

**40 CREDITI ECM**

4A EDIZIONE IN ITALIA

# MINDFULNESS - BASED COGNITIVE THERAPY PER IL DISTURBO OSSESSIVO COMPULSIVO

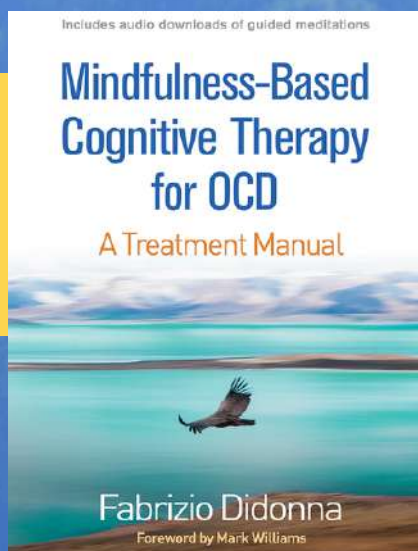


**07 - 08 - 09 - 10 - 11 Luglio**

## 5-DAY PROFESSIONAL TRAINING

CONDOTTO DAL DOTT.  
FABRIZIO DIDONNA

**BARZA, ISPRA - VA**



**OTTIENI IL TITOLO DI PROFESSIONAL  
TRAINING TEACHER IN MINDFULNESS-  
BASED COGNITIVE THERAPY (MBCT)  
FOR OCD**





## 5-DAY PROFESSIONAL TRAINING CON FABRIZIO DIDONNA

07 - 08 - 09 - 10 - 11 LUGLIO

### MINDFULNESS-BASED COGNITIVE THERAPY (MBCT) PER IL DOC

Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT) for OCD - La Terapia Cognitiva basata sulla Mindfulness per il DOC è un innovativo programma di trattamento, standardizzato e manualizzato in 11 sedute, progettato al fine di creare un significativo miglioramento clinico e della qualità di vita in persone che soffrono di Disturbo Ossessivo-Compulsivo. Il fulcro del programma è lo sviluppo del sentimento di fiducia, di cui le persone affette da DOC sono altamente deficitarie, che si fonda sulla consapevolezza meditativa praticata in modo sostenuto. Basato sulla ventennale ricerca ed esperienza clinica del Prof. Fabrizio Didonna e documentato nel manuale a sua firma "Mindfulness Based Cognitive Therapy for Obsessive Compulsive Disorder", (Guilford Press 2020), il programma integra strumenti della terapia cognitiva con i principi e le pratiche della meditazione di consapevolezza (mindfulness meditation) e della self-compassion. Sebbene il programma MBCT for OCD derivi dalla MBCT per il trattamento della depressione, esso prevede un rationale sostanzialmente diverso e contiene numerose pratiche originali, così come esercizi, temi e materiali specificatamente pensati per adattarsi al lavoro con questa specifica popolazione clinica. Il cuore della MBCT per il DOC consiste nel rendere consapevoli i pazienti delle modalità e dei meccanismi mentali che alimentano il disturbo, aiutandoli al contempo a modificare attivamente tali meccanismi e a coltivare e sviluppare un modo nuovo di entrare in relazione con i loro stati interni. Grazie al programma, i pazienti imparano a considerare i pensieri come eventi mentali innocui e passeggeri che accadono nella mente, indipendentemente dal loro contenuto o dalla specifica carica emotiva.

### TRAINING

Questo training è organizzato nel formato di ritiro residenziale intensivo ed è altamente esperienziale. Questa particolare modalità permette ai partecipanti di sperimentare, non solo l'apprendimento di competenze operative direttamente spendibili nel contesto professionale, ma anche un percorso di crescita personale e relazionale. I corsisti, infatti, avranno occasione di riscoprire un rapporto di profonda intimità e connessione con se stessi, ma anche sviluppare una intensa e costruttiva interattività ed empatica comunicazione all'interno del gruppo.

