



IX Congresso Nazionale AIPP

**Mind the gap: l'intervento precoce
tra continuità evolutiva, discontinuità
diagnostiche e multiculturalità.**

Bari, 27-28-29 Settembre 2023
Università degli Studi di Bari "Aldo Moro"

DISCLOSURE INFORMATION

ALICE CESTANA

Dichiaro che negli ultimi due anni non ho avuto rapporti di finanziamento con soggetti portatori di interessi commerciali in campo sanitario

LA DIPENDENZA AFFETTIVA NELLA DISFORIA DI GENERE: UN CASO CLINICO

Dott.ssa Alice Cestana

Psicologa clinica - iscritta alla Scuola di Specializzazione A.S.I.P.S.E. di Milano

Collaboro con il Centro sui Generis di Milano

Dott.ssa Chiara De Bella

Psicologa, sessuologa, fondatrice Centro sui Generis

CENTRO SUI GENERIS di Milano

Il Centro Sui Generis è un centro clinico privato con sede a Milano che da gennaio 2022 si occupa della salute delle persone transgender binary e non binary, attraverso servizi quali l'accompagnamento psicologico ed endocrinologico al percorso di affermazione di genere, sostegno psicologico e psicoterapia, parent training, gruppi di sostegno e assistenza legale. Il Centro si occupa, inoltre, di divulgazione e formazione con eventi rivolti alla cittadinanza, alle scuole e a professionistə socio- sanitariə. Il centro ha un'équipe di 13 professionistə tra psicologə, psicoterapeutə, endocrinologa, avvocato, dietista.



www.centrosuigeneris.com mail: info@centrosuigeneris.com

DISFORIA DI GENERE

- DSM-IV (Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali, 1994)

--> «Disturbo dell'identità di genere»

- DSM 5 (Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali, 2013)
"Disforia di genere"

Non più classificato come disturbo

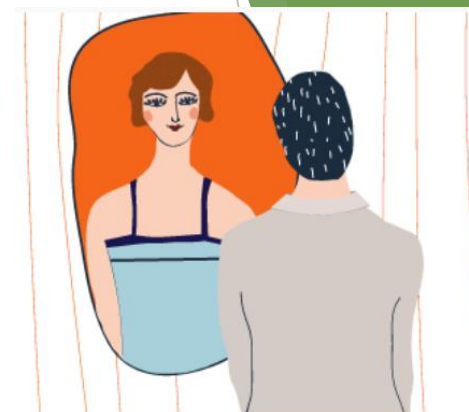
"Possibile distress derivante da una discrepanza o incongruenza che si può avere riguardo al genere sperimentato rispetto al genere assegnato alla nascita. Nelle adulte, le manifestazioni della disforia di genere possono includere un forte desiderio di acquistare i propri caratteri sessuali e fisici con quelli dell'altro genere binario (riassegnazione di genere), la convinzione di sperimentare emozioni e vissuti tipicamente associati all'altro genere, o un desiderio di essere riconosciute come persone appartenenti all'altro genere o di vivere con un'identità di genere alternativa.»

[American Psychological Association Dictionary / DSM-5]

- ICD 11 (2018) Dal capitolo sui disturbi mentali a quello sulla disforia di genere

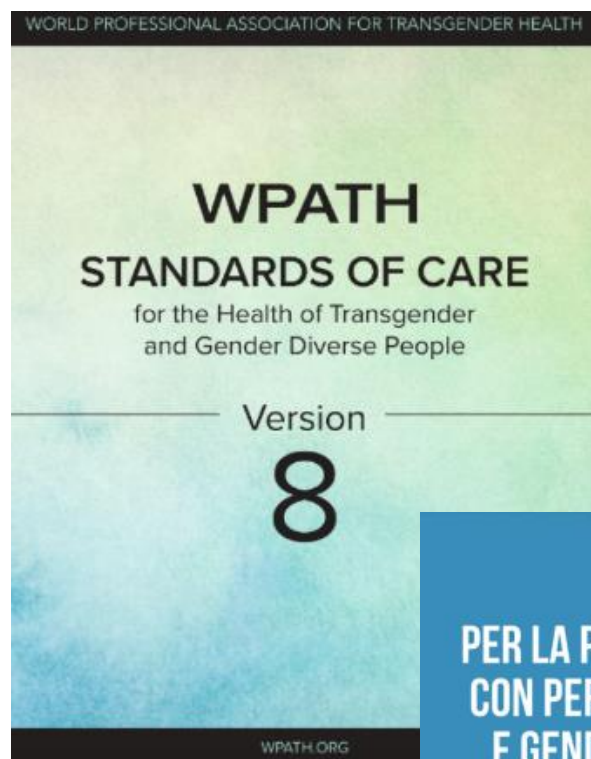
--> «Incongruenza di genere»

