



**La scuola di formazione in psicoterapia
cognitiva e cognitivo-comportamentale
"STUDI COGNITIVI"**

(Direttore: Sandra Sassaroli)

Riconosciuta dal MIUR con decreto del
23/07/2001

e con il patrocinio della SITCC

(Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva)



**TERAPIA METACOGNITIVA PER I DISTURBI
D'ANSIA E LA DEPRESSIONE**

Due giornate con il **Prof. Adrian Wells**
Professor of Clinical & Experimental
Psychopathology University of Manchester

Milano, 9 e 10 ottobre 2015

La Terapia Metacognitiva (*Metacognitive Therapy* o *MCT*) è una forma di psicoterapia di recente sviluppo che ha introdotto un nuovo modo di concettualizzare e trattare i disturbi psicologici. L'approccio MCT è basato su una teoria introdotta da Adrian Wells e Gerald Matthews (1994) ed è stato applicato inizialmente al trattamento del Disturbo d'Ansia Generalizzata (Wells, 1995, 2000). In seguito la Terapia Metacognitiva è stata estesa a tutti i disturbi d'ansia e alla depressione con numerose evidenze sull'efficacia del trattamento che propone (per una sintesi vedi Norma, van Emmerik e Molina, 2014).

La metacognizione è l'aspetto del funzionamento mentale che controlla i processi attentivi e di pensiero. Molte persone hanno dirette esperienze metacognitive, per esempio quando sono incapaci di ricordare il nome di una persona pur sapendo di conoscerlo. Questo esempio chiarisce come le componenti metacognitive lavorino per informare una persona che un ricordo è immagazzinato da qualche parte nella memoria anche se le persone non sono in grado di ricordarlo. Molte altre aspetti della metacognizione operano al di fuori della nostra coscienza.

Una delle caratteristiche dei disturbi psicologici come ansia e depressione è che il pensiero ripetitivo negativo (nelle forme di rimuginio o ruminazione) viene percepito come difficile da controllare o tendenzialmente produce prospettive distorte della realtà che alimentano stati d'animo negativi. Questa modalità di funzionamento viene definita *Sindrome Cognitivo-Attentiva (cognitive attentional syndrome o CAS)*. La CAS consiste solitamente in rimuginio, ruminazione, fissazione dell'attenzione su stimoli minacciosi e strategie di coping disfunzionali. La CAS è controllata da credenze e regole metacognitive.

La Terapia Metacognitiva ha come obiettivo ridurre questo stile di pensiero, vale a dire rimuovere la CAS, e riportarla sotto il controllo cosciente. La MCT mira ad aiutare i pazienti a sviluppare nuovi modi di reagire ai pensieri negativi attraverso nuovi modi di controllare l'attenzione e modificando regole metacognitive controproducenti. Protocolli di intervento basati sulla teoria metacognitiva sono stati sviluppati per il trattamento dei disturbi d'ansia e della depressione (Wells, 2008).

Il corso presenterà una rassegna della letteratura aggiornata su terapia metacognitiva e un'introduzione alla concettualizzazione del caso e al protocollo di intervento per il trattamento del Disturbo d'Ansia Generalizzata e della Depressione.

DOCENTE

Prof. Adrian Wells, PhD è professore di psicologia clinica presso The University of Manchester. Il suo contributo scientifico si è concentrato sulla comprensione dei meccanismi sottostanti alla vulnerabilità psicologica e nello sviluppo di nuovi trattamenti psicoterapeutici per i disturbi d'ansia e la depressione. In particolare è l'autore di un nuovo approccio terapeutico basato sull'evidenza scientifica che è conosciuto come *Terapia Metacognitiva (MCT)*. Il trattamento metacognitivo per il Disturbo d'Ansia Generalizzata è stato recentemente incluso nelle linee guida internazionali NHS-NICE.



PROGRAMMA

1° giornata 9 Ottobre

9.00 registrazione

9.30 Introduzione alla Terapia Metacognitiva

11.00 Coffee break

11.30 Modello Metacognitivo del Disturbo d'Ansia Generalizzata

13.00 Pausa Pranzo

14.30 Terapia Metacognitiva del Disturbo d'Ansia Generalizzata: concettualizzazione e familiarizzazione

16.00 Coffee break

16.30 Terapia Metacognitiva del Disturbo d'Ansia Generalizzata: tecniche di intervento

18.00 chiusura 1° giornata

2° giornata 10 ottobre

9.00 Modello Metacognitivo della Depressione

10.30 Coffee break

11.00 Terapia Metacognitiva della Depressione: concettualizzazione e familiarizzazione

12.30 Pausa pranzo

14.00 Terapia Metacognitiva della Depressione: tecniche di intervento

15.30 Coffee break

16.00 Terapia Metacognitiva: conclusioni e prove di efficacia

17.30 Verifica apprendimento e compilazione documenti ECM. Chiusura lavori

IL CORSO VERRÀ EFFETTUATO IN LINGUA INGLESE.

COSTO

€ 250 + IVA

€ 150 + IVA per gli studenti delle nostre scuole di specialità in psicoterapia e iscritti SITCC

MODALITÀ D'ISCRIZIONE

Inviare la scheda d'iscrizione al n° fax:

02 87238216 o via e-mail a:

a.tudisco@studicognitivi.net;

attendere nostra conferma telefonica e/o via e-mail per versare il bonifico.

La scadenza per iscrizioni è: 15 settembre 2015

MODALITÀ DI PAGAMENTO

Bonifico bancario intestato a: Studi Cognitivi srl;

Banca d'appoggio: Intesa SanPaolo;

IBAN: IT88G0306909420070285070102;

BIC: BCITITMM300;

Causale: "Workshop Wells Milano" seguito da nome e cognome.

SEDE

Ripa di Porta Ticinese 77, 20143 Milano

PER ULTERIORI INFORMAZIONI

Allison Colton: a.colton@studicognitivi.net

ACCREDITAMENTO ECM

L'evento sarà accreditato ECM per medici e

psicologi dal Provider Qibli srl (ID n. 2007)



Scheda di iscrizione

Nome _____

Cognome _____

Data di nascita _____

Indirizzo _____

Città _____

Nazione _____ C.A.P. _____

C/F _____

P.IVA _____

telefono _____

e-mail _____

Richiedo ECM: Si _____ No _____

Richiedo iscrizione a
/_/Workshop Wells Ottobre 2015

Autorizzo trattamento dati personali in base alla legge
196/2003

Data/...../.....

Firma