

WORKSHOP AVANZATO SULL'ACCEPTANCE & COMMITMENT THERAPY: una guida verso la relazione te- rapeutica

L'Acceptance and Commitment Therapy, o ACT è una nuova forma di psicoterapia, con solide basi scientifiche, e fa parte di quella che viene definita la "terza onda" della terapia cognitivo comportamentale (Hayes, 2004).

L'ACT aiuta, attraverso la mindfulness, esercizi esperienziali e metafore, a riportare la persona in una direzione di vita dove ci sono persone e cose importanti per lei, abbandonando la lotta contro il cercare di risolvere problemi irrisolvibili come la sofferenza, l'ansia, il disagio.

Parte fondamentale dell'intervento ACT è la relazione terapeutica, punto riconosciuto, anche in approcci molto diversi tra loro, come fondamentale e allo stesso tempo complesso, poiché riguarda non tanto quello che il terapeuta sa o fa con il paziente, ma riguarda il come sta nel momento presente, dentro la stanza di terapia, col paziente. Il terapeuta infatti porta con sé in seduta anche le proprie difficoltà a stare con sensazioni ed emozioni, le proprie storie, le proprie regole su cosa deve fare un buon terapeuta. Così, quando si presentano in seduta frasi come "Questa terapia non mi sta servendo a nulla..." o "Spiegami perché sono così depressa", lo psicoterapeuta può agganciarsi ad una sua emozione o a un suo pensiero e di conseguenza potrebbe iniziare a muoversi in modo poco flessibile, staccandosi dal paziente e dal momento presente. In questa modalità l'intervento può risultare meno efficace, perdendo l'occasione di usare ciò che emerge nella relazione.

Questo Workshop ACT avanzato vuole offrire ai partecipanti degli strumenti specifici, sia teorici che pratici, per allenarsi a non "abboccare" agli ami che ci portiamo in seduta in modo da essere più presenti e consapevoli nella stanza di terapia, imparando a stare nella

relazione e a usarla nel momento presente in modo mirato ai sei processi ACT. Durante il Workshop i partecipanti lavoreranno principalmente con esercizi di role-playing e a piccoli gruppi su casi clinici o sulle proprie difficoltà.

OBIETTIVI FORMATIVI

- Presentare degli strumenti per la concettualizzazione di un caso secondo l'ACT
- Presentare le caratteristiche per agire in modo ACT in seduta
- Prendere consapevolezza di come le proprie emozioni e i propri pensieri agganciano il terapeuta in seduta
- Allenarsi a riconoscere il proprio mondo interno senza agire nella direzione di controllarlo e rimanendo in contatto col paziente
- Presentare come il centrarsi nel momento presente sia importante per sviluppare la relazione col paziente
- Imparare a mirare la relazione ad un intervento flessibile sui processi ACT
- Proporre delle esercitazioni per creare un intervento ACT personalizzato
- Proporre degli esercizi sull'apprezzare

ADESIONI E ISCRIZIONI

Il corso è aperto a un numero massimo di 25 partecipanti ed è destinato esclusivamente a Medici, Psicoterapeuti e Psicologi iscritti ad una scuola di specializzazione in psicoterapia. Il costo dell'iscrizione è di 200 euro.

Per iscriversi, inviare tramite e-mail a l.casetta@psicoterapiafunzionale.it la scheda di iscrizione e la ricevuta del bonifico bancario.

Il bonifico va intestato a:

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

Filiale di Padova Via Verdi

C/C 000100438593

IBAN IT 28Y02008 12123 000100438593

DOCENTI

Giovanni Zucchi: psicologo clinico, psicoterapeuta, President-elect dell'Associazione ACT Italia.

Laura Casetta: psicologa sperimentale, psicoterapeuta

METODOLOGIA

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

SCHEDA DI ISCRIZIONE

*Nome.....*Cognome.....

*Data di nascita.....

*Luogo di nascita.....

*Residenza: via.....n.....

CAP.....Città.....Provincia.....

Domicilio (se diverso dalla residenza):

via.....n.....

CAP.....Città.....Provincia.....

*Professione.....

*Ente di appartenenza.....

*P.iva.....

*C.F. _____

E-mail.....

Cell.....

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**

Padova, il

Firma.....

PROGRAMMA

SABATO 24 OTTOBRE 2015

Sessione 1 **Le competenze base per sviluppare una relazione terapeutica nell'ACT**

9.30-10.30 "La concettualizzazione del caso nei 6 processi ACT"

10.30 - 11.00 "Problemi più comuni che agganciano il terapeuta durante la seduta"

11.00-11.15 Pausa

11.15-13.00 "Agire in modo ACT per fare ACT"

13.00 - 14.00 Pausa Pranzo

Sessione 2 **Aprirsi: i processi di accettazione e defusione nella relazione**

14.00 - 14.45 "Emozioni e sensazioni difficili per il terapeuta"

14.45-15.15 "Le proprie storie sul buon terapeuta"

16.45 - 17.00 Pausa

17.00 - 18.00 "Convincere, spiegare, discutere, risolvere problemi ed evitare di stare nelle emozioni difficili"

DOMENICA 25 OTTOBRE 2015

Sessione 3 **Centrarsi: la percezione di Sé, degli altri e del momento presente nella relazione**

9.30 - 10.30 "Riconoscere i processi ACT che si mostrano in seduta nel momento presente"

10.00 -11.00 "La mindfulness nella relazione terapeutica"

11.00-12.15 "Esercizi per lavorare attraverso la relazione sui processi ACT nel momento presente"

13.00 - 14.00 Pausa pranzo

Sessione 4 **Impegnarsi: il processo di azione impegnata in direzione dei valori nella relazione**

14.00 - 15.00 "Identificare i valori nella relazione di un terapeuta ACT"

15.00 - 16.30 "Creare esercizi e metafore"

16.30 - 16.45 Pausa

16.45 - 17.30 "Apprezzare"

17.30-18.00 "Il tocco e la relazione: il modello ACT e il modello Funzionale a confronto"

Il corso è organizzato e si terrà presso

**Associazione
Centro di Psicologia e Psicoterapia
Funzionale-Istituto S.I.F. di Padova**
Via Vicenza, 12/a
35138 Padova

PER INFORMAZIONI
CONTATTARE LO SPORTELLINO INFORMATIVO:
dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00
Tel: 049.7389287

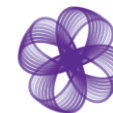
Fax: 049.723961

info@psicoterapiafunzionale.it

www.psicoterapiafunzionale.it

Il corso ha ottenuto **20,4 crediti ECM** per le professioni di: Psicologi (tutte le discipline), Medici (tutte le discipline)

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

In collaborazione con

ACT Italia

the Italian Chapter of the Association for
Contextual Behavioral Science

Workshop avanzato sull'Acceptance & Commitment Therapy

UNA GUIDA VERSO LA RELAZIONE TERAPEUTICA



24 -25 OTTOBRE 2015

DALLE 9.00 ALLE 18.00