



Scuola di Psicoterapia Cognitiva s.r.l



Studi Cognitivi s.r.l.



Psicoterapia Cognitiva e Ricerca

Scuole di Specializzazione in Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale

Direttore Scuola di Psicoterapia Cognitiva s.r.l. : Dr Francesco Mancini

Direttore Studi Cognitivi s.r.l.: Dr.ssa Sandra Sassaroli

Direttore Psicoterapia Cognitiva e Ricerca: Dr. Giovanni Maria Ruggiero

CORSO ESPERIENZIALE

ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY & MINDFULNESS

BOLZANO, 9 - 10 MAGGIO 2014

Orario 9.00-13.00/14.00-18.00

**C/O Parkhotel Laurin
Via Laurin 4 - 39100 Bolzano**

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

SPC s.r.l
Viale Castro Pretorio 116 – 00185 Roma
Tel 06/44361288
iscrizioniworkshop@apc.it

[Clicca qui per visionare l'evento sul sito www.apc.it](http://www.apc.it)

PRESENTAZIONE DEL CORSO

La psicoterapia cognitivo-comportamentale è andata evolvendosi negli anni fino a divenire il trattamento di maggiore provata efficacia per diversi disturbi psichiatrici, da molti disturbi di asse I, ad alcuni disturbi di asse II, ma anche a tutta una serie di problemi di rilevanza clinica non specificatamente classificati in sistemi nosografici categoriali (Rector, 2011). Gli sviluppi più recenti della psicoterapia cognitivo comportamentale hanno teso a enfatizzare sempre di più il ruolo centrale del meccanismo di accettazione in psicoterapia, a due differenti livelli: quello degli eventi esterni, e quello degli stati interni, vale a dire emozioni e pensieri (Hayes et al., 2006; Saliani et al., 2011; Perdighe e Mancini, 2008).

Scopo del corso è di far acquisire ai partecipanti, alla luce dei più recenti sviluppi sul trattamento efficace dei disturbi mentali, di alcune strategie fondamentali ai fini dell'accettazione. In particolare saranno presentate le procedure dell'ACT (*Acceptance and Commitment Therapy*, Hayes et al., 2006; Bach & Moran, 2008; Twohig et al., 2006), quali la *defusion*, il contatto con il momento presente e l'accettazione esperienziale.

Inoltre sarà illustrato uno specifico intervento cognitivo, mirato all'accettazione della possibile occorrenza di eventi aversivi (accettazione della minaccia) e di quella di eventi negativi già avvenuti (accettazione della perdita) (Mancini & Barcaccia, 2004; Barcaccia, 2007; Barcaccia, 2008; Bach & Moran, 2008, Mancini & Gragnani, 2005; Perdighe & Mancini, 2010).

Tutti gli interventi saranno proposti in una modalità esperienziale, nella quale ogni partecipante avrà la possibilità di apprendere concretamente la messa in atto della tecnica illustrata, e riceverà un feedback dal conduttore per perfezionarne l'attuazione.

Durante il corso, i partecipanti saranno introdotti anche al modello delle psicoterapie mindfulness-based e svolgeranno esperienze di pratica mindfulness con lo scopo di apprendere in modo diretto abilità quali il decentramento e la disidentificazione dai propri stati e processi mentali, l'accettazione e l'azione impegnata (*committed action*, Hayes, 2006) in un processo di "svuotamento dell'importanza attribuita ai propri pensieri" (Harris, 2011) verso l'esperienza diretta del momento presente. Tra gli obiettivi della psicoterapia mindfulness-based vi è quello di aiutare gli individui a cambiare il proprio rapporto con i propri stati mentali, non intervenendo in modo diretto sui pensieri stessi e sui loro contenuti. A tale riguardo, verranno proposte pratiche esperienziali mutate dall'Acceptance and Commitment Therapy sui sei processi fondamentali alla base dell'impalcatura teorica e tecnica di questo modello di psicoterapia.

Programma

PRIMA GIORNATA

Ore 9.00-13.00

- ACT: breve presentazione del modello teorico.
- Addestramento alle procedure: facilitare la rinuncia ai propri tentativi di soluzione disfunzionali.
- Addestramento alle procedure di defusione.

Ore 14.00-18.00

- Addestramento alle procedure esperienziali di accettazione.
- Addestramento alle procedure per orientare le azioni verso il benessere, anziché verso il problema: valori e azione impegnata.

SECONDA GIORNATA

Ore 9.00– 13.00

- Addestramento alle procedure per promuovere il distanziamento dalle concettualizzazioni del Sé.
- Addestramento alle procedure per stare nel presente e nel contesto.
- La relazione ACT.
- Simulata: esercitazione alla formulazione del caso e trattamento.

Ore 14.00-18.00

- Il Modello Clinico Mindfulness-Based
- Mindfulness & Acceptance and Commitment Therapy
- Pratiche esperienziali

DOCENTI

Dott.ssa Claudia Perdighe: Psicologa e Psicoterapeuta, specialista in terapia cognitivo-comportamentale. Didatta della Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva (SITCC). Didatta delle scuole APC e SPC. Presidente della Società Italiana Psicoterapeuti Cognitivisti (SIPC).

Dott. Andrea Bassanini

Psicologo e Psicoterapeuta, specialista in terapia cognitivo-comportamentali di Terza Ondata. Socio Ordinario della Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva (SITCC). Socio Associato dell'Istituto per l'Applicazione della Mindfulness in Medicina e in Psicoterapia (I AM). Docente delle scuole di specializzazione in Psicoterapia cognitivo-comportamentale Studi Cognitivi e Psicoterapia Cognitiva e Ricerca, Professore a Contratto presso il Dipartimento di Psicologia, Università degli Studi di Milano-Bicocca.

Responsabili dell'evento:

Dott.ssa Claudia Perdighe
Scuola di Psicoterapia Cognitiva
Viale Castro Pretorio 116 – 00185 Roma
e-mail: perdighe@apc.it

Dott. Andrea Bassanini
Studi Cognitivi Milano
Foro Buonaparte, 57 – 20121 Milano
e-mail: a.bassanini@studicognitivi.net

IL CORSO E' RIVOLTO A PSICOLOGI, MEDICI E PSICHIATRI ABILITATI ALLA PSICOTERAPIA

Il corso ha carattere esperienziale e mira a fornire competenze pratiche immediatamente utilizzabili in psicoterapia, pertanto IL NUMERO DEI PARTECIPANTI È LIMITATO AD UN MASSIMO DI 20.

E' PREVISTO L'ACCREDITAMENTO ECM.

COSTI E MODALITÀ D' ISCRIZIONE

Il costo è di euro 350,00 euro iva compresa

Per iscriversi è necessario compilare la scheda online, allegando un breve curriculum entro il 18 aprile 2014.

Entro il 22 aprile 2014 si riceverà comunicazione della propria ammissione al Corso. Laddove gli iscritti superassero il numero massimo di 20, il criterio di selezione sarà l'ordine d'iscrizione.

Per partecipare al Corso si dovrà versare la quota di partecipazione di 350,00 euro iva inclusa entro il 2 maggio 2014.

Il versamento deve avvenire tramite bonifico bancario sul conto della Scuola di Psicoterapia Cognitiva srl, IBAN IT64L0538703202000001606301, specificando nella causale del versamento "ACT E MINDFULNESS BOLZANO".