

Programma

Venerdì 22 febbraio 9-18 (in italiano)

Introduzione alla Cognitivo-Comportamentale
a Bassa Intensità - Prof. Nir Essar:

- Principi teorici e pratici della psicoterapia a bassa intensità
- Accertamento del problema terapeutico e concettualizzazione del caso in vista di un trattamento a bassa intensità
- Elaborazione di un piano terapeutico a bassa intensità autogestito dal paziente, con esercizi e compiti a casa di auto-aiuto e automonitoraggio con diari
- Condivisione con il paziente, monitoraggio e supervisione del trattamento
- Valutazione dell'efficacia

Sabato 23 e Domenica 24 febbraio 9-18 (in inglese)

La Cognitivo-Comportamentale a Bassa Intensità –
Prof. Paul Rijnders:

Il dott. Rijnders esporrà più in dettaglio le 5 fasi del suo trattamento CBT a bassa intensità, descrivendo le linee guida e permettendo agli allievi di eseguire in prima persona queste fasi attraverso *role-playing*. Queste fasi sono:

1: Preparazione: condivisione con il paziente dei principi della CBT a bassa intensità. Lettura guidata del primo capitolo del manuale, esecuzione degli esercizi, compilazione e interpretazione dei questionari;

2: Concettualizzazione del caso: discussione tra paziente e terapeuta dei problemi che portano il

paziente alla terapia; elaborazione di un piano terapeutico;

3: Contratto terapeutico, definizione degli obiettivi e della procedura: in rapporto alle risorse del paziente, questo stadio è attuato quanto più è possibile dal paziente in maniera autonoma seguendo le linee guida psico-educative del manuale;

4: Realizzazione del cambiamento comportamentale: esercizi di apprendimento dell'integrazione sociale, di attivazione comportamentale e di terapia cognitiva. In questo capitolo si spiega anche in che modo il paziente può mettere in atto queste procedure.

Per sabato e domenica sono a disposizione massimo 25 posti

Sede

Centro Fast, Piazzale Morandi, 2 Milano.

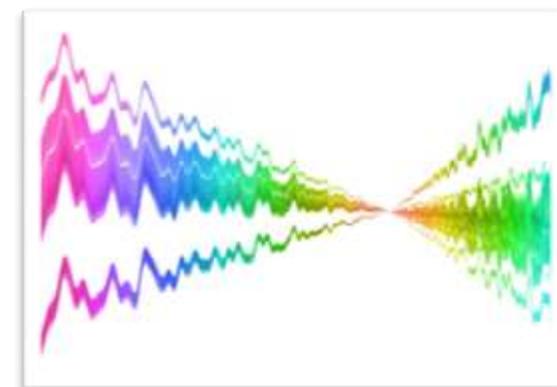


E' in corso l'accreditamento ECM



LA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTALE A BASSA INTENSITÀ

(Low Intensity Cognitive Behavioural
Therapy, LI-CBT)



Milano, 22-24 febbraio 2013

Cos'è la terapia Cognitivo-Comportamentale a Bassa Intensità?

La "Low Intensity CBT" affronta il problema che più della metà delle persone con problemi di salute mentale non riceve l'aiuto di cui ha bisogno, mentre in linea di principio i mezzi ci sarebbero. Il motivo è multifattoriale. L'obiettivo di questa forma flessibile di psicoterapia è contribuire a migliorare l'accessibilità e l'utilizzo dei servizi di salute.

Questo modello breve di intervento viene eseguito come una forma di terapia guidata 'self-help'. Il che significa che paziente e terapeuta si incontrano per non più di un paio di sedute in cui il terapeuta aiuta il paziente a costruire una concettualizzazione praticabile del suo problema e a modellare un piano di trattamento che può essere seguito dal paziente in modo indipendente con il supporto di un manuale. In questa forma di terapia, il terapeuta funziona come una sorta di allenatore.

In media ci vogliono meno di 5 sedute di trattamento per aiutare il paziente a riprendere il controllo dei suoi problemi/sintomi e a sviluppare uno stile di vita più adattivo.

Questo trattamento è particolarmente adatto per la sintomatologia lieve e moderata (espressa come punteggio fino a 90 sulla OQ-45 o massimo 220 sul SCL-90). Essa copre la maggior parte dei pazienti con disturbi mentali. Nel corso di tre sedute, in media, si può ottenere una riduzione significativa dell'OQ-45.

Il trattamento è effettuato con il supporto del manuale di auto-aiuto "Dal sintomo alla soluzione" (Rijnders, Heene e Boone, 2012). La maggior parte del lavoro è affidato in maniera responsabile al paziente. Il manuale

contiene 5 capitoli, ciascuno dedicato a uno stadio del trattamento. Ogni capitolo spiega ciò che è discusso con il paziente nella seduta e ciò che deve essere fatto come esercizio nella situazione problematica e in che modo. Il manuale per il paziente contiene esercizi, che il paziente può utilizzare per avere una visione chiara sul problema, su ciò che si può fare e come raggiungere questo obiettivo.

Il relatori

Prof. Paul Rijnders è Psicologo clinico e Direttore del Centro di Prevenzione e Terapia per la Salute Mentale "Indigo" in Olanda ed è membro dell'Associazione europea per la Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale (EABCT).

Egli pratica e insegna terapia cognitivo comportamentale ed è particolarmente interessato a forme di terapia breve e flessibile applicabile in servizi sanitari pubblici. Ha chiamato questo modello "Low Intensity CBT", ovvero terapia cognitivo comportamentale a bassa intensità.

Dr Nir Essar è Psichiatra e Psicoterapeuta cognitivo e Direttore dell'Istituto di Salute Mentale "Psagot", Ramat-Gan, Tel Aviv, Israele. Membro dell'Associazione europea per la Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale (EABCT).

Si è occupato di disturbo post-traumatico da stress in reduci e civili vittime delle guerre medio-orientali. Lo Psagot Institute diretto dal dott. Nir svolge anche assistenza sociale ed è interessato allo sviluppo di cure psichiatriche facilmente accessibili alla popolazione generale. Per questo il dott. Nir ha importato la terapia cognitiva a bassa intensità di Rijnders in Israele.

Scheda di iscrizione

Nome:
Cognome:
Via:..... n°.....
CAP: Città:
Luogo di nascita:
Data di nascita:
C.F.:
Professione:
Affiliazione:
e.mail:
ECM: si..... / no.....

Quota d'iscrizione

Solo 22 febbraio Prof. Essir	€ 100,00
Solo 23+24 febbraio Prof. Rijnders	€ 200,00
Entrambi (22-24 febbraio)	€ 250,00

Per gli allievi attualmente iscritti alla nostra scuola di specializzazione è previsto uno sconto del 30%

Pagamento da effettuare tramite bonifico bancario intestato a:
Studi Cognitivi
IBAN IT88 G030 6909 4200 7028 5070 102

Inviare la scheda d'iscrizione compilata e una copia del bonifico bancario tramite
fax: 02 87238216
email: milano@studicognitivi.net