

MANUALI E MONOGRAFIE DI PSICOLOGIA GIUNTI



A cura di  
Stephen Hupp e Cara L. Santa Maria

# LE PSEUDOSCIENZE IN PSICOTERAPIA

UNA GUIDA SCETTICA

**GIUNTI**  
PSICOLOGIA

**Psicologia.io**

Traduzione di *Michela Zavattaro*

Titolo originale: *Pseudoscience in Therapy: A Skeptical Field Guide*

Copyright © Cambridge University Press & Assessment 2023

La traduzione di *Pseudoscience in Therapy: A Skeptical Field Guide* è pubblicata previo accordo con Cambridge University Press.

Tutti i diritti sono riservati.

È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa con qualsiasi mezzo, se non espressamente autorizzata dall'editore.

[www.psicologia.io](http://www.psicologia.io)

[www.giuntipsy.it](http://www.giuntipsy.it)

[www.giunti.it](http://www.giunti.it)

© 2025 Giunti Psicologia.io S.r.l.

Via Fra' Paolo Sarpi 7/A, 50136 Firenze – Italia

Prima edizione: luglio 2025



Stampato presso Rotolito S.p.A. – Pioltello (MI)

A mia figlia, Vyla Mae Hupp, che ha già iniziato a salvare il mondo.  
*S. H.*

A tutti coloro che mi hanno sostenuto durante i miei viaggi scettici, vi ringrazio dal profondo del mio cuore.  
*C. L. S. M.*



# Indice

Contributori .....	9
Prefazione .....	13
<i>Stephen Hupp</i>	
Ringraziamenti .....	15
Capitolo 1 Pensare in modo critico alla terapia .....	17
<i>Cara L. Santa Maria</i>	
Capitolo 2 Depressione .....	27
<i>R. Trent Codd III</i>	
Capitolo 3 Spettro bipolare .....	39
<i>Monica Ramirez Basco e Brittany L. Mason</i>	
Capitolo 4 Ansia .....	51
<i>Dean McKay</i>	
Capitolo 5 Ossessioni e compulsioni .....	67
<i>Dean McKay</i>	
Capitolo 6 Trauma .....	83
<i>Gerald M. Rosen, Henry Otgaar e Harald Merckelbach</i>	
Capitolo 7 Dissociazione .....	105
<i>Steven Jay Lynn, Fiona Sleight, Craig P. Polizzi, Damla Aksent, Lawrence Patihis, Henry Otgaar e Olivier Dodier</i>	
Capitolo 8 Dolore .....	123
<i>Harriet Hall</i>	

Capitolo 9	Disturbi dell'alimentazione .....	137
	<i>Jamie M. Loo, Jennifer Battles, Brooke L. Bennett, Brooke L. Whisenhunt e Danae L. Hudson</i>	
Capitolo 10	Insonnia.....	153
	<i>Colleen E. Carney, Parky H. Lau e Samlau Kutana</i>	
Capitolo 11	Disturbi sessuali .....	171
	<i>Caroline F. Pukall</i>	
Capitolo 12	Uso di sostanze e addiction .....	187
	<i>Jonathan N. Stea, Igor Yakovenko, Hyoun S. Kim e David C. Hodgins</i>	
Capitolo 13	Declino cognitivo significativo .....	209
	<i>Claudia Drossel e Jacqueline Pachis</i>	
Capitolo 14	Comportamento antisociale .....	231
	<i>Devon L. L. Polaschek</i>	
Capitolo 15	Personalità.....	249
	<i>Joel Paris</i>	
Capitolo 16	Psicosi e schizofrenia .....	263
	<i>Brandon A. Gaudiano, Katherine Visser e Elizabeth Thompson</i>	
Capitolo 17	Spettro dell'autismo e disabilità intellettiva.....	283
	<i>Jason C. Travers</i>	
Capitolo 18	Disattenzione e iperattività.....	297
	<i>J. Russell Ramsay</i>	
Capitolo 19	Tic .....	311
	<i>Kirsten Bootes, Brianna Wellen, Emily Braley e Michael B. Himle</i>	
Capitolo 20	Problemi di coppia.....	327
	<i>Erin F. Alexander e Matthew D. Johnson</i>	
	Post scriptum. Risorse relative allo scetticismo scientifico ..	341
	<i>Stephen Hupp</i>	