Il conduttore del training sarà Fabrizio Didonna, psicologo e psicoterapeuta, istruttore di mindfulness e retreat leader di fama internazionale. Il programma prevede una modalità didattica mista e altamente partecipativa. Tra gli strumenti didattici verranno utilizzati presentazione in power point, esercizi di role-playing, sessioni di lavoro in piccoli gruppi, visione di video di sedute di gruppo che mostreranno l'applicazione reale del protocollo. Ci saranno inoltre momenti quotidiani di pratica meditativa statica e in movimento e importanti periodi di silenzio. Durante il training verranno trattati in dettaglio i contenuti e i programmi di ciascuna seduta del programma e verranno fornite descrizioni delle sedute, degli esercizi e il materiale da consegnare ai pazienti.

## DESTINATARI

Evento aperto alle seguenti professioni: **Psicologo, Psicoterapeuta, Medico Psicoterapeuta e Medico Psichiatra.**

## ECM

Spazio IRIS è società scientifica e provider per l'accreditamento di eventi ECM nazionali e riconoscerà **40 crediti ECM** a favore delle professioni interessate.

## SEDE

Il training si svolgerà presso **Casa Don Guanella di Barza d'Ispra (VA)** Via Don Guanella, 43.



I partecipanti alloggeranno in **camera singola privata** e consumeranno tutti i pasti nella sede del training

# OTTIENI IL TITOLO DI **PROFESSIONAL TRAINING TEACHER** IN MINDFULNESS-BASED COGNITIVE THERAPY (MBCT) FOR OCD

## OBIETTIVI FORMATIVI

- Comprendere il Disturbo Ossessivo-Compulsivo e i processi cognitivi che lo attivano e lo mantengono.
- Conoscere e imparare ad applicare il protocollo MBCT per il DOC: esercitazioni sulle attività terapeutiche centrali per ognuna delle undici sessioni di gruppo previste dal programma.
- Riflettere sul ruolo fondamentale della pratica di mindfulness nel facilitare i processi di defusione, decentramento e autoregolazione emotiva.
- Analizzare la rilevanza clinica dell'accettazione, dell'auto-compagnione e della fiducia come dimensioni cruciali su cui intervenire per modificare meccanismi e biases cognitivi disfunzionali nei pazienti con DOC.
- Riflettere e confrontarsi sulle abilità cliniche, sullo stile relazionale e sulle modalità di conduzione più adeguati a condurre gruppi MBCT per il DOC.
- Comprendere empiricamente l'importanza cruciale della pratica personale di mindfulness da parte del terapeuta che intende applicare protocolli MBCT nell'attività clinica, con particolare enfasi sulle pratiche meditative formali e sulla mindfulness come modo di essere e come stile di vita.
- Permettere ai partecipanti di fare un'esperienza di esplorazione, autoconoscenza e potenziale cambiamento del proprio modo di relazionarsi con i propri stati interni attraverso una pratica meditativa intensiva.

**IL PROGRAMMA DETTAGLIATO DEL TRAINING SARÀ CONSEGNATO ALL'ARRIVO IN SEDE**

# OTTIENI IL TITOLO DI **PROFESSIONAL TRAINING TEACHER** IN MINDFULNESS-BASED COGNITIVE THERAPY (MBCT) FOR OCD



**07 LUGLIO - ORE 10.30**  
**RITROVO PRESSO LA SEDE DEL TRAINING**



**11 LUGLIO - ORE 15.30**  
**CONCLUSIONE E RITORNO ALLE PROPRIE ABITAZIONI**

## CONDUTTORE DEL TRAINING

**Dott. Fabrizio Didonna**

**Psicologo e psicoterapeuta, Visiting Professor alla Shanghai Jiao Tong University (Cina) e docente alla Universitat de Barcelona (Spagna), fondatore e Presidente Onorario dell'Istituto Italiano per la Mindfulness (IS.I.MIND).** Noto a livello internazionale per le sue pubblicazioni e i 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 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» (Edizioni Erickson, Trento), nel 2009 come Editor e Autore del libro «Clinical Handbook of Mindfulness» (Springer Publisher, New York; Manuale Clinico di Mindfulness, Franco Angeli, Roma), il primo manuale al mondo sulle applicazioni terapeutiche della meditazione di mindfulness, tradotto in 6 lingue e divenuto testo di riferimento nel settore. **Nel 2020 è invece uscito con la Guilford Press di New York il manuale «Mindfulness-Based Cognitive Therapy for OCD», dove viene illustrato il primo programma terapeutico standardizzato e manualizzato basato sulla mindfulness per il Disturbo Ossessivo-Compulsivo.**

