

PROFESSIONAL TRAINING IN MBCT PER IL DOC

DOTT. FABRIZIO DIDONNA

Corso condotto dal Dott. Fabrizio Didonna, fondatore del modello terapeutico. Il training è valido per il percorso di conseguimento del titolo internazionale di 'MBCT for OCD Professional Teacher'©



CentroMoses

Formazione ECM



10 - 12 maggio e 14 - 16 giugno 2024
MODALITA' MISTA

MBCT PER IL DOC: RAZIONALE, STRUTTURA E PRINCIPI DI BASE

Il programma di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo-Compulsivo (MBCT per il DOC) è un modello terapeutico validato e manualizzato, il cui manuale di riferimento è già stato tradotto in 5 lingue e la cui edizione italiana è stata pubblicata a nel 2022 per le Edizioni Centro Studi Erickson

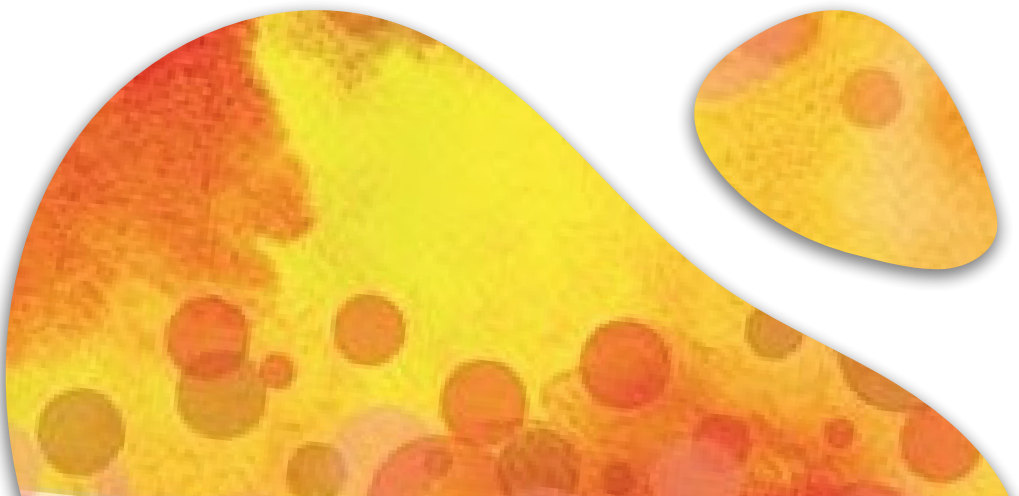


La terapia cognitiva basata sulla mindfulness (MBCT) per il Disturbo Ossessivo Compulsivo è un programma di trattamento innovativo, validato e manualizzato, sviluppato allo scopo di creare un significativo miglioramento clinico e della qualità di vita nelle persone che soffrono di Disturbo Ossessivo Compulsivo. Basato sugli studi scientifici e sull'esperienza clinica del dott. Fabrizio Didonna e documentato nel suo manuale Mindfulness-Based Cognitive Therapy for OCD (New York, Guilford Press, Trad. Ital. Ed. Erickson), il programma integra gli elementi più efficaci della terapia cognitivo-comportamentale con i principi e la pratica della mindfulness e della compassione.

Questo programma terapeutico è il risultato di più di vent'anni di esperienza del fondatore con centinaia di persone affette da Disturbo Ossessivo Compulsivo e di quasi vent'anni di pratica e di insegnamento della meditazione di mindfulness, in particolare riguardante il modello Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness. Il programma Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo è chiaramente derivato e ispirato dal protocollo di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness Compulsivo per la depressione (Segal, Williams e Teasdale), in particolare per quanto riguarda la sua struttura, le finalità generali e diversi esercizi. Tuttavia, il programma di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo ha un rationale e degli obiettivi in parte diversi da quello per la depressione e sono state create molte pratiche, esercizi, temi e materiali originali e specifici, adeguatamente modificati o aggiunti per essere efficaci con questa specifica popolazione clinica.

