

Sara Bui*

Recensione: *Nevroticismo. Un nuovo quadro di riferimento per i disturbi emotivi e il loro trattamento*

di Shannon Sauer-Zavala e David H. Barlow
Simone Cheli (a cura di)
GIOVANNI FIORITI EDITORE, Roma, 2025

Nevroticismo. Un nuovo quadro di riferimento per i disturbi emotivi e il loro trattamento è l'edizione italiana, a cura di Simone Cheli per Giovanni Fioriti Editore, del libro *Neuroticism: a new framework for emotional disorders and their treatment* di Shannon Sauer-Zavala e David H. Barlow.

Il libro si pone al centro del dibattito tra prospettiva categoriale e dimensionale, proponendo l'utilità di un approccio transdiagnostico che, nello specifico, individua nel nevroticismo il fattore centrale sia per la concettualizzazione sia per il trattamento di un'ampia gamma di disturbi. Gli autori propongono infatti una prospettiva più ampia, nella quale superare gli approcci descrittivi sia a livello categoriale che dimensionale, per adottare il loro modello funzionale, in accordo al quale andare ad individuare i vari tratti alla base della sintomatologia presentata dai pazienti.

Comprendere l'origine del mondo emotivo dell'individuo è da millenni un tema fondamentale, se pensiamo che una delle prime teorie sviluppate a tal proposito è quella dei quattro umori di Galeno. Nel corso degli anni, molti autori e molte teorie hanno fatto riferimento a quella che potrebbe essere definita, in termini generali, la predisposizione al *distress*, denominandola in modo sempre diverso. Internalizzazione, affettività negativa, inibizione comportamentale, nevroticismo sono solo alcune delle etichette attribuite a questo fattore che può essere considerato come un vero e proprio tratto. Parallelamente è stato portato avanti lo studio sui disturbi di personalità, nel tentativo di comprenderne le origini e le varie manifestazioni. Sono così nati i vari manuali diagnostici, con l'obiettivo di descrivere la sintomatologia presentata dai pazienti e raggrupparla in disturbi apparentemente

*Università di Firenze, Tages Onlus, Firenze, Italia. E-mail: sarabui89@yahoo.it

diversi tra loro. Come sottolineano i due autori, anche se per molto tempo lo studio dei disturbi emotivi e quello dei disturbi di personalità sono stati condotti in modo indipendente l'uno dall'altro, alla luce delle nuove evidenze appare sempre più chiara la loro interconnessione. Infatti, alla base dei disturbi emotivi è possibile rintracciare dei modelli relativamente stabili di temperamento, come per esempio il nevroticismo.

Il nevroticismo viene definito da Sauer-Zavala e Barlow come “la tendenza a provare emozioni negative insieme alla percezione che il mondo sia un luogo minaccioso che non può essere gestito” (p. 23). Tale definizione, a dire la verità, non è del tutto nuova se consideriamo che già in passato Barlow e colleghi (2014) non solo parlavano di emozioni negative come macro-categoria che comprendeva ansia, paura, senso di colpa, tristezza e rabbia, ma si riferivano anche al concetto di nevroticismo, intendendolo come l'emergere di emozioni negative in risposta a fattori scatenanti che potevano essere sia interni che esterni.

Approfondendo tale fattore, nel libro ne viene spiegata anche l'origine, facendo riferimento alla teoria della tripla vulnerabilità di Barlow (1991), in base alla quale il nevroticismo deriverebbe da tre vulnerabilità distinte ma interagenti tra loro. Nello specifico: una vulnerabilità biologica generale ed ereditaria, una vulnerabilità psicologica generale e una vulnerabilità psicologica specifica. Mentre la vulnerabilità psicologica generale riguarda un senso di incontrollabilità e imprevedibilità nei confronti degli eventi di vita e il senso di incapacità di far fronte a conseguenze negative di determinate circostanze, quella specifica ci aiuta a comprendere il motivo per cui potrebbe svilupparsi un determinato disturbo invece di un altro.

Come accennato all'inizio, questo libro non offre solo un'ampia panoramica sul concetto di nevroticismo, ma si pone anche l'ambizioso obiettivo di fornire un modello funzionale che possa andare oltre le criticità sia della prospettiva categoriale che di quella dimensionale ai disturbi di personalità. Nello specifico, l'approccio categoriale è stato lungamente criticato in quanto poneva l'accento principalmente sulle differenze tra i vari quadri sintomatologici, senza prendere in considerazione le similitudini, le affinità e le difficoltà cliniche nel dover trattare quadri specifici difficilmente riscontrabili all'interno della stanza dello psicoterapeuta. D'altro canto, con l'approccio dimensionale, pur superando le criticità appena presentate, resta difficile talvolta tradurre in indicazioni trattamentali specifiche i domini di alto ordine che sono stati individuati. Ad esempio, il Modello Alternativo per i Disturbi di Personalità (AMPD) del Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali, quinta edizione (DSM-5), identifica il nevroticismo come un tratto di personalità (American Psychiatric Association, 2013), ma non chiarisce cosa significhi nello specifico andare ad intervenire su questo tratto. L'identificazione, quindi, di meccanismi funzionali intermedi, come proposto dagli autori, potrebbe aiutare i clinici nello sviluppo di protocolli

