

Modulo di preiscrizione

Io sottoscritto/a
richiedo di iscrivermi al corso "La mindfulness e le
sue applicazioni cliniche". 17-18 Ottobre Firenze.
Professione:
Nome:.....
Cognome:
Indirizzo:.....
CAP:Città:Provincia: ...
Tel./ Cell.:Fax:
E-mail:
Codice Fiscale:
P.I.:

Con la presente autorizzo *Scuola Cognitiva Fi-
renze* alla gestione dei dati personali esclusivamente
per scopi connessi alla partecipazione al corso. In
qualsiasi momento potrò avere accesso ai miei dati,
chiederne la modifica o la cancellazione oppure
oppormi al loro utilizzo scrivendo a:
Centro di Cognitivismo Clinico
Via delle Porte Nuove 10
Firenze 50144
DataFirma

Per l'iscrizione va inviato via mail
(info@scuolacognitivafirenze.it) o via fax (055 324
53 57) il presente modulo insieme ai dati sul paga-
mento.
Il pagamento può essere effettuato tramite bonifico
bancario su C/C 1582.17
IBAN: IT 42 T 01030 02852 000000158217

SCF
Scuola Cognitiva Firenze
Via delle Porte Nuove 10
Firenze
Tel 055 324 53 57
Mail: info@scuolacognitivafirenze.it



LA MINDFULNESS E LE SUE APPLICAZIONI CLINICHE

Dr. Fabrizio Didonna



17-18 Ottobre 2009
Firenze

Hotel Michelangelo
Viale Fratelli Rosselli 2

LA MINDFULNESS E LE SUE APPLICAZIONI CLINICHE

La Mindfulness è una modalità mentale, uno stile di pensiero o una *coscienza meta-cognitiva*, in cui i pensieri, le emozioni e le azioni vengono liberate dalla dominazione degli automatici e abituali pattern di elaborazione che attivano e mantengono molti stati disfunzionali, attraverso un progressivo processo di *consapevolezza* e di *decentramento*. I training di mindfulness aiutano i pazienti a ridurre gli effetti degli schemi di pensiero maladattivi attraverso il cambiamento del modo di rapportarsi del paziente con i suoi pensieri, sensazioni ed emozioni e del modo in cui essi vengono elaborati, piuttosto che attraverso il cambiamento nel contenuto delle cognizioni disfunzionali.

Diversi studi di efficacia hanno evidenziato la rilevanza clinica dei training di mindfulness nei confronti di varie patologie psichiatriche. In questo seminario verranno illustrati il rationale di un intervento di mindfulness e l'esperienza clinica dell'autore nella conduzione di gruppi di mindfulness residenziali e ambulatoriali rivolti in particolare a pazienti con depressione maggiore, disturbi d'ansia e disturbo di personalità borderline.

Attraverso vari esercizi ed esperienze di mindfulness, individuali e di gruppo, e con l'aiuto di video di gruppi di mindfulness, sarà possibile raggiungere una più approfondita consapevolezza degli effetti di questa pratica su noi stessi e comprenderne meglio la sua rilevanza e potenzialità cliniche ottenendo quindi le basi per un suo utilizzo nella pratica psicoterapeutica.

Gli obiettivi didattici del seminario sono:

- raggiungere una comprensione del concetto di mindfulness;
- illustrare la teoria e il rationale delle applicazioni cliniche della mindfulness con vari di-

- sturbi sia in un setting ambulatoriale che residenziale;
 - introdurre e insegnare la pratica della Mindfulness attraverso vari esercizi con i partecipanti
- Gli strumenti didattici prevedono l'utilizzo di esercizi esperienziali, presentazione didattica con power point, video o DVD, articoli, schede illustrative ed hand-outs delle diapositive.

Il conduttore del workshop: Fabrizio Didonna

Il Dott. Fabrizio Didonna è Psicologo e Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamentale ed è Presidente e Membro Fondatore dell'IS.I.MIND. Le aree d'interesse principale riguardano il disturbo ossessivo-compulsivo, il disturbo borderline, i disturbi dell'umore e la *Mindfulness-Based Therapy*, campi nei quali si è perfezionato anche con studi approfonditi all'estero. Ha partecipato in qualità di relatore e chairman a numerosi congressi in Italia e all'estero ed è autore di diverse pubblicazioni scientifiche su libri e riviste nazionali e internazionali. Nel 2006 ha pubblicato con Claudia Herbert il libro *“Capire e superare il trauma”* – Ed. Erickson ed è Editor e Autore del libro *“Clinical Handbook of Mindfulness”* (2008) – Springer, New York, il primo manuale sulle applicazioni cliniche delle prospettive basate sulla mindfulness. È coordinatore del Servizio per i Disturbi d'Ansia e dell'Umore presso la Casa di Cura Villa Margherita di Arcugnano (VI) dove conduce Gruppi di Mindfulness-Based Cognitive Therapy con i pazienti affetti da Depressione, Disturbi d'Ansia gravi e Disturbo Borderline. Tiene inoltre numerosi seminari clinici, corsi di formazione, training e ritiri formativi di Meditazione di Mindfulness e di MBCT in Italia e in tutta Europa. È Direttore scientifico del Master in Mindfulness-Based Therapy per formare Istruttori di Mindfulness ed è inoltre Vice-Presidente dell'Associazione Italiana Disturbo Ossessivo Compulsivo.

Docente: F. Didonna

Durata: due incontri di otto ore

Date: sabato 17 e domenica 18 Ottobre 2009

Orario: 09.00 – 18.00

Sede: Hotel Michelangelo, Viale Fratelli Rosselli, 2; Firenze

Numero di partecipanti: minimo 10

Costo: 180 (IVA esclusa); 150 euro (IVA esclusa) per studenti, specializzandi e soci SITCC.

E' previsto l'accREDITAMENTO ECM per psicologi e psichiatri

PROGRAMMA

1° giorno:

9.00 - Consegna materiale didattico e introduzione al corso

Esercizio di mindfulness

Discussione di gruppo: condivisione e commenti

TEORIA: concettualizzazione mindfulness e rationale degli interventi basati sulla mindfulness

Esercizio di mindfulness

Discussione in gruppo: condivisione e commenti

TEORIA: applicazioni cliniche, interventi di mindfulness con vari disturbi, studi di efficacia

13.00 - PRANZO

14.00 - Video e discussione

TEORIA: applicazioni cliniche, interventi di mindfulness con vari disturbi studi di efficacia

Video/DVD – Discussione

Esercizio di mindfulness

Discussione in gruppo: condivisione e commenti

2° giorno:

09:00 – Esercizio di mindfulness

Condivisione e commenti

Aspetti teorici finali: utilizzo della mindfulness in un setting residenziale

Esercizio di mindfulness

Discussione in gruppo: condivisione e commenti

DVD gruppo mindfulness e discussione

13:00 – PRANZO

14:00 - Mindfulness of the breath and the body, sounds and thoughts

Discussione in gruppo: condivisione e commenti

DVD gruppo mindfulness e discussione

Meditazione conclusiva

18:00 - Conclusione del corso

Il programma potrebbe subire variazioni a discrezione del didatta