

IGEA

Centro Promozione Salute

**Corso: 'Esperto in tecniche per la gestione dell'ansia' - Roma, Pescara, Online**

Roma: per info 085.2405332 - 348.6616421

Pescara: Piazza Duca D'Aosta, 28 - 085.2405332 - 348.6616421

Online: per info 085.2405332 - 348.6616421

[www.igeacps.it](http://www.igeacps.it)

Durata: 38 ore (1 weekend + 20 ore di FAD)

### Obiettivi

Il Corso approfondisce la conoscenza dei **disturbi ansiosi** e del **disturbo ossessivo-compulsivo** nei loro vari aspetti sintomatologici, psicobiologici, cognitivi, metacognitivi, emozionali e comportamentali.

Fornisce **strumenti e indicazioni tecniche di intervento** a carattere *cognitivo comportamentale*.

### Destinatari

Il **Corso: 'Esperto in tecniche per la gestione dell'ansia'** è rivolto a Psicologi e Psicoterapeuti anche in formazione.

### Sedi di svolgimento

**Roma:** Via G. Soria, 13.

**Pescara:** Piazza Duca D'Aosta, 28.

*Il Corso è disponibile anche in modalità e-learning*

### Programma

#### **I MODULO: Caratteristiche cliniche e modelli del cognitivismo sui disturbi d'ansia e il disturbo ossessivo-compulsivo**

*Lezioni FAD:*

- Gli stati emozionali dell'ansia e del panico
- La relazione tra ansia e alessitimia
- Ansia, impotenza appresa e stile esplicativo ottimistico
- Ansia, personalità e temperamento
- Lo stile di personalità di tipo fobico e lo stile di personalità di tipo ossessivo
- Caratterizzazione delle specificità in termini nosografici, sintomatologici, cognitivi e comportamentali del disturbo da attacchi di panico, dell'ansia generalizzata, dell'ansia sociale, delle fobie, dell'ipocondria e dei sottotipi sintomatologici del disturbo ossessivo-compulsivo

*Lezioni in aula:*

- Modelli attuali del cognitivismo clinico dei disturbi d'ansia e del disturbo ossessivo-compulsivo
- Modello metacognitivo dei disturbi d'ansia
- Meccanismi di mantenimento dei disturbi d'ansia
- Approfondimenti sul profilo interno del disturbo da attacchi di panico, dell'ipocondria, dell'ansia sociale e del disturbo ossessivo-compulsivo

#### **II MODULO: Principi base e tecniche di intervento cognitivo comportamentali (lezioni in aula)**

- Assessment: indicazioni tecniche di conduzione del colloquio clinico e analisi degli stati mentali problematici

- La Psicoeducazione
- Le tecniche di rilassamento corporeo: il respiro lento e il rilassamento muscolare
- L'intervento sui contenuti di pensiero: la ristrutturazione cognitiva
- L'intervento sui processi di pensiero: le tecniche metacognitive
- Le tecniche comportamentali: esposizione enterocettiva e in vivo, esposizione con prevenzione della risposta
- La relazione e l'alleanza di lavoro con il paziente ansioso
- Aspetti del trattamento in gruppo secondo il modello di G. Andrews

### **III MODULO: Laboratori esperienziali (lezioni in aula)**

- Discussione in gruppo di casi clinici esemplificativi
- Esercitazioni scritte in piccoli gruppi
- Simulate e role playing di conduzione del colloquio clinico e di applicazione delle tecniche

### **Modalità di iscrizione**

*Per informazioni e iscrizioni* contattare la segreteria ai numeri: 085.2405332, 348.6616421.

### **Attestato**

Al termine del percorso formativo viene rilasciato l'Attestato di ***Esperto in tecniche per la gestione dell'ansia.***