di trattamento più fruibili. A tal proposito, dopo aver fornito alcuni dati a sostegno del fatto che il nevroticismo sembri essere più malleabile di quanto si potesse pensare, sia da un punto di vista naturalistico (Roberts & Mroczek, 2008), in quanto con il passare degli anni tende a diminuire, sia in risposta a trattamenti farmacologici o psicologici, gli autori propongono dei trattamenti specifici per questo tratto. Tra gli altri, viene approfondito il Protocollo Unificato (UP) per il trattamento transdiagnostico dei disturbi emotivi di Barlow *et al.* del 2011. Tale protocollo, sviluppato nello specifico per il trattamento del nevroticismo, si articola in cinque fasi, con l'obiettivo finale di diminuire le risposte avverse alle emozioni negative, andando così ad agire di conseguenza anche sui comportamenti evitanti. Il risultato finale è una diminuzione sia nell'intensità che nella frequenza delle emozioni negative.

È importante sottolineare che gli autori non intendono considerare il nevroticismo come unico tratto alla base dei disturbi mentali, ma rimarcano l'importanza di considerarlo come uno dei domini di personalità; pertanto, la loro proposta è quella di approfondire anche altri tratti, come per esempio l'estroversione, la quale può essere considerata come la tendenza a provare emozioni positive. Così come il nevroticismo è stato associato a disturbi del cosiddetto quadro internalizzante, l'estroversione è stata associata ad altri quadri sintomatologici, come per esempio la mania (Gruber *et al.*, 2008). A tal proposito, viene evidenziato come l'UP possa non dimostrare la medesima efficacia nel caso in cui venga applicato a quadri sintomatologici diversi e non direttamente riferibili al nevroticismo.

In conclusione, possiamo affermare che il libro appena presentato risulti particolarmente rilevante nel panorama scientifico dei disturbi mentali per vari motivi. Al contrario di quanto si possa pensare soffermandosi sul titolo, gli autori, oltre a presentare una dettagliata disamina sul concetto di nevroticismo, prendendo in considerazione anche l'evoluzione dei termini utilizzati per riferirvisi, offrono una panoramica puntuale sullo sviluppo dei disturbi psicologici a partire dal temperamento e dalla personalità (termini che loro stessi utilizzano come sinonimi). Sauer-Zavala e Barlow, inoltre, propongono con convinzione un nuovo approccio all'inquadramento e al trattamento della psicopatologia e proprio in questo evidenziamo la grande utilità del loro contributo.

BIBLIOGRAFIA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, D.C.: American Psychiatric Association.
- Barlow, D. H. (1991). Disorders of emotions: Clarification, elaboration, and future directions. *Psychological Inquiry*, 2(1), 97-105.
- Barlow, D. H., Ellard, K. K., Fairholme, C., Farchione, T. J., Boisseau, C., Allen, L., & Ehrenreich-May, J. (2011). *Unified Protocol for the Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders: Therapist guide*. Oxford University Press: New York.
- Barlow, D. H., Ellard, K. K., Sauer-Zavala, S., Bullis, J. R., & Carl, J. R. (2014). The origins of neuroticism. *Perspectives on psychological science*, 9(5), 481-496.
- Gruber, J., Johnson, S. L., Oveis, C., & Keltner, D. (2008). Risk for mania and positive emotional responding: Too much of a good thing? *Emotion*, 8(1), 23.
- Roberts, B. W., & Mroczek, D. (2008). Personality trait change in adulthood. *Current Directions in Psychological Science*, 17(1), 31-35.

Conflitto di interessi: l'autore dichiara che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto: 28 novembre 2025.

Accettato: 30 novembre 2025.

Nota dell'editore: tutte le affermazioni espresse in questo articolo sono esclusivamente quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle delle loro organizzazioni affiliate, né quelle dell'editore, dei redattori e dei revisori o di qualsiasi terza parte menzionata. Tutti i materiali (e la loro fonte originale) utilizzati a sostegno delle opinioni degli autori non sono garantiti o avallati dall'editore.

©Copyright: the Author(s), 2025

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2025; XXXVI:1109

doi:10.4081/rp.2025.1109

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.