

# ACT e problemi di coppia

Dal punto di vista dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT), **lo sviluppo e il mantenimento della sofferenza, della conflittualità e della distanza emotiva nella coppia ha origine nel controllo rigido e non funzionale e nei comportamenti di evitamento** che ciascun partner attua all'interno della relazione.

Strategie di evitamento comuni includono:

- l'evitare di comunicare con il proprio partner quando in precedenza il dialogo ha portato a litigi o distanza emotiva;
- l'evitare di esprimersi nella propria intimità fisica od emotiva per paura di essere respinti;
- l'evitare attività comuni che potrebbero dare significato alla storia e contribuire a creare ricordi in comune tra i due partner.

L'ACT cerca di indebolire questi processi disfunzionali in modo da ridurre il dolore sporco, ovvero la sofferenza non utile e non necessaria nella coppia, causata dagli sforzi da parte di ciascun partner volti all'evitamento.

Il fine ultimo dell'ACT è di:

- aiutare ciascun componente della coppia a diventare consapevole nel momento presente (mindful) delle risposte cognitive ed emotive che seguono i comportamenti sia del proprio partner che propri all'interno della relazione;
- chiarire i valori che ognuno porta avanti riguardo alla relazione affettiva;
- motivare i due partners a impegnarsi in azioni con modalità che siano in linea con i propri valori, anche in presenza di pensieri o sensazioni non desiderate.

Queste due giornate di formazione sono pensate per i terapeuti che abbiano già una formazione ACT di base e che vogliano integrare il lavoro terapeutico con esercizi focalizzati sulle problematiche relazionali. Le due giornate forniranno un aggiornamento teorico e scientifico su come si interviene sulla coppia, in un'ottica ACT, proponendo ai partecipanti esercizi esperienziali spendibili nella pratica clinica.

## Docenti

**Francesca Scaglia:** psicologo clinico, psicoterapeuta, Socio IESCUM, Segretaria Tesoriere ACT- Italia, Socio Fondatore ACT-Italia.

**Luca Rizzi:** psicologo, psicoterapeuta, sessuologo, docente SEF.

## Metodologia

Il corso prevede l'impiego di una didattica frontale e la sperimentazione di tecniche di intervento, per poterle valutare e conoscere anche su un piano pratico.

## Adesioni e iscrizioni

Il corso è aperto a Psicologi psicoterapeuti o iscritti a una scuola di psicoterapia e a medici fino a un numero massimo di 25 partecipanti. Il costo dell'iscrizione è di 250 euro per i professionisti, 100 euro per gli studenti, 170 per i soci ACT Italia, compresa la quota di iscrizione di 5 euro.

Per iscriversi, inviare la scheda di iscrizione e la ricevuta del bonifico bancario a [l.casetta@psicoterapiafunzionale.it](mailto:l.casetta@psicoterapiafunzionale.it).

Il bonifico va intestato a:

**Associazione Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale - Istituto SIF**  
UNICREDIT BANCA

Filiale di Padova Via San Fermo  
C/C 000100438593

**IBAN IT2250200812101000100438593**

Nella causale del bonifico specificare nome del corso abbreviato (ACT) e cognome del partecipante.

## Programma

5 maggio 2018

09.30 - 11.00 Concettualizzare le problematiche relazionali attraverso i 6 processi dell'ACT

11.00 - 11.15 Pausa

11.15 - 13.00 Setting: come strutturare gli incontri, durata dell'intervento

13.00 - 14.00 Pausa pranzo

14.00 - 16.00 Riconoscere e abbandonare le credenze e gli atteggiamenti inutili sull'amore

16.00 - 16.15 Pausa

16.15 - 18.00 Esercizi per imparare a gestire pensieri e sentimenti dolorosi che ogni tipo di relazione causa

6 maggio 2018

9.30 - 11.00 Far emergere i valori della coppia

11.00 - 11.15 Pausa

11.15 - 13.00 Tradimento, perdono e fiducia

13.00 - 14.00 Pausa pranzo

14.00 - 16.00 Tecniche per trasformare la sofferenza e il dolore del conflitto nell'aver cura e compassione

16.00 - 16.15 Pausa

16.15 - 17.30 Quando il problema è la sessualità

17.30 - 18.00 Confronto tra il Neo-funzionalismo e l'ACT nell'approccio alla coppia

## SCHEDA DI ISCRIZIONE

\*Nome.....  
\*Cognome.....  
\*Data di nascita.....  
\*Luogo di nascita.....  
\*Professione.....

\*Indirizzo di fatturazione:  
Intestatario .....  
via.....n.....  
CAP.....Città.....  
Provincia.....

\*Quota versata: 250 € 170 € 100 €

\*P.iva.....  
\*C.F.....

E-mail (cui sarà spedita la fattura e l'attestato)  
.....  
Cell (per eventuali comunicazioni urgenti)  
.....

Richiedo i crediti ECM: SI NO

Sono interessato a ricevere informazioni sulle attività del  
Centro: SI NO

Autorizzo al trattamento dei miei dati, Ai sensi del **D.Lgs.  
n.196/2003**

Luogo, data .....  
Firma.....

## Associazione CENTRO DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA FUNZIONALE Istituto SIF di Padova

**Il corso ha ottenuto 19,5 crediti ECM per le  
professioni di Psicologi (tutte le discipline),  
Medici (Psichiatri, Neurologi e Neuropsichiatri  
infantili)**

Per informazioni  
contattare lo Sportello informativo:  
dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00  
Tel: 049.7389287  
Fax: 049.723961  
[info@psicoterapiafunzionale.it](mailto:info@psicoterapiafunzionale.it)  
[www.psicoterapiafunzionale.it](http://www.psicoterapiafunzionale.it)

### Come raggiungerci

La sede del corso è in via Vicenza 12/A a Padova ed è  
facilmente raggiungibile con l'autobus 10 dalla  
stazione dei treni o in auto, dal momento che c'è un  
ampio parcheggio limitrofo alla struttura.

In collaborazione con ACT ITALIA, S.I.F.  
"SOCIETÀ ITALIANA DI  
PSICOTERAPIA FUNZIONALE" e con  
S.E.F. "SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA  
FUNZIONALE"



Associazione  
CENTRO DI PSICOLOGIA E  
PSICOTERAPIA FUNZIONALE  
Istituto S.I.F. di Padova

**ACT Italia**  
the Italian Chapter of the Association for  
Contextual Behavioral Science

WORKSHOP AVANZATO  
SULL' ACCEPTANCE & COMMITMENT THERAPY

## ACT e problemi di coppia

Vivere le relazioni con coraggio,  
consapevolezza e vitalità



19,5 crediti ECM

### INFORMAZIONI CORSO



Data: 5-6 maggio 2018



Presso: Associazione Centro di Psicologia e  
Psicoterapia Funzionale – Istituto SIF, via Vicenza  
12/A, Padova



Telefono: 329.2169795



Email: [l.casetta@psicoterapiafunzionale.it](mailto:l.casetta@psicoterapiafunzionale.it)