



*Scuola di Specializzazione in Psicoterapia*

[www.studicognitivi.it/mestre](http://www.studicognitivi.it/mestre)

## INCONTRI CON IL COGNITIVISMO

Ingresso libero

Dalle ore 18:00 alle ore 19:30 - Via Mestrina, 6 scala C - **Mestre (VE)**

### Programma 2017

#### **GIOVEDÌ 18 MAGGIO: Ansia e Panico: caratteristiche, meccanismi e interventi efficaci**

*Dr. Simone Del Negro*

Ansia e Panico rappresentano oggi condizioni di sofferenza sempre più diffuse e invalidanti. Analizzeremo le loro caratteristiche principali e i molteplici fattori che ne favoriscono l'insorgenza e il mantenimento. Infine, indicheremo quali sono gli interventi efficaci per contrastarli.

#### **GIOVEDÌ 25 MAGGIO: Antisocialità e trasgressività in adolescenza. Modelli di intervento e prevenzione dei disturbi della condotta**

*Dr.ssa Angela Marangon*

Sempre di più nei contesti educativi e scolastici si parla di bullismo e criminalità giovanile nei termini di difesa della vittima. L'intervento qui riportato inversamente mira a far luce sulle dinamiche su cui si costruiscono le condotte antisociali e sugli interventi di prevenzione attuabili con gli adolescenti trasgressivi.

#### **GIOVEDÌ 1 GIUGNO: Come gestire le preoccupazioni notturne e quotidiane in vista di performance importanti**

*Dr.ssa Lorena Lanza*

Affrontare gli esami della vita è sempre un compito impegnativo, ci si mette in gioco e si spera di essere all'altezza. A volte ci si può sentire assaliti da preoccupazioni che possono disturbare anche il sonno, determinando perdita di concentrazione e lucidità. Da dove partire per evitare di essere travolti da notti agitate e migliorare così le proprie performance?

#### **GIOVEDÌ 8 GIUGNO: La funzione del controllo nella struttura anoressica**

*Dr.ssa Annalisa Da Ros*

Il controllo è una credenza dell'ansia centrale in chi soffre di anoressia. Il controllo sul cibo e sulla forma corporea rappresentano un sintomo che autoalimenta un circolo vizioso dove alla base c'è una bassa autostima. Alto controllo, alto perfezionismo e bassa autostima sono gli ingredienti con i quali si struttura l'identità anoressica.

#### **GIOVEDÌ 15 GIUGNO: La psicoterapia cognitivo-comportamentale**

*Dr.ssa Elisa Vezzi*

Come nasce? Come lavora? Quali gli ambiti di intervento? Efficacia degli interventi? Dopo aver risposto a queste domande, vedremo quali sono gli sviluppi futuri per il clinico, introducendo alcune tecniche di nuova ondata.

#### **GIOVEDÌ 22 GIUGNO: Il pensiero applicato al pensiero**

*Dr.ssa Gloria Mazzonato*

La metacognizione è responsabile di ciò a cui prestiamo attenzione e che giunge alla nostra coscienza. Influenza, inoltre, le nostre valutazioni e determina le strategie che usiamo per regolare i pensieri e le emozioni. Che ruolo ha nel mantenimento e nel rinforzo del disturbo psicologico?

Per informazioni: tel **041.8020936**