaggio alle sessioni intermedie.....	61
Coinvolgimento degli altri.....	64
5. Lutto	65
Il lutto normale.....	65
Il lutto complicato.....	66
Lutto e DSM-5.....	66
Il lutto come area problematica nella IPT.....	67
Obiettivi nel trattamento di una reazione di lutto.....	68
Catarsi.....	72
Ristabilire interessi e relazioni.....	73
Esempio: La morte del marito.....	75
Esempio: Una morte nascosta.....	77
6. Contrasti interpersonali	79
Definizione.....	79
Obiettivi del trattamento.....	80
Fase del contrasto.....	81
Come gestire i contrasti interpersonali.....	83
Esempio: Oberata e non apprezzata.....	86
Esempio: Contrattacco.....	87
7. Transizioni di ruolo	91
Definizione.....	91
Obiettivi e strategie.....	93
Nuove abilità sociali o professionali.....	95
Esempio: La casa dei sogni.....	96
Esempio: Il pensionamento.....	97

Esempio: Problemi al lavoro	98
Esempio: Di nuovo single	99
8. Deficit interpersonali (isolamento sociale; nessun evento di vita)	101
Definizione	101
Obiettivi e strategie.....	104
Esempio: “Non riesco a stringere amicizie”	107
Esempio: “Le relazioni non durano mai”	108
9. Conclusione e terapia di mantenimento	111
Conclusione	111
Trattamento di mantenimento	115
Esempio: Ci vuole tempo per riuscire a dirlo.....	118
10. Tecniche della IPT e ruolo del terapeuta.....	121
Esplorazione non direttiva	121
Elicitazione diretta.....	122
Incoraggiare all'affettività	122
Chiarimento	124
Analisi della comunicazione	124
Analisi della decisione	126
Gioco di ruolo	126
La relazione terapeutica	127
Il ruolo del terapeuta	129
11. Questioni terapeutiche comuni e domande dei pazienti	131
Questioni terapeutiche	131
Questioni tecniche.....	140
Confronto con altri trattamenti.....	141
Domande dei pazienti.....	142
Problemi riscontrati con maggior frequenza nell'ambito dell'assistenza primaria.....	152
SEZIONE III Adattamenti della IPT per i disturbi dell'umore	
12. Panoramica sugli adattamenti della IPT	157
Tempo	157
Esperienza.....	158
Supporto empirico	158

13. Depressione perinatale: gravidanza, aborto, post-parto, infertilità	161
Panoramica.....	161
Adattamenti.....	163
Aree problematiche	167
14. Depressione negli adolescenti e nei bambini	171
Depressione negli adolescenti	171
Depressione in età prepuberale.....	179
Efficacia comparativa nei bambini e negli adolescenti.....	181
Conclusione	182
15. Depressione negli anziani	183
Panoramica.....	183
Adattamenti.....	186
Aree problematiche	186
Altre caratteristiche.....	188
Esempio: Ho perso mia moglie e la mia vita	190
16. Depressione nei pazienti di pertinenza medica:	
Counseling interpersonale e IPT breve	193
Panoramica.....	193
Adattamento.....	197
Assistenza primaria e pazienti anziani.....	197
Esempio: Il diabete non era l'unico problema	198
Counseling interpersonale (IPC) e IPT breve	200
17. Disturbo depressivo persistente/Distimia	211
Diagnosi	211
Adattamento.....	214
Esempio: Assumersi tutte le colpe	216
Conclusione	218
18. Disturbo bipolare	219
Diagnosi	219
Adattamento.....	222
Esempio: Domare le montagne russe	224
Conclusione	225

SEZIONE IV Adattamenti della IPT per disturbi non dell'umore

19. Disturbi correlati alle sostanze e alla dipendenza	229
Panoramica.....	229
Adattamento.....	231
Conclusione	233
20. Disturbi dell'alimentazione	235
Diagnosi	235
Adattamenti.....	240
Esempio: L'obesità nei suoi pensieri	242
Conclusione	244
21. Disturbi d'ansia: Disturbo d'ansia sociale e Disturbo di panico	245
Contesto	245
Adattamenti.....	246
Disturbo d'ansia sociale (fobia sociale).....	246
Esempio: Paura di parlare	248
Disturbo di panico.....	250
Altre applicazioni	251
Conclusione	251
22. Disturbi correlati a traumi e stress	253
Disturbo da stress post-traumatico	253
Esempio: Rapinato in metropolitana	256
Esempio: Una soldatessa sconfitta	257
Disturbi dell'adattamento	259
Conclusione	259
23. Disturbo borderline della personalità	261
Diagnosi	261
Adattamento.....	264
Esempio: Oltre la rabbia.....	265
Conclusione	266

SEZIONE V Argomenti specifici, formazione e risorse

24. La IPT nelle varie culture e in Paesi con risorse limitate	269
Panoramica.....	269
La Società Internazionale di Psicoterapia Interpersonale (ISIPT)	270
L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)	270
Principi di adattamento culturale.....	271
L'esperienza ugandese	273
L'impegno umanitario e la formazione	278
Conclusione	281
25. Format di gruppo, congiunto, telefonico e via internet	283
IPT di gruppo.....	283
IPT congiunta (di coppia).....	286
IPT telefonica	287
IPT via internet – IPT in autogestione.....	289
26. Formazione e risorse	291
Formazione	291
Certificazione	291
Risorse.....	294

APPENDICI

Appendice A. Scala di Hamilton per la depressione.....	299
Appendice B. Patient Health Questionnaire (PHQ-9)	305
Appendice C. Scala di valutazione dei risultati della Psicoterapia Interpersonale, versione per il terapeuta.....	309
Bibliografia	313
Gli autori.....	345
Indice analitico.....	347