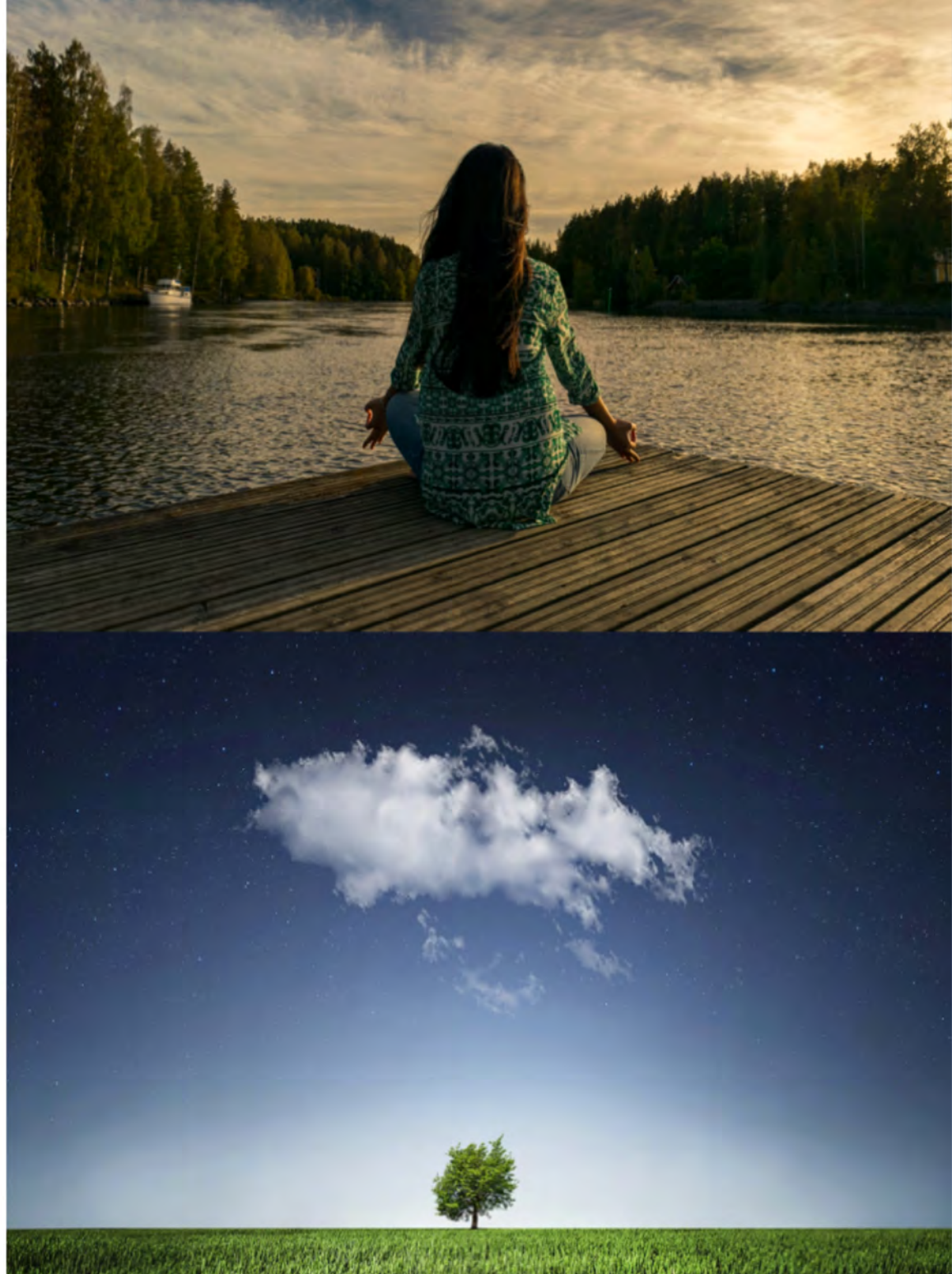


Programma in gruppo di Terapia Cognitiva basata sulla Mindfulness (MBCT) per il Disturbo Osessivo Compulsivo



Informazioni

Per informazioni ed iscrizioni: Dott.ssa Camilla Freccioni
333 3788904 camilla.freccioni@gmail.com

Costi e pagamento: il costo dell'intero percorso è di 500 euro.
L'importo può essere saldato per intero all'inizio del percorso
oppure in due rate di 250 euro ciascuna (al primo e al quarto
incontro)

Serata di presentazione gratuita online: 12 Gennaio 2022 dalle 18
alle 19:30

Inizio del corso: 19 Gennaio 2022 dalle 18 alle 21

Il percorso avverrà online sulla piattaforma Zoom

Conduce la Dott.ssa Freccioni Camilla, Psicologa e Psicoterapeuta
Cognitivo-Comportamentale, Istruttrice di Interventi Basati sulla
Mindfulness

Obiettivi

La Terapia Cognitiva basata sulla Mindfulness per il Disturbo
Osessivo-Compulsivo 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 questo disturbo.
Il fulcro del programma è l'*autoconoscenza*, che si fonda nella
consapevolezza meditativa praticata in modo sostenuto.

Il programma è basato sulla ventennale ricerca ed esperienza
clinica del dott. Fabrizio Didonna (www.mbctforocd.com) ed
integra strumenti di terapia cognitiva con la pratica e
l'applicazione clinica della meditazione di consapevolezza
(mindfulness meditation).

L'efficacia del programma è data dalla pratica quotidiana degli
esercizi che vengono suggeriti tra un incontro e l'altro.

Date e Orari

19, 26 Gennaio dalle 18:00 alle 21:00

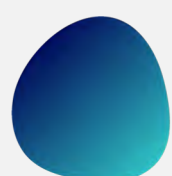
9, 16, 23 Febbraio dalle 18:00 alle 21:00

2 Aprile dalle 9:00 alle 18:00

2 Febbraio dalle 18:00 alle 19:30

2, 9, 16, 23 Marzo dalle 18:00 alle 21:00

CON IL PATROCINIO DI



**SCUOLA COGNITIVA
DI FIRENZE**