

Mindfulness per la pratica clinica: La terza onda della terapia cognitiva

IV EDIZIONE 20, 21 e 22 novembre 2015
25 Crediti ECM per psicologi e medici

A partire dalla diffusione del paradigma della mindfulness, la psicoterapia ha sviluppato diverse modalità e protocolli per incorporare la consapevolezza nel processo di cura e promozione del benessere psichico. In particolare, sono stati introdotti nella terapia cognitiva nuovi efficaci strumenti per affrontare disagi molto diffusi, quali **stress, disturbi d'ansia, disturbi ossessivo – compulsivi, disturbi del comportamento alimentare e dipendenze.**

La feconda interazione tra paradigmi teorici che tale integrazione ha implicato ha portato il mondo della psicologia a coniare la definizione di “terza onda della terapia cognitiva”

**DOCENTI: Prof. Tonino Cantelmi, Prof.ssa Maria Beatrice Toro,
Dott.ssa Loredana Vistarini, Dott.ssa Roberta Necci, Dott. Stefano Serafinelli
Prof.ssa Paola De Bartolo, Dott.ssa Debora Cutuli**

CONTENUTI: Attenzione, coscienza, stati mentali. Origini, storia e significato della mindfulness. Psicoeducazione allo stress: il protocollo MBSR. Il sé come contesto e la defusione cognitiva: l'approccio ACT (Acceptance and Committent Therapy). Metodiche per l'identificazione dei valori personali; l'utilizzo delle metafore in setting individuale e di gruppo. Mindfulness per il DOC: l'approccio di Schwartz. Il metodo dei “4 gradini”. Mindfulness interpersonale: la frontiera della relazionalità. Dal concetto di autostima all' auto-accettazione. Rinforzare la dimensione del non giudizio e la validazione dell'esperienza nei disturbi alimentari. Mindful eating.

MODALITA': lezione frontale, presentazione di video, pratica guidata, esercitazioni.

SEDE: Roma – Via Nomentana 257 (zona Villa Torlonia)
presso il Secondo Centro di Terapia Cognitivo Interpersonale
Provider ECM FEDERPSI n. 1959

COSTI

Con ECM	190 euro + IVA
Senza ECM	140 euro + IVA
Specializzandi	90 euro + IVA

ISCRIZIONI: mail a info@duetc.it – tel. 06.99922102
cell. 3316818827

DESTINATARI: Psicologi, Medici, Studenti,
Praticanti e non di mindfulness

