

# Test da somministrare per il Progetto GITIM contro Covid

Mauro Marcon: psicologo clinico specializzato in neuropsicologia, psicoterapeuta ITP, psicologo forense.

## **Test da somministrare per il Progetto GITIM contro Covid.**

Il G.I.T.I.M. (Gruppo Italiano di Tecniche di Imagerie Mentale) ha promosso un progetto contro il COVID-19 nel quale, per l'anno 2020, gli psicoterapeuti che utilizzano la tecnica immaginativa ITP di L. Rigo propongono un ciclo breve di sedute terapeutiche per persone che, a seguito delle difficoltà sorte a causa del COVID, provano sintomi di varia natura quali stress, ansia, depressione, disturbi somatici, insonnia e disturbi post-traumatici, per citarne alcuni.

Il ciclo breve di sedute è stato progettato con l'apporto di diversi psicoterapeuti ITP, che hanno dato indicazioni su come strutturare i primi incontri in relazione alla raccolta anamnestica e alla somministrazione di test; a questi si sono aggiunti i terapeuti che hanno evidenziato le tecniche e le modalità di intervento da utilizzare a seconda dei casi e delle loro specificità.

Io mi sono occupato di indicare e suggerire i test psicometrici da somministrare in prima battuta alle persone che per necessità aderiranno al progetto. Il COVID-19 ha avuto un grande impatto sulla salute psicologica della popolazione italiana e mondiale tanto da rendere necessaria la modifica del setting di psicoterapia. Durante il periodo di lock-down alcuni psicoterapeuti, per non dire la maggior parte, hanno proposto ai loro pazienti di continuare la psicoterapia in modalità online; questa modalità è stata utilizzata anche per iniziare dei nuovi interventi psicologici. Dopo il lock-down il setting è stato necessariamente modificato anche per la ripresa delle psicoterapie in presenza rispettando le norme di prevenzione COVID indicate dal Comitato Tecnico Scientifico Nazionale (distanziamento sociale, igienizzazione delle mani, mascherina, arieggiare lo studio tra un paziente e l'altro, disinfettare la sedia, la scrivania, le penne e anche il materiale testistico).

La scelta dei test da somministrare all'interno del progetto "*GITIM contro COVID-19*" è stata fatta tenendo in considerazione le norme di prevenzione contro il COVID, la possibilità di essere somministrati in presenza oppure online, i tempi di somministrazione e di elaborazione non eccessivamente lunghi. La validità è una caratteristica psicometrica dei test psicologici che indica con quale precisione un test misura ciò che dichiara di misurare. Per tale motivo si è resa necessaria una riflessione sul tipo di sintomatologia e area dei disturbi psicologici come conseguenze dirette e/o indirette del COVID-19 da indagare attraverso i test psicologici. Considerando i manuali diagnostici PDM-2 (Manuale Diagnostico Psicodinamico) e il DSM-5 (Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali) ho approfondito le aree dei disturbi relativi agli eventi traumatici; nello specifico nel DSM-5 all'interno del capitolo "*Disturbi correlati a eventi traumatici e stressanti*" vi sono:

- Disturbo reattivo dell'attaccamento
- Disturbo da impegno sociale disinibito
- Disturbo da stress post-traumatico
- Disturbo da stress acuto

- Disturbi dell'adattamento

Appare evidente che questi disturbi, in particolare per quanto riguarda il criterio A del Disturbo Post Traumatico da Stress e del Disturbo da stress acuto *“Esposizione a morte reale o minaccia di morte, grave lesione, oppure violenza sessuale (...)”* fanno riferimento ad un evento traumatico circoscritto. Diverso il criterio A per il Disturbo dell'adattamento *“Lo sviluppo di sintomi emotivi o comportamentali in risposta a uno o più eventi stressanti identificabili che si manifesta entro tre mesi dell'insorgenza dell'evento/i stressante/i”*.

I criteri del DSM-5 danno indicazioni sulla durata temporale delle alterazioni psicologiche; ad esempio il criterio E dei Disturbi dell'adattamento riporta che *“una volta che l'evento stressante o le sue conseguenze sono superati, i sintomi non persistono per più di altri 6 mesi”*, mentre il criterio F del Disturbo da stress post-traumatico spiega che *“la durata delle alterazioni (Criteri B, C, D e E) è superiore ad 1 mese”*. Nel DSM-5, in relazione ai Disturbi dell'adattamento viene precisato che *“se l'evento stressante o le sue conseguenze persistono, anche il disturbo dell'adattamento può continuare a essere presente e diventare la forma persistente”*. *“Ciò si verifica allorché i sintomi non si esauriscono entro i canonici sei mesi e si manifestino in risposta ad un fattore stressante persistente (ad es. una condizione medica generale cronica ed invalidante), o ad un fattore stressante che ha conseguenze durature (ad es. difficoltà finanziarie, o emotive, come divorzio o vedovanza, abbandono della casa genitoriale, fallimento sul lavoro, morte di una persona cara)”*.

A mio parere il COVID-19 potrebbe causare dei disturbi psicologici correlati ad eventi traumatici e/o stressanti. Ci si aspetta che al progetto di intervento possano aderire persone che abbiano vissuto un *“trauma”* legato alla malattia Sars Cov 2. Ad esempio persone che sono state contagiate, ospedalizzate e anche in rianimazione e che poi sono guarite, oppure persone che hanno subito un lutto di un familiare senza avere la possibilità di accompagnare il parente alla morte per le norme di tutela della salute messe in atto nello stato di emergenza durante il lock-down; oltre a persone che possono aver avuto problemi relazioni o economici in seguito alla pandemia, sia perché colpiti in modo diretto o in modo indiretto dal COVID-19.

Per tali motivi ho rivolto la mia attenzione a quei test che potevano dare una valutazione sintomatologica variegata e che potevano fornire indicazioni su cambiamenti significativi nella sfera fisica, psicologica e sociale correlati all'evento traumatico. I test sono: l'SCL-90R, il BDI-II e lo IES-R.

L'SCL-90R è uno strumento self-report utilizzato in ambito clinico per la valutazione del livello di disagio generale. E' formato da un elenco di 90 sintomi per i quali il soggetto deve indicare se ne ha sofferto nella scorsa settimana, oggi compreso e con quale intensità (per niente; un poco; moderatamente; molto; moltissimo).

Il BDI-II è uno strumento per valutare i cambiamenti dell'umore depresso. Il questionario consiste di 21 gruppi di affermazioni alle quali il soggetto deve scegliere dei punteggi che vanno da 0 a 3 che meglio lo descrivono in relazione al gruppo di affermazione, facendo riferimento alle ultime due settimane.

Lo IES-R è il più diffuso test psicodiagnostico per indagare la presenza di una sintomatologia post-traumatica. Si tratta di un questionario auto somministrato composto da 22 item, a cui si chiede di rispondere su una scala da 0 (per niente) a 4 (estremamente) riferendosi all'esperienza degli

ultimi sette giorni.

In conclusione l'utilizzo di questi test all'interno del progetto proposto dal GITIM può essere uno strumento di supporto al clinico per avere una chiara descrizione sintomatologica delle persone che vi aderiranno considerando che si tratta di un ciclo breve di sedute di psicoterapia.

#### BIBLIOGRAFIA

American Psychiatric Association (2014), *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali, DSM-5*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Buzzi F., Vanini M., (2014), *Guida alla valutazione psichiatrica e medico legale del danno biologico di natura psichica*, Giuffrè Editore, Torino.

Lingiardi V., McWilliams N., (a cura di) (2018), *Manuale diagnostico psicodinamico, PDM-2*, Raffaello Cortina Editore, Milano.