



1st ITACAT Conference
Italian Association of Cognitive Analytic Therapy
Thursday 27th – Saturday 29th June 2019
University of Ferrara, Ferrara, Italy

Terapia Cognitivo Analitica (CAT)

La Cognitive Analytic Therapy (CAT) (Terapia Cognitiva Analitica) è nata negli anni '70 in Inghilterra grazie al lavoro di Anthony Ryle, che l'ha sviluppata al fine di fornire una modalità terapeutica integrata, semplice da praticare, breve (12-24 sedute) ed efficace per i diversi disturbi emozionali afferenti ai servizi di salute mentale pubblici, combinando diverse teorie e tecniche di matrice sia psicomica sia derivata dalla psicologia cognitivista-costruttivista (Ryle, 1991; Ryle, 1997).

La CAT impiega, infatti, un coerente modello dello sviluppo psicologico e della psicopatologia in termini relazionali. Comprende concetti psicoanalitici relativi al conflitto, ai meccanismi di difesa e alle relazioni oggettuali (con particolare riferimento alle teorie di Winnicott) e concetti relativi alla descrizione della formazione del sé secondo Vygotsky (zona di sviluppo prossimale e sviluppo psicosociale) associato al significato formativo del "dialogo" secondo quanto espresso da Bahktin (Ryle e Fawkes, 2007). Sul piano cognitivo la teoria dei costrutti personali di Kelly e il suo lavoro sulle griglie di repertorio viene inserito in maniera equilibrata all'interno della terapia (Ryle e Kerr, 2002).

La CAT è stata ideata inizialmente da Ryle come risposta alle necessità per una zona centrale molto popolata di Londra, dove risultava essere estremamente importante offrire un servizio di cura specifico, focalizzato e di breve durata nel sistema sanitario pubblico. L'aspetto relativo alla democraticità della modalità di accesso e all'uguaglianza del servizio di salute mentale per gli utenti che a questo si rivolgono resta il cuore del modello di intervento. La CAT ha assunto quindi il ruolo di una terapia che integra i pregi di differenti approcci per la gestione dei problemi emotivi delle persone, che può essere usata per la formazione dei servizi (Caruso et al., 2013) in una ottica di linguaggio comune (Pickvance, 2017; Lloyd and Pollard, 2019) e che può trovare spazio nei contesti di ricerca per la valutazione degli esiti (Bateman et al., 2007).

Più recentemente, la CAT è stata sistematizzata a livello teorico e clinico attraverso molti studi di outcome e di confronto con altri modelli terapeutici. La letteratura relativa alla CAT è oggi articolata con trials condotti per il trattamento dei disturbi borderline di personalità (Chanen et al., 2008; Chanen et al., 2009; Clarke et al., 2013) e con applicazioni nei disturbi del comportamento alimentare e dell'umore (Kellet et al., 2018), dello spettro bipolare (Evans et al., 2017) e psicotico (Taylor et al., 2018), nonché in ambito forense (Pollock et al., 2006).

Oltre ad essere molto diffusa nel Regno Unito dove la Associazione nazionale per la CAT è particolarmente attiva (www.acat.me.uk), la CAT è utilizzata nella prassi clinica di routine nel Sistema Sanitario Nazionale inglese ed è inserita all'interno delle linee guida NICE per il trattamento dei disturbi borderline di personalità (Mulder e Chanen, 2013; Ali & Findaly, 2016). La CAT si è largamente diffusa in Finlandia, Irlanda, Australia e Nuova Zelanda e da alcuni anni in altri Paesi tra i quali Spagna, Grecia, Polonia, Italia, Cile e India. Il gruppo delle associazioni nazionali di Terapia Cognitiva Analitica ha dato origine ad una Federazione a valenza internazionale, la International Association of Cognitive Analytic Therapy (ICATA) (<http://internationalcat.org/>), a cui è affiliata la Associazione italiana per la CAT (ITACAT) (www.itacat.org).