# Contributori

**Damla Aksent**, MS, dottoranda in Psicologia presso la Binghamton University (SUNY).

**Erin F. Alexander**, MS, dottoranda in Psicologia presso la Binghamton University (SUNY).

**Monica Ramirez Basco**, PhD, psicologa clinica e membro fondatore della Academy of Cognitive Therapy. Autrice del libro *The bipolar workbook, Tools for controlling your mood swings* (second edition, 2015).

**Jennifer Battles**, PhD MS, psicologa clinica di assistenza primaria e membro dell'Eating Disorder Treatment Team presso il VA St. Louis Healthcare System.

**Brooke L. Bennett**, PhD, assegnista di ricerca post-dottorato presso l'UConn's Rudd Center for Food Policy and Health.

**Kirsten Bootes**, MA, dottoranda in Psicologia presso la University of Utah.

**Emily Braley**, MA, dottoranda in Psicologia presso la University of Utah.

**Colleen E. Carney**, PhD, CPsych, professore associato di Psicologia presso la Ryerson University in Canada. Autore del libro *Goodnight Mind for Teens: Skills to Help You Quiet Noisy Thoughts and Get the Sleep You Need* (2020).

**R. Trent Codd, III**, EdS, BCBA, vicepresidente dei Clinical Services for the Carolinas, Refresh Mental Health. Co-autore del libro *Nonlinear contingency analysis: Going beyond cognition and behavior in clinical practice* (2021).

**Olivier Dodier**, PhD, docente a contratto di Psicologia presso l'Università di Nîmes, Francia.

**Claudia Drossel**, PhD, professoressa associata di Psicologia presso la Eastern Michigan University. Co-curatrice del libro *Applications of behavior analysis in healthcare and beyond* (2021).

**Brandon A. Gaudiano**, PhD, professore presso il Dipartimento di Psichiatria e Comportamento umano della Warren Alpert Medical School della Brown Uni-

versity e presso il Dipartimento di Scienze comportamentali e sociali della School of Public Health. Curatore del libro *Incorporating acceptance and mindfulness into the treatment of psychosis: Current trends and future directions* (2015).

**Harriet Hall**, MD, medico di famiglia in pensione. Autrice del libro *Women aren't supposed to fly: The memoirs of a female flight surgeon* (2008).

**Michael B. Himle**, PhD, professore associato di Psicologia e direttore del Clinical Training presso la University of Utah.

**David C. Hodgins**, PhD, RPsych, FCAHS, professore di Psicologia presso la University of Calgary in Canada. Co-curatore del libro *Research and measurement issues in gambling studies* (2007).

**Danae L. Hudson**, PhD, professoressa di Psicologia presso la Missouri State University. Co-autrice del libro *Revel psychology* (2019).

**Stephen Hupp**, PhD, professore di Psicologia presso la Southern Illinois University Edwardsville. Co-curatore del libro *Investigating pop psychology: Pseudoscience, fringe science, and controversies* (2023).

**Matthew D. Johnson**, PhD, professore di Psicologia presso la Binghamton University. Autore del libro *Great myths of intimate relationships: Dating, sex, and marriage* (2016).

**Hyoun S. Kim**, PhD, assistant professor di Psicologia presso la Ryerson University in Canada e direttore dell'Addictions and Mental Health Lab.

**Samlau Kutana**, BA, graduated student presso il Dipartimento di Psicologia della Memorial University di Newfoundland in Canada.

**Parky H. Lau**, MA, dottorando in Psicologia presso la Ryerson University in Canada.

**Jamie M. Loor**, PhD, borsista post-dottorato presso la University of New Mexico.

**Steven Jay Lynn**, PhD, distinguished professor di Psicologia presso la Binghamton University (SUNY). Co-curatore del libro *Evidence-based psychotherapy: The state of the science and practice* (2018).

