

Anderson, R. E., Gesser, N., Welk, V.-J., Tom, K., & Holmes, S. C. (2025). Promoting recovery and prevention simultaneously through peer providers to reduce the impact of childhood sexual abuse: Acceptability, feasibility, and fidelity of an integrated intervention model. *Psychotherapy*, 62(3), 363–375. <https://doi.org/10.1037/pst0000571> EST

L'abuso sessuale infantile (CSA) colpisce circa il 30% dei bambini americani a cui è stato assegnato il sesso femminile alla nascita. Il CSA ha spesso un impatto negativo sui sopravvissuti, portando a una salute mentale peggiore e a un aumento del rischio di successive vittimizzazioni sessuali. Il presente studio pilota si proponeva di esaminare l'accettabilità, la fattibilità e la fedeltà di un modello di intervento di **gruppo online**, una tantum e facilitato da pari, per promuovere simultaneamente il recupero e prevenire ulteriori vittimizzazioni.

Abbiamo sviluppato un modello di intervento breve attingendo a componenti di protocolli precedentemente testati: scrittura espressiva (Crawley et al., 2018; Pennebaker, 1997) e una tecnica di Terapia Dialettico-Comportamentale (DBT) per rifiutare richieste indesiderate (Rathus et al., 2015).

La scrittura espressiva, ovvero una pratica di scrittura focalizzata sulle emozioni e sull'impatto di eventi stressanti, svolta per un breve periodo di tempo (15-20 minuti) in giorni consecutivi, ha ripetutamente dimostrato di ridurre il disagio psicologico in un'ampia gamma di caratteristiche individuali (ad esempio, genere, etnia, altre identità), fattori di stress e risultati (ad esempio, ansia, depressione, sintomi di PTSD). Uno studio su donne che hanno subito abusi sessuali infantili ha rilevato che cinque sessioni di scrittura espressiva hanno migliorato la depressione e il PTSD. Essendo un intervento relativamente semplice da somministrare, la scrittura espressiva è una tecnica efficace e mirata a ridurre i rischi di rivittimizzazione collegati a manifestare sintomi di malessere mentale.

Inoltre, abbiamo scelto l'abilità DEAR MAN4, utilizzata per rifiutare richieste indesiderate, derivata dalla DBT. La DBT è un metodo empiricamente validato per migliorare le abilità interpersonali, ed è stata sviluppata specificamente con i sopravvissuti ad abusi sessuali infantili. DEAR MAN insegna agli individui ad affermare i propri bisogni e a persistere in modo appropriato nonostante la possibile resistenza al loro "no" dichiarato o al proprio disagio. DEAR MAN mira quindi a un secondo meccanismo ipotizzato di rivittimizzazione: un deficit evolutivo nelle abilità interpersonali, in particolare nella gestione dei conflitti e delle minacce. DEAR MAN è coerente con le competenze insegnate negli interventi di riduzione del rischio più efficaci, che sottolineano l'importanza di comunicare il rifiuto il prima possibile, in modo persistente se necessario, e di intensificare il rifiuto se le minacce persistono.

Studenti universitari sono stati formati come facilitatori. Abbiamo condotto sessioni di gruppo online tramite Zoom con un numero di partecipanti variabile da tre a sette per gruppo ($n = 40$ in $k = 10$ gruppi). I partecipanti erano donne (95,7%) o persone non binarie a cui è stato assegnato il sesso femminile alla nascita (4,3%) di età compresa tra 17 e 30 anni che avevano subito un CSA.

Sono stati intervistati prima e dopo l'intervento in merito all'accettabilità. Qualitativamente, il feedback sull'intervento di gruppo è stato molto positivo. Quantitativamente, i partecipanti hanno riferito di sentirsi più a loro agio nel chiedere a qualcuno di interrompere le avances sessuali ($M = 4,32/5,0$), hanno espresso il desiderio di continuare a utilizzare le competenze apprese ($M = 4,56/5,0$) e si sono sentiti a proprio agio nel collaborare con i pari ($M = 4,63/5,0$). Dal punto di vista della fattibilità per i partecipanti, il 100% di essi ha riferito di aver messo in pratica le competenze acquisite dopo l'intervento durante il follow-up di una settimana. Il punteggio medio di fedeltà, dicotomico, è stato dell'84,9%.

I nostri risultati supportano le promesse di questo modello di intervento innovativo, potenzialmente rivoluzionario. Questo studio combina le conoscenze derivanti dalla psicoterapia e dalla ricerca sugli interventi di riduzione del rischio per dimostrare come le tecniche di entrambi gli ambiti possano essere integrate in modo economico, scalabile e al contempo accettabile, al fine di raggiungere un maggior numero di persone bisognose e soddisfare un numero maggiore di tali esigenze.

Combinare simultaneamente il recupero attraverso la scrittura espressiva e la prevenzione tramite la DBT è possibile e, anzi, necessario nell'attuale contesto di accesso limitato e ineguale alle cure.

Siamo rimasti piacevolmente sorpresi dal fatto che così tanti partecipanti emarginati abbiano aderito allo studio e abbiano trovato l'intervento non solo accettabile, ma spesso anche significativo. Forse la natura unica di un intervento online, condotto da pari e unico nel suo genere, è particolarmente attraente per le esigenze dei sopravvissuti ad abusi sessuali infantili appartenenti a minoranze. Ciò fornisce ulteriore supporto agli interventi condotti da pari per migliorare l'accesso all'assistenza sanitaria e suggerisce la necessità di ricerche politiche per promuovere una formazione sicura ed efficace e l'implementazione di operatori non professionisti.

I nostri risultati indicano che un intervento di gruppo online, facilitato dai pari, per migliorare la salute dopo un abuso sessuale infantile è accettabile, fattibile e soddisfa gli standard minimi di fedeltà. Ulteriori sviluppi e perfezionamenti di questo modello di intervento sono giustificati.