Si è compreso che non è l'incongruenza in sé a causare disagio psicologico, quanto l'esperienza dell'incongruenza in un contesto socio-culturale e familiare svalutante, non inclusivo o apertamente ostile



DISFORIA DI GENERE

"Gli standard rappresentano dei mandati a cui tutti gli psicologi devono attenersi, mentre le linee guida rappresentano dei propositi"



Adattamento italiano delle
**LINEE-GUIDA
PER LA PRATICA PSICOLOGICA
CON PERSONE TRANSGENDER
E GENDER NONCONFORMING**
dell'American Psychological Association

a cura di
Paolo Valerio, Vincenzo Bochicchio, Fabrizio Mezza,
Anna Lisa Amodio, Roberto Vitelli e Cristiano Scandurra

MINORITY STRESS



Minority stress

Il Minority stress ha effetto sulla salute mentale e sui processi che nascono da fattori stressanti che



Cosa può contrastarlo

Gli effetti del minority stress possono essere mediati da risorse personali, familiari e comunitarie.

ORGOGGIO:
AUTOEFFICACIA
PERCEZIONE POSITIVA DELLA PROPRIA IDG

APPARTENENZA:
GRUPPI E COMUNITÀ LGBT+
GRUPPI SOCIALI COME LUOGO SICURO
(famiglia, scuola, coetanei)

MINOR SOVRACCARICO COGNITIVO
MAGGIORE AUTOSTIMA
DIMINUZIONE STIGMA PERCEPITO
MINORE SOLITUDINE E ISOLAMENTO
FOCUS SULLE RISORSE



DIMINUISCE POSSIBILITÀ CHE
EMERGA DISTURBO MENTALE E, IN
GENERALE, AUMENTA PERCEZIONE
DI BENESSERE

DIPENDENZA AFFETTIVA

Si parla di **dipendenza d'amore** (Fisher 2006; Miller, 1987; Schaef, 1987; Sussman & Ames, 2008) quando l'amore impregna la vita quotidiana, porta ad una serie comportamenti non controllati a cui seguono conseguenze negative, fino a divenire un vero e proprio disagio psicologico. La persona amata diviene, in questo caso, oggetto del desiderio e presenza costante e pervasiva dei propri pensieri, al punto che viene considerata come assolutamente necessaria per vivere. In tal caso l'amore viene considerato una dipendenza (Giddens, 1998).

Questo tipo di dipendenza rientra nella categoria delle **New Addiction**, ed è una **dipendenza di tipo comportamentale** poiché non ha come oggetto alcuna sostanza. Il suo nucleo centrale infatti risiede nella relazione (psicosociale) con un altro significativo.



CASO CLINICO:

► DATI ANAGRAFICI

Doris, donna trans, nata in Inghilterra, figlia unica, si trasferisce in Italia con la famiglia all'età di 8 anni. Al momento della consultazione Doris ha 26 anni e vive da sola a Milano.

► MODALITA' DI INVIO

La paziente si reca spontaneamente in consultazione presso il Centro. La richiesta della paziente era di intraprendere un percorso di psicoterapia al fine di: 1) salvare la relazione con il compagno; 2) cercare di comprendere le ragioni della sua sofferenza («mi sento come se non avessi mai pace»). Per quanto riguarda la sua relazione, Doris riferì di continue discussioni con Luca che la lasciavano sempre di più affranta, vuota e una paura, fortissima, di perdere Luca.

► NUMERO DI SEDUTE SVOLTE

La paziente, a partire dalla prima consultazione, sostiene un colloquio alla settimana per circa 6 mesi, per poi avviare una fase di monitoraggio ogni 15 giorni per altri 3 mesi e infine effettuare un controllo a cadenza mensile per altri 3 mesi.

PRIMO COLLOQUIO

DESCRIZIONE DELLA STORIA DEL PROBLEMA

- ▶ Sofferenza causata dalle discriminazioni subite (Minority Stress);
- ▶ Sofferenza nella relazione amorosa

STRUMENTI PSICODIAGNOSTICI

YSQ (YOUNG SCHEMA QUESTIONNAIRE)

- ▶ SCHEMA: DIPENDENZA/INCAPACITA'
- ▶ SCHEMA: DEPRIVAZIONE EMOTIVA
- ▶ SCHEMA: STANDARD SEVERI
- ▶ SCHEMA: ABBANDONO/INSTABILITA'
- ▶ SCHEMA: INADEGUATEZZA/VERGOGNA

ASSESSMENT

► ASSESSMENT GENERALE

Famiglia di origine: madre italiana, padre Inglese. Vivono in Inghilterra fino agli 8 anni di Doris. Per motivi lavorativi si trasferiscono in Italia vicino ai genitori della madre. Dopo qualche anno, i genitori si separano. Il padre ritorna in Inghilterra dove inizia una nuova relazione stabile e duratura. La madre invece, inizia una serie di relazioni nascoste (scoperte da Doris) brevi, con anche persone molto più giovani → stile Attaccamento Insicuro-ambivalente.