L'aspetto fondamentale del programma di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo consiste nel far diventare consapevoli i pazienti delle modalità della mente e dei meccanismi cognitivi o di pensiero che caratterizzano il Disturbo Ossessivo Compulsivo, aiutandoli contemporaneamente a sviluppare una nuova e sana relazione con la loro esperienza interna (pensieri, emozioni e sensazioni fisiche). Tramite questo addestramento continuo e intensivo, i pazienti imparano a vedere i pensieri come semplici eventi mentali, innocui e passeggeri, indipendentemente dal loro contenuto e dalla loro carica emotiva. Comprendono che essi non hanno bisogno di essere messi in discussione, modificati o evitati ma vanno semplicemente osservati attraverso una consapevolezza più ampia, decentrata e realistica. Nel corso del tempo e attraverso la pratica durante le sedute e a casa, questo programma terapeutico intensivo ha lo scopo di aiutare le persone affette da Disturbo Ossessivo Compulsivo, passo dopo passo, a riconoscere i meccanismi distorti e disfunzionali specifici e/o generici che attivano e mantengono il loro disturbo, ad apprendere nuove strategie efficaci per sospendere e neutralizzare tali meccanismi e a sviluppare modi stabili e sani per relazionarsi con la propria esperienza interna.

Una parte fondamentale del programma viene svolta a casa al di fuori delle sedute, utilizzando delle tracce audio contenenti esercizi guidati che sostengono e favoriscono lo sviluppo della pratica autonoma da parte dei partecipanti. La pratica a casa richiede circa 1 ora al giorno per 6 giorni alla settimana. In ogni seduta, i partecipanti hanno l'opportunità di condividere le loro esperienze rispetto alla pratica a casa, degli ostacoli o difficoltà che hanno incontrato e di discutere su come affrontarle efficacemente. Ogni incontro è organizzato intorno a uno o più temi considerati cruciali per il cambiamento terapeutico del DOC, che vengono affrontati ed esplorati attraverso un dialogo e una discussione di gruppo e la pratica di mindfulness.



INTRODUZIONE E OBIETTIVI DEL CORSO

IL TRAINING ORGANIZZATO NEL FORMATO ONLINE (PRIMA PARTE) E IN PRESENZA (SECONDA PARTE), FORNISCE LE COMPETENZE NECESSARIE PER IMPLEMENTARE IL PROGRAMMA IN UN SETTING INDIVIDUALE E/O DI GRUPPO E, GRAZIE ALLA DIDATTICA ALTAMENTE ESPERIENZIALE E AI MOMENTI DI LAVORO A COPPIE E IN PICCOLI GRUPPI E DI PRATICA INDIVIDUALE INTENSIVA, È VOLTO A FAVORIRE UNA CRESCITA NON SOLO PROFESSIONALE, MA ANCHE PERSONALE.

DOPO AVER FREQUENTATO QUESTO SEMINARIO, SARAI IN GRADO DI:

- Comprendere i processi e i meccanismi cognitivi che attivano e mantengono il Disturbo Ossessivo Compulsivo.
- Apprendere il programma, gli esercizi e gli interventi terapeutici di base per ciascuna delle 11 sedute del protocollo di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo.
- Raggiungere una chiara comprensione del ruolo centrale della pratica di mindfulness nel facilitare i processi di decentramento, disidentificazione, defusione e autoregolazione delle emozioni.
- Identificare l'importanza dell'accettazione e dell'auto-compassione nel modificare i bias, le credenze e i meccanismi patologici del Disturbo Ossessivo Compulsivo.
- Comprendere e sperimentare le abilità e modalità relazionali e terapeutiche necessarie per condurre le sedute di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo.
- Comprendere l'importanza fondamentale della pratica di mindfulness da parte del clinico all'interno di questo programma terapeutico.
- Sviluppare e/o approfondire la propria pratica meditativa, valorizzando sia le pratiche meditative formali e sia la mindfulness come modo di essere nella vita quotidiana.
- Sviluppare le abilità cliniche e la forma mentis necessarie per facilitare la conduzione dei gruppi di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo, incluso come guidare le meditazioni e facilitare la coesione e il funzionamento del gruppo.
- Acquisire la qualifica per applicare il programma di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo sia in un setting di gruppo e sia individuale.