**Brittany L. Mason**, PhD, responsabile della revisione scientifica per il National Institute of Health.

**Dean McKay**, PhD, professore di Psicologia presso la Fordham University. Co-curatore del libro *Complexities in obsessive compulsive and related disorders: Advances in conceptualization and treatment* (2021).

**Harald Merckelbach**, PhD, professore di Psicologia presso la Maastricht University in Olanda. Autore del libro *Good stories are rarely true* (2020).

**Henry Otgaar**, PhD, professore di Psicologia presso la Maastricht University in Olanda. Co-curatore del libro *Finding the truth in the courtroom: Dealing with deception, lies, and memories* (2017).

**Jacqueline Pachis**, MS, BCBA, dottoranda in Psicologia presso la Eastern Michigan University.

**Joel Paris**, MD, professore emerito di Psichiatria presso la McGill University in Canada. Autore del libro *Treatment of borderline personality disorder: A guide to evidence-based practice* (second edition, 2020).

**Lawrence Patihis**, PhD, senior lecturer di Psicologia presso la University of Plymouth in Gran Bretagna. Autore del libro *Trauma, memory, and law: Enhanced lectures on repressed memories, memory distortions, and trauma* (2022).

**Devon L. L. Polaschek**, PhD, DipClinPsysc, MNZM, Te Kura Whatu Oho Mauri | School of Psychology and Te Puna Haumaru | New Zealand Institute of Security and Crime Science, University of Waikato. Co-curatore di *The Wiley international handbook of correctional psychology* (2019).

**Craig P. Polizzi**, PhD, dottorato in Psicologia presso la Binghamton University (SUNY).

**Caroline F. Pukall**, PhD, professore di Psicologia presso la Queen's University in Canada. Curatore del libro *Human sexuality: A contemporary introduction* (third edition, 2020).

**J. Russell Ramsay**, PhD, professore di Psicologia presso la University of Pennsylvania Perelman School of Medicine. Autore del libro *Rethinking adult ADHD: Helping clients turn intentions into actions* (2020).

**Gerald M. Rosen**, PhD, Clinical Professor Emeritus di Psicologia presso la University of Washington. Co-curatore del libro *Clinician's guide to post-traumatic stress disorder* (2010).

**Cara L. Santa Maria**, MS, MA, dottoranda in Psicologia clinica presso la Fielding Graduate University. Co-autrice del libro *The skeptics' guide to the universe: How to know what's really real in a world increasingly full of fake* (2018).

**Fiona Sleight**, MS, dottoranda in Psicologia presso la Binghamton University (SUNY).

**Jonathan N. Stea**, PhD, RPsych, adjunct assistant professor di Psicologia presso la University of Calgary in Canada. Co-curatore del libro *Investigating Clinical psychology: Pseudoscience, fringe science, and controversies* (2024).

**Elizabeth Thompson**, PhD, psicologa clinica e assistant professor di Psichiatria e Comportamento umano presso la Warren Alpert Medical School della Brown University e ricercatrice presso il Rhode Island Hospital.

**Jason C. Travers**, PhD, BCBA-D, professore associato di Insegnamento e apprendimento presso la Temple University. Autore del libro *Sexuality education* (2018).

**Katherine Visser**, PhD, psicologa dello staff presso il Lifespan Physician's Group a Providence, RI.

**Brianna Wellen**, PhD, dottoranda in Psicologia presso la University of Utah.

**Brooke L. Whisenhunt**, PhD, professoressa di Psicologia presso la Missouri State University. Co-autrice del libro *Psychological disorders* (fifth edition, 2023).

**Igor Yakovenko**, PhD, RPsych, professore assistente presso il Dipartimento di Psicologia della Dalhousie University in Canada.

# Prefazione

*Stephen Hupp*

Questo libro è una raccolta selezionata di cattive idee. Ora tu potresti pensare, *io non ho davvero bisogno di una collezione selezionata di cattive idee*. Ma prima che tu metta da parte questo libro, c'è qualcosa che dovresti sapere. Hai già iniziato a collezionare cattive idee, e la tua collezione probabilmente continuerà a crescere.