Doris è cresciuta prevalentemente con la nonna materna; la madre viene definita 'immatura'. Sofferenza per la lontananza del padre.

Storia scolastica-lavorativa: difficoltà iniziale ad inserirsi nella scuola primaria a causa della scarsa conoscenza della lingua italiana e per il disagio percepito in merito alla DG. Ha conseguito tutti i titoli con ottimi profitti, laureata in Design. Attualmente sta vivendo una situazione lavorativa instabile a causa della futura chiusura aziendale.

DG: Forte disagio durante gli anni scolastici, coming out durante i primi anni della scuola secondaria di secondo grado.

Storia sentimentale: con Luca da circa un anno.

ASSESSMENT

► MODELLO ABC

SITUAZIONE	COSA MI E' PASSATO PER LA TESTA?	CHE COSA HO FATTO?	COME MI SONO SENTITA?
LUCA MI DICE CHE STASERA ESCE CON AMICI	VEDE UN'ALTRA. MI VUOLE LASCIARE.	MI SONO CHIUSA IN CASA. CONTROLLO IL TELEFONO.	TRISTEZZA.
LUCA NON MI RISPONDE AL TELEFONO	E' CON UN'ALTRA. NON MI AMA PIU'.	CONTINUO A CHIAMARLO RIPETUTAMENTE . GLI MANDO MESSAGGI.	ANSIA.
LUCA VIENE A PRENDERMI AL LAVORO.	SI VERGOGNA DI ME.	GLI RISPONDO IN MODO SCORTESE	ANSIA. RABBIA.
SONO IN METROPOLITANA	MI SCHIFANO TUTTI PERCHE' SONO TRANS	SONO SCESA DALLA METROPOLITANA	ANSIA TRISTEZZA

CONCETTUALIZZAZIONE DEL CASO

► FATTORI PREDISPONENTI

- ATTACCAMENTO: INSICURO-AMBIVALENTE
- STORIA FAMILIARE
- CREDENZE DI BASE: NON VALORE/NON AMABILITA' → «non valgo niente»
- CREDENZE INTERMEDIE: 'VALGO NELLA MISURA IN CUI HO QUALCUNO ACCANTO'
- STRATEGIE DI COPING: DIPENDERE DA QUALCUNO
- SCHEMI MALADATTIVI PRECOCI
- MINORITY STRESS

► FATTORI PRECIPITANTI

- INSTABILITA' LAVORATIVA

► FATTORI DI MANTENIMENTO

- EVITAMENTO
- RIMUGINIO
- RUMINAZIONE
- COMPORTAMENTI DI CONTROLLO
- RICHIESTE DI RASSICURAZIONE

OBIETTIVI

- ▶ COSTRUZIONE ALLEANZA TERAPEUTICA
- ▶ DIMINUIRE GLI EFFETTI DEL MINORITY STRESS
 - MODIFICARE L'IMPATTO DELLO STIGMA PERCEPITO
 - RIDURRE LA TRANSFOBIA INTERIORIZZATA E AUMENTARE LE RISORSE DI RESILIENZA
 - RAGGIUNGERE CONSAPEVOLEZZA DEGLI SCHEMI MALADATTIVI PRECOCI
 - IDENTIFICARE LA PARTE FUNZIONALE DI SE' IN CONTRAPPOSIZIONE ALLE PARTI CRITICHE
- ▶ DIMINUIRE LE CONDOTTE DI DIPENDENZA
 - INTERVENTO SULLA MOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO
 - POTENZIAMENTO DELLE ABILITA' DI REGOLAZIONE EMOZIONALE
 - POTENZIARE ABILITA' ASSERTIVE

TRATTAMENTO

- PSICOEDUCAZIONE GENERICA SULLA TCC (cosa è la TCC, come concettualizza un disturbo psicologico, come lo tratta);
- OBIETTIVO COSTRUZIONE RELAZIONE TERAPEUTICA:
 - APPROCCIO AFFERMATIVO (Malyon, 1982)
- OBIETTIVO: DIMINUIRE GLI EFFETTI DEL MINORITY STRESS E CONDOTTE DI DIPENDENZA:
 - MESSA IN DISCUSSIONE DEI PAN A PARTIRE DAGLI ABC CHE LA PZ AVEVA COMPILATO
prove a sostegno e prove contro, possibili spiegazioni alternative, la cosa peggiore/migliore se il pensiero fosse vero, cosa consiglieresti ad un'amica