DOCENTE: DOTT. FABRIZIO DIDONNA

Il Dott. Didonna è Psicologo e Psicoterapeuta di fama internazionale, è considerato tra i massimi esperti mondiali nella terapia del disturbo ossessivo-compulsivo e nelle psicoterapie basate sulla mindfulness. Professore a contratto di Psicologia Clinica presso la Facoltà di Medicina dell'Università di Padova, Visiting Professor alla Jiao Tong University di Shanghai, e Docente all'Università di Barcelona. È il fondatore dell'innovativo modello terapeutico, nonché autore del relativo manuale, Mindfulness-Based Cognitive-Therapy for OCD (2020, Guilford Press-New York, già tradotto in Italiano - Ed. Centro Studi Erickson, 2022 - e in altre 5 lingue)- Terapia Cognitiva basata sulla Mindfulness per il DOC, il primo programma terapeutico validato e manualizzato basato sulla mindfulness per il Disturbo Ossessivo-Compulsivo (www.mbctforocd.com) e già utilizzato da alcuni anni in diversi paesi, quali Cina, Spagna, Messico, Panama, Israele e Italia. È Direttore del Centro Internazionale di MBCT per il DOC con sede a Vicenza. Noto per le sue pubblicazioni e contributi scientifici relativi all'integrazione tra la pratica meditativa di mindfulness e la psicoterapia, ha partecipato in qualità di relatore e chairman a numerosi congressi internazionali e invitato a condurre attività di formazione in diverse università in Italia e all'estero, tra le quali Harvard e Oxford, ed è autore di decine di pubblicazioni scientifiche su libri e riviste nazionali e internazionali. È molto esperto nella cura del trauma psichico e nel 2006 ha pubblicato con Claudia Herbert il libro "Capire e superare il trauma" - Ed. Erickson (nuova ed. 2020). È anche Editor e Autore del libro Clinical Handbook of Mindfulness (2009, Springer Publisher, New York, Manuale Clinico di Mindfulness, Franco Angeli), il primo manuale al mondo sulle applicazioni terapeutiche della meditazione di mindfulness, pubblicato in 5 lingue. È fondatore e Presidente Onorario dell'Istituto Italiano per la Mindfulness (IS.I.MIND) e anche ideatore del programma The Mindful Space-MBCT at Work, che prevede interventi basati sulla mindfulness all'interno delle aziende. Pratica e insegna la meditazione da molti anni e conduce inoltre numerosi seminari clinici, corsi di formazione e training formativi in Italia e in diversi paesi del mondo, tra i quali Stati Uniti, Gran Bretagna, Cina, Israele, Spagna, Messico, Panama, Finlandia, Portogallo e Polonia. È inoltre Direttore Scientifico del Master di Alta Formazione annuale in Mindfulness e sue applicazioni in ambito clinico



PROGRAMMA

IL TRAINING È DIVISO IN DUE PARTI:

la prima parte, teorico-esperienziale, della durata di tre giorni (ven 10 – dom 12 maggio) è rivolta a una chiara concettualizzazione del DOC da un punto di vista fenomenologico e dei meccanismi cognitivi attivanti e di mantenimento del disturbo oltre che alla comprensione del razionale del modello MBCT for OCD e di tutti i contenuti affrontati nel corso delle sedute del programma. Inoltre in questa prima parte i partecipanti faranno esperienza di tutti gli esercizi del programma come se fossero loro stessi i pazienti, per comprendere su di sé gli effetti dei diversi esercizi e pratiche proposte dal protocollo terapeutico.

Diversi video di sedute reali con i pazienti mostreranno inoltre ai partecipanti come condurre le pratiche del programma e la fase di inquiry/discussione che segue ogni pratica condivisa durante i gruppi o le sedute individuali. Al fine di rafforzarne l'apprendimento, durante le settimane di pausa tra la prima e la seconda parte i partecipanti verranno invitati a praticare con regolarità i diversi esercizi del programma.

La seconda parte del training è svolta in presenza in formato di tre giorni (ven 14 – dom 16 giugno). Durante queste giornate i partecipanti sperimenteranno la comprensione e la pratica della conduzione del programma lavorando a coppie o in piccoli gruppi e guidandoli in tutti gli esercizi previsti dal programma.





ALCUNI DETTAGLI



CREDITI ECM

50 CREDITI ECM
PROVIDER ECM CENTRO MOSES N°2786



DESTINATARI

PSICOLOGO, PSICOTERAPEUTA, MEDICO
PSICOTERAPEUTA E MEDICO PSICHIATRA.



DATA E SEDE

10-12 MAGGIO ONLINE
14-16 GIUGNO A MILANO, IN VIA VITRUVIO 38



COSTO

EARLY BIRD (FINO AL 25/03): €650
TARIFFA INTERA: €720
CONSULTA IL NOSTRO SITO PER EVENTUALI SCONTI /
AGEVOLAZIONI

INFORMAZIONI / ISCRIZIONI



0363 343286



SEGRETERIA@CENTRMOSES.IT



WWW.CENTRMOSES.IT