Per fortuna, questo libro è anche una collezione selezionata di buone idee, e tu hai già anche molte buone idee nella tua collezione. In effetti, potresti essere già bravo a distinguere tra le idee buone e quelle cattive; tuttavia, hai avuto modo di conoscere così tante idee che a volte è piuttosto difficile cogliere la differenza. Pertanto, una guida pratica può essere utile per aiutarti a selezionare e valutare la tua attuale collezione di idee, oltre a fornirti un rapido riferimento quando sei esposto a nuove idee.

Ogni capitolo di questo libro ha una sezione che identifica le *pseudoscienze* – o le cattive idee – relativa alla terapia. Ogni capitolo ha anche una sezione che identifica gli approcci supportati dalla ricerca – o le buone idee – relative alla terapia. Pertanto, ogni capitolo distinguerà tra questi due estremi. Tuttavia, per essere onesti, alcune idee non possono essere semplicemente etichettate come cattive o buone. Vale a dire, c'è un'area sfumata tra gli estremi, e a causa di questa difficoltà, la sezione sulle pseudoscienze di ogni capitolo riconosce quest'area sfumata prendendo in esame anche idee discutibili e altre controversie.

## **Focus e struttura**

Questo libro si concentra sulle pseudoscienze e sulle idee discutibili relative alla terapia con adulti, mentre un altro libro di questa serie si concentra sui giovani (si veda *Le pseudoscienze in psicoterapia dell'infanzia e dell'adolescenza*). Il Capitolo 1 definisce questioni generali relative alla comprensione delle pseudoscienze e degli approcci supportati dalla ricerca. Tutti gli altri capitoli

descrivono condizioni che sono comunemente al centro dell'attenzione clinica, e lo fanno nello stesso ordine in cui sono trattate nel *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali, Quinta edizione, Text revision*. Gli autori dei capitoli si concentrano su alcuni o su tutti i seguenti aspetti:

- controversie diagnostiche;
- pratiche di valutazione discutibili;
- miti che influenzano il trattamento;
- trattamenti implausibili;
- trattamenti inefficaci;
- trattamenti potenzialmente dannosi;
- sminuire i trattamenti basati sull'evidenza.

### **Gli esperti che hanno collaborato**

I capitoli di questo libro sono stati scritti sia da clinici sia da ricercatori, la maggior parte dei quali sono psicologi abilitati coinvolti in ricerche universitarie. Inoltre, un capitolo è a cura di un medico di famiglia e un altro capitolo è a cura di un professore di psichiatria. I contributori provengono da Stati Uniti, Regno Unito, Canada, Francia e Paesi Bassi. Molti di loro sono impegnati regolarmente in attività di comunicazione scientifica. Diversi hanno pubblicato libri di spicco. Infine, tutti i contributori del libro sono forti sostenitori delle pratiche basate sull'evidenza in terapia. In sintesi, ogni capitolo rappresenta un ottimo punto di partenza per aiutarti a distinguere tra cattive idee e buone idee sulla terapia.

### **Pubblico di riferimento**

L'obiettivo di questo libro è quello di essere un pratico riferimento per tutti i terapeuti, inclusi psicologi, consulenti, assistenti sociali, psichiatri e professionisti di discipline correlate. Allo stesso modo, può fungere da testo complementare per corsi di laurea specialistica in psicoterapia e consulenza. Trattando gli stessi ampi argomenti, funziona bene in combinazione con un altro libro di questa collana, *Science-based therapy*.

# Ringraziamenti

Siamo estremamente riconoscenti a tutti gli autori dei capitoli che hanno dedicato il loro tempo a questo progetto. Allo stesso modo vogliamo ringraziare tutto lo staff della Cambridge University Press che ha lavorato perché questo libro venisse alla luce. In particolare, Stephen Acerra ci ha aiutato a dare forma a tutti i libri di questa collana, e Rowan Groat ha portato a compimento questo in particolare. Reshma Xavier ha coordinato le fasi finali della produzione, e Sara Brunton è stata un'eccellente copyeditor. Infine, Scott O. Lilienfeld è stato un pioniere dello scetticismo che ha influenzato questo libro in innumerevoli modi.