A	B	C	D
SONO IN METROPOLITANA	<u>MI SCHIFANO TUTTI PERCHE' SONO TRANS</u>	SCENDO DALLA METROPOLITANA	NON TUTTE LE PERSONE MI STANNO GUARDANDO PERCHE' LA MAGGIOR PARTE DELLE PERSONE GUARDA IL TELEFONO
LUCA MI DICE CHE STASERA ESCE CON AMICI	<u>VEDE UN'ALTRA MI VUOLE LASCIARE</u>	MI SONO CHIUSA IN CASA CONTROLLO IL TELEFONO	HA VOGLIA DI STARE CON GLI AMICI

- INTERVENTO SULLE CI E CREDENZE DI BASE INDIVIDUATE E CONDIVISE DI NON AMABILITA'
Metodo socratico

TRATTAMENTO

➤ OBIETTIVO: DIMINUIRE GLI EFFETTI DEL MINORITY STRESS E DELLE CONDOTTE DI DIPENDENZA:

- PSICOEDUCAZIONE SUL MINORITY STRESS (cos'è il Minority Stress, i suoi effetti, transfobia interiorizzata)
- PSICOEDUCAZIONE SPECIFICA SULLA DA
- TRAINING DI ABILITA' ASSERTIVE
- DESCRIZIONE DELLA TERAPIA ACT (Acceptance and Commitment Therapy, Harris)

TERAPIA ACT (Acceptance and Commitment Therapy, Harris)

➤ VALORI

- METAFORA DELLA BUSSOLA



- CARTE DEI VALORI



SENTIRSI LIBERA



FIDARSI



VIVERE IL PRESENTE

- IMMAGINA IL TUO 80° COMPLEANNO



TERAPIA ACT (Acceptance and Commitment Therapy, Harris)

➤ DEFUSIONE

- ESERCIZIO «STO AVENDO IL PENSIERO CHE...»

➤ MINDFULNESS

- ESERCIZIO DEL RESPIRO CONSAPEVOLE



TERAPIA ACT (Acceptance and Commitment Therapy, Harris)

➤ OBIETTIVI COERENTI CON I VALORI

- LA DOMANDA DELLA BACCHETTA MAGICA



COMPASSION FOCUSED THERAPY, Gilbert

LETTERA COMPASSIONEVOLE

Cara Doris,
Quanto dolore provato, quanta sofferenza, quante sfide che la vita ti ha proposto.
E tu, sei riuscita a trasformare quel dolore provato in qualcosa che ti ha portata a raggiungere obiettivi che mai ti potevi immaginare.
Hai creduto in te stessa, nelle tue risorse, nelle tue capacità...e guarda oggi che Donna sei diventata.
A volte non è facile, inciampi ancora in qualche insicurezza, in 'non ce la faccio', ma poi riprendi in mano la tua bussola e ti rimetti in cammino verso quello che per te è importante...la libertà. Tua Doris

OBIETTIVI RAGGIUNTI



- ▶ ALLEANZA TERAPEUTICA
- ▶ RIDUZIONE DEGLI EFFETTI DEL MINORITY STRESS
 - Interiorizzazione della tecnica di messa in discussione dei PAN (inizialmente intervento strutturato poi «nella mente della pz»)
 - Consapevolezza e modifica degli schemi maladattivi precoci (re-test YSQ a 6 mesi):
 - schemi: DIPENDENZA/INCAPACITA', STANDARD SEVERI, INADEGUATEZZA/VERGOGNA, ABBANDONO/INSTABILITA'
 - Riduzione dello stigma interiorizzato e della transfobia interiorizzata (nella vita quotidiana)
- ▶ DIMINUIRE LE CONDOTTE DI DIPENDENZA
 - Individuati i Valori (sentirsi libera, fidarsi, vivere il presente) per aumentare la motivazione al cambiamento
 - Aumento delle abilità assertive nella vita quotidiana e nella relazione con Luca
 - Maggior indipendenza (svolgimento attività senza Luca)

CONCLUSIONI: CRITICITA' E PROSPETTIVE

- ▶ Importanza di un Approccio Affermativo con persone Transgender (luogo sicuro, senza giudizio)
- ▶ Importanza del lavoro sullo stigma percepito
- ▶ Importanza di un intervento precoce
- ▶ Maggior ricerca evidence based per la DA per inserimento nosologia psichiatrica



**GRAZIE PER
L'ATTENZIONE**

psy.alicecestana@gmail.com