Il Prof. Didonna è inoltre **Coordinatore del Servizio per i Disturbi d'Ansia e dell'Umore e del Servizio per il Disturbo Ossessivo Compulsivo presso la Casa di Cura Villa Margherita di Arcugnano (VI)** ed è stato uno dei primi al mondo ad implementare gruppi di Mindfulness con pazienti ospedalizzati affetti da gravi patologie. Pratica ed insegna la meditazione da molti anni e conduce numerosi seminari clinici, corsi di formazione e ritiri di meditazione in Italia e in diversi paesi del mondo tra i quali Stati Uniti (Harvard), Regno Unito (Oxford), Cina, Spagna, Israele, Messico, Panama e diversi altri.

È **Direttore Scientifico del "Master in Mindfulness in ambito Clinico" organizzato da Spazio IRIS e ISIMIND**, nonché curatore, con Simone Cheli, di MindHelp, la prima collana italiana di libri interamente dedicata alla Mindfulness presso la Giovanni Fioriti Editore.



mindful

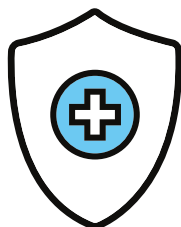
Includes audio downloads of guided meditations

## Mindfulness-Based Cognitive Therapy for OCD

A Treatment Manual



### 5-DAY PROFESSIONAL TRAINING CON FABRIZIO DIDONNA



Per assicurarti un soggiorno in tutta sicurezza, durante il training abbiamo programmato misure extra di igiene e sicurezza: **gel disinfettante** per le mani **disponibile negli alloggi e nelle aree comuni**, procedure di **verifica della salute e della temperatura degli ospiti** prima delle attività comuni, **utilizzo di prodotti chimici efficaci nelle procedure di pulizia e igienizzazione** dei locali, **distanziamento fisico nelle zone comuni** durante le sessioni di pratica e i pasti.

#### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

1. Accedere alla piattaforma sul sito [www.spazioiris.it](http://www.spazioiris.it)
2. Compilare il format d'iscrizione
3. Scegliere il numero di rate e la modalità di pagamento (bonifico o PayPal).

È possibile iscriversi **entro e non oltre il 30 giugno 2021** o fino ad esaurimento dei posti.

Sono disponibili solo **20 posti**.

MAIL - [formazione@spazioiris.it](mailto:formazione@spazioiris.it)

TEL - 02.94.38.28.21

WhatsApp - 392.96.00.97.0

#### COSTI E RATEIZZAZIONI

Il costo del training è di **1.200,00 euro** ed è **comprensivo di quota d'iscrizione, di ECM, di vitto e alloggio in struttura e d'iva**

**La prenotazione è confermata al pagamento della quota d'iscrizione di 100,00 €**

E' possibile rateizzare la quota fino a **due rate** e per venire incontro alle esigenze di ciascun professionista, nelle fasi di iscrizione sarà possibile scegliere la collocazione temporale delle rate.

#### PROMOZIONI E SCONTI

##### Early Bird

Con iscrizione effettuata entro il 20 giugno 2021 potrai usufruire del 10% di sconto per un totale di 1.080,00 euro.

##### Extra Early Bird

Con iscrizione effettuata entro il 30 maggio 2021 potrai usufruire di un extra sconto del 25% per un totale di 900,00 €

Offerta valida per i primi 15 iscritti

##### % cumulabile

Per gli iscritti ad una scuola di specializzazione in psicoterapia, per le iscrizioni di gruppo (minimo 3) è possibile cumulare un ulteriore sconto del 5%.