

Fare ACT - Acceptance and Commitment Therapy

Workshop teorico ed esperienziale

Livello base e intermedio



Corso ECM per psicologi, psichiatri, neuropsichiatri infantili
20 ECM

15-16 febbraio 2020

9.30 - 17.30

Torino - Studio MAKE

Corso Vittorio Emanuele II - 94

a cura di:

Anna Bianca Prevedini, PhD

Psicoterapeuta, a partire dal 2007 si occupa di ricerca, clinica e formazione nell'ambito dell'ACT e delle scienze contestuali del comportamento, con particolare interesse per le malattie organiche croniche, la genitorialità complessa e la formazione in ambito organizzativo.

Svolge attività privata a Milano ed è consulente presso IESCUM (Istituto Europeo per lo Studio del Comportamento Umano) e CAF onlus.

È attualmente presidente dell'associazione ACT-Italia ed è autrice di articoli e capitoli sull'ACT oltre che curatrice della traduzione italiana di alcuni testi ACT.

L'Acceptance and Commitment Therapy fa parte di un più ampio insieme di psicoterapie cognitivo-comportamentali di terza generazione. L'ACT è sostenuta da solidi dati empirici in molti settori clinici e non.

Il suo modello a esagono descrive i sei processi psicologici chiave per promuovere la flessibilità psicologica e minare la rigidità che ostacola gli esseri umani ad adattarsi alle sfide della vita e a sviluppare un senso di pienezza e soddisfazione nelle proprie esistenze.

Il workshop sarà sia teorico sia esperienziale e fornirà un'introduzione al modello ACT, permettendo ai partecipanti di portare cambiamenti immediati nel proprio modo di vedere la terapia e lavorare con il paziente.

Obiettivi di apprendimento:

- come le basi filosofiche e teoriche dell'ACT fanno la differenza nella vita e nelle azioni del terapeuta: cenni su contestualismo funzionale, analisi funzionale del comportamento e Relational Frame Theory;
- come i processi psicologici alla base del funzionamento di una normale mente umana possono diventare distruttivi e generare sofferenza: il

processo di disperazione creativa;

- i sei processi al cuore dell'ACT;
- individuare durante l'assessment i processi responsabili dell'inflessibilità psicologica;
- strategie esperienziali per:
 - promuovere apertura, curiosità e accettazione verso ciò che temiamo e non vogliamo,
 - ridurre la credibilità dei propri pensieri negativi (senza disputarli!),
 - accedere a e sperimentare un senso di sé trascendentale,
 - connettersi pienamente con ciò che accade dentro e fuori di noi momento dopo momento,
 - riscoprire ciò che per noi è veramente importante e impegnarsi in queste direzioni con azioni concrete e fattibili,
 - promuovere un senso di compassione verso sé e gli altri.

SONO PREVISTE SCONTISTICHE PER COLORO CHI PARTECIPERANNO SIA AL WORKSHOP BASE SIA A QUELLO AVANZATO

Info e iscrizioni:
info@studiomake.it

Evento organizzato da :



Con il patrocinio di: **ACT ITALIA**