

Terapia Cognitivo Comportamentale: nuovi approcci

La **finalità** del corso è quella di poter offrire un contesto esperienziale in cui approfondire la conoscenza dell'approccio funzionalista tipico di diversi modelli cognitivi di terza generazione, passando attraverso i concetti di mindfulness e accettazione, viste come strategie per operare il cambiamento e implementare il benessere psicologico. Gli approcci teorici di riferimento prioritari saranno l'Acceptance and Commitment Therapy e la Functional Analytic Psychotherapy, con dei riferimenti alla Self Compassion Focused Therapy e alla Mindfulness Based Cognitive Therapy, in integrazione al modello focale. Spesso osserviamo la naturale tendenza degli esseri umani ad identificarsi con i propri pensieri e le proprie emozioni trasformandoli in fatti concreti. Questo conduce inevitabilmente al desiderio di eliminare o modificare quelle stesse esperienze interne. La conseguenza di questo atteggiamento è l'evitamento esperienziale. Accade così che gli individui, nel tentativo di evitare esperienze interne negative, rinuncino a impegnarsi in azioni finalizzate a perseguire i valori e gli obiettivi personali. Queste restrizioni comportamentali sono spesso automatiche e inconsapevoli e giocano un ruolo fondamentale nel generare condizioni di disagio psicologico. Proposito del corso è quello di approcciarsi a questi concetti anche a partire dalla propria personale esperienza, per poterli meglio comprendere e applicare.

Obiettivo: obiettivo del corso è quello di approcciarsi alla conoscenza e all'utilizzo di alcuni dei più recenti e interessanti modelli di terapia cognitivo comportamentale di terza generazione. Particolare attenzione verrà data inoltre al processo di integrazione di queste conoscenze e abilità con la prospettiva focale.

Metodologia: Il corso prevede un'alternanza tra momenti di approfondimento teorico ed esperienziale.

Programma:

Il passaggio dalla seconda alla terza generazione

Il modello ACT

Il modello FAP

L'utilizzo della matrice in chiave ACT

In ogni lezione verrà favorita la possibilità di esplorare attraverso l'esperienza i concetti teorici approfonditi e l'integrazione con il modello focale.

Docenti: dr.ssa Galbiati Stefania, psicologa, psicoterapeuta specializzata Iserdip

Partecipanti: psicoterapeuti. Minimo 5—Massimo 15 partecipanti.

Date: Il corso è strutturato in 5 incontri (il primo incontro del 22/02/2019 è rivolto solo ad iscritti che **non** hanno conseguito il diploma di specializzazione in psicoterapia presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Breve Integrata Iserdip):

22/02/2019 dalle 9 alle 13

22/03/2019 dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 17

12/04/2019 dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 17

17/05/2019 dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 17

Ultimo incontro da stabilire

Costo del corso:

- € 492.00 per specializzati ISeRDip
- € 702.00 per **non** specializzati ISeRDip

Sede del corso: ISeRDip Via Clerici, 10 Milano

Tel. 0289093326 - Fax. 0289093358

Per Informazioni: 0289093326

Verranno richiesti crediti ECM alla regione Lombardia per Psicologi Psicoterapeuti

Spedire via mail a corsi@iserdip.it
O al numero di fax 02.89093358

SCHEDA DI ISCRIZIONE:

Terapia Cognitivo Comportamentale: nuovi approcci

Nome e cognome _____

Indirizzo _____

Cap _____ Città _____

Luogo e data di nascita _____

Codice Fiscale e Part. Iva _____

Cellulare: _____

E-mail _____

Qualifica psicologo psicoterapeuta

Scuola di specializzazione _____

Quota di partecipazione:

- € 492.00 per specializzati ISeRDip
- € 702.00 per **non** specializzati ISeRDip

L'iscrizione è vincolata dalla ricezione di una mail di conferma da parte di iserdip.

Modalità di pagamento:

Bonifico bancario intestato a ISeRDip Soc. Coop.

IBAN: IT93K055840162100000044761 - specificando il titolo del corso come causale

Assegno bancario non trasferibile intestato a ISeRDip

La Direzione ha facoltà di non attivare il corso qualora non si raggiunga il numero minimo di partecipanti.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi della Legge 196/2003

data

Firma