Riferimenti bibliografici

Ali S., Findlay C.: A review of NICE guidelines on the management of Borderline Personality Disorder. *Br J Med Pract* 2016;9(1):a909

Bateman AW, Ryle A, Fonagy P, Kerr IB.: Psychotherapy for borderline personality disorder: mentalization based therapy and cognitive analytic therapy compared. *Int Rev Psychiatry*. 2007;19(1):51-62.

Caruso R, Biancosino B, Borghi C, Marmai L, Kerr IB, Grassi L.: Working with the 'difficult' patient: the use of a contextual cognitive-analytic therapy based training in improving team function in a routine psychiatry service setting. *Community Ment Health J*. 2013;49(6):722-7.

Chanen AM, Jackson HJ, McCutcheon LK, Jovev M, Dudgeon P, Yuen HP, Germano D, Nistico H, McDougall E, Weinstein C, Clarkson V, McGorry PD.: Early intervention for adolescents with borderline personality disorder using cognitive analytic therapy: randomised controlled trial. *Br J Psychiatry*. 2008;193(6):477-84.

Chanen AM, Jackson HJ, McCutcheon LK, Jovev M, Dudgeon P, Yuen HP, Germano D, Nistico H, McDougall E, Weinstein C, Clarkson V, McGorry PD. Early intervention for adolescents with borderline personality disorder: quasi-experimental comparison with treatment as usual. *Aust N Z J Psychiatry*. 2009;43(5):397-408

Clarke S, Thomas P, James K.: Cognitive analytic therapy for personality disorder: randomised controlled trial. *Br J Psychiatry*. 2013;202:129-34

Corbridge C., Brummer L., Coid P.: Cognitive Analytic Therapy (Psychotherapy and Counselling Distinctive Features). Routledge, New York 2018

Evans M, Kellett S, Heyland S, Hall J, Majid S.: Cognitive Analytic Therapy for Bipolar Disorder: A Pilot Randomized Controlled Trial. *Clin Psychol Psychother*. 2017;24(1):22-35.

Kellett S, Stockton C, Marshall H, Hall J, Jennings C, Delgadillo J.: Efficacy of narrative reformulation during cognitive analytic therapy for depression: Randomized dismantling trial. *J Affect Disord*. 2018 15;239:37-4

Lloyd J., Pollard R.: Cognitive Analytic Therapy and the Politics of Mental Health. Routledge,, New York 2019

Mulder R, Chanen AM.: Effectiveness of cognitive analytic therapy for personality disorders. *Br J Psychiatry*. 2013;202:89-90.

Pickvance D.: Cognitive Analytic Supervision. A relational approach, Routledge, New York 2017

Pollock P., Stowell-Smith M., Gopert M. Cognitive Analytic Therapy for Offenders: A New Approach to Forensic Psychotherapy. Routledge, New York, 2006

Ryle A.,Kerr I.B.: Introducing Cognitive Analytic Therapy: Principles and Practice, Wiley, Chichester, 2002 (Tr Italiana Terapia cognitivo-analitica. Teoria e pratica, Laterza, Bari, 2004)

Ryle A.: Cognitive Analytic Therapy of Borderline: The Model and the Method, Wiley, Chichester, 1997

Ryle A.: Cognitive-analytic Therapy - Active Participation in Change: New Integration in Brief Psychotherapy. Wiley, Chichester, 1991

Ryle A.: The contribution of cognitive analytic therapy to the treatment of borderline personality disorder. *J Pers Disord*. 2004;18(1):3-35.

Ryle A., Fawkes L.: Multiplicity of selves and others: cognitive analytic therapy. *J Clin Psychol*. 2007;63(2):165-74.

Taylor PJ, Perry A, Hutton P, Tan R, Fisher N, Focone C, Griffiths D, Seddon C. Cognitive Analytic Therapy for psychosis: A case series. *Psychol Psychother*. 2018 May 2. doi: 10.1111/papt.12183