

MANUALI E MONOGRAFIE DI PSICOLOGIA GIUNTI

A cura di
Stephen Hupp e Cara L. Santa Maria

LE PSEUDOSCIENZE IN PSICOTERAPIA

UNA GUIDA SCETTICA



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

www.giuntipsy.it

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 Sleigh, Craig P. Polizzzi, Damla Aksen, 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. Loor, Jennifer Battles, Brooke L. Bennett, Brooke L. Whisenhunt e Danae L. Hudson</i> | |
| Capitolo 10 | Insomnia..... | 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 intellettuiva..... | 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 Weller, 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 Aksen, 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, DipClinPsych, 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 Wollen, PhD, dottoranda in Psicologia presso la University of Utah.

Brooke L. Whisenhunt, PhD, professorella 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.