

Provider ECM accreditato

agenas.

Provider Standard

ID 3958

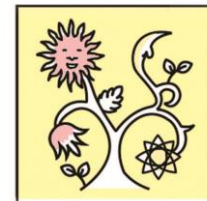
Scuola di Psicoterapia Cognitiva

**SCUOLE DI SPECIALIZZAZIONE  
IN PSICOTERAPIA COGNITIVA**

*Direttore: Prof. Francesco Mancini*

**SEDE DI GROSSETO**

*Responsabile di sede: Dr. Andrea Gragnani*



Scuole di Specializzazione  
in Psicoterapia Cognitiva

**GROSSETO, 22-23-24 NOVEMBRE 2019**



THE  
Compassionate Mind  
FOUNDATION

Training base

# **COMPASSION FOCUSED THERAPY**



Compassionate Mind  
ITALIA

**DOCENTE: Dr. Nicola Petrocchi**

**CORSO RIVOLTO A:**

**SPECIALIZZANDI IN PSICOTERAPIA, PSICOLOGI ABILITATI ALLA PSICOTERAPIA,  
MEDICI PSICOTERAPEUTI, MEDICI PSICHIATRI, MEDICI NEUROPSICHIATRI INFANTILI**

**È PREVISTO L'ACCREDITAMENTO ECM (24 CREDITI)**

**A CONCLUSIONE DEL CORSO SARÀ RILASCIATO  
UN ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE AL TRAINING BASE DI COMPASSION FOCUSED THERAPY**

**SEDE DEL CORSO: SPC - Scuola di Psicoterapia Cognitiva - Via Giovanni Lanza, 26 - Grosseto**

# PRESENTAZIONE

La **Compassion Focused Therapy (CFT)**, in italiano "**Terapia basata sulla Compassione**", è un approccio psicoterapeutico di recente diffusione che fa parte delle Psicoterapie Cognitivo Comportamentali *mindfulness-based*, ovvero della cosiddetta **terza generazione** della CBT.

La **CFT** è stata sviluppata dal Paul Gilbert (2005), professore di psicologia presso l'Università di Derby nel Regno Unito, da anni impegnato nella ricerca scientifica sul senso di colpa, sulla vergogna e sull'autocritica, da egli ritenuti elementi trans-diagnostici di molti disturbi psicologici. Attualmente, infatti, la CFT è utilizzata con successo per il Disturbo Post Traumatico da Stress, le psicosi, i disturbi dell'umore, i disturbi alimentari e il dolore cronico.

La **Compassion Focused Therapy (CFT)** offre una spiegazione della psicopatologia e del suo mantenimento basata sullo sbilanciamento di tre sistemi di regolazione emotiva presenti nel nostro cervello (sistema della minaccia, della ricerca di stimoli, e della connessione e sicurezza - *safeness*). Essa propone un processo di cambiamento (*ribilanciamento dei sistemi emotivi*) che avviene tramite l'attivazione e "*l'allenamento-training*" di un **sistema motivazionale innato (la compassione)** connesso al sistema dell'accudimento. L'attivazione di questo sistema produce un cambiamento nel paziente che spesso non è possibile solo attraverso un intervento diretto sulle sue credenze disfunzionali. Come è noto, infatti, alcuni pazienti, particolarmente autocritici e auto-colpevolizzanti, non migliorano con la **terapia cognitiva standard**: pur comprendendo l'illogicità dei loro pensieri negativi disfunzionali (su di sé, sul mondo o sul futuro), continuano a sentirsi a disagio, a colpevolizzarsi, ad autoaccusarsi.

**Il training base** fornito dal presente corso permetterà ai partecipanti di **comprendere il modello della CFT e integrare le tecniche proposte all'interno della propria pratica psicoterapeutica.**

Il training infatti è a carattere esperienziale: alle fasi di apprendimento frontale, che sia avvale di video e vignette cliniche, si alternano numerosi momenti di role-playing e pratica personale.

# DOCENTE



## **Dr. Nicola Petrocchi**

Psicologo e psicoterapeuta formato all'APC-SPC, ha un dottorato in Psicologia e Neuroscienze sociali alla Sapienza e una visiting scholarship alla Boston University dove ha svolto uno studio sperimentale sulla Loving Kindness Meditation con pazienti depressi. Dopo più di 7 anni di collaborazione e formazione continua con Paul Gilbert (creatore della CFT), ha fondato la Compassionate Mind Italia, l'unica associazione italiana riconosciuta dalla fondazione inglese (Compassionate Mind UK) per la diffusione, ricerca e formazione nella Compassion Focused Therapy (CFT). Nicola è trainer supervisore di CFT sia in contesti Italiani che internazionali, traduttore e curatore del volume di Paul Gilbert Terapia Focalizzata sulla Compassione, caratteristiche distintive, edito dalla Franco Angeli; collabora con Paul Gilbert nella conduzione di corsi di formazione in Italia e Inghilterra, e in numerosi progetti di ricerca che indagano la variabilità inter-battito (HRV) come indice fisiologico dell'attivazione della compassione. È autore di numerosi articoli e capitoli in ambito internazionale (<https://scholar.google.it/citations?user=8bNSWREAAA&hl=it>) e insieme a Paul Gilbert del primo protocollo di gruppo ufficiale di 12 settimane di Compassionate Mind Training attualmente validato in USA, Australia e Germania.

# PROGRAMMA

## VENERDÌ 22 NOVEMBRE 2019

09.00-18.00

- Background filosofico – origini della Compassion Focused therapy
- “Caso clinico: Jane” - Sistemi di elaborazione implicito ed esplicito
- I tre sistemi emotivi della CFT e psicofisiologia: Focus sul sistema di sicurezza e safeness (soothing system: sistema calmante)
- “Prima formulazione del caso”: i tre cerchi – pratica a coppie
- Squilibri dei tre cerchi - Riflessione sulla propria esperienza personale
- I tre cerchi nei vari disturbi psicologici - importanza del “soothing system”
- Origini-funzioni e fisiologia del “soothing system” - importanza della variabilità inter battito (HRV) in psicoterapia
- Come aumentiamo il “soothing system”: introduzione alla progressione delle tecniche del Compassionate Mind Training

# PROGRAMMA

## SABATO 23 NOVEMBRE 2019

09.00-18.00

- Pratiche corporee per attivare il “soothing system”:Modulazione del respiro – tecnica del ritmo del respiro calmante (soothing rythm breathing)
- La compassione come sistema motivazionale (social mentality): l'evoluzione del sistema di accudimento
- Le due “psicologie” della compassione
- I “dati di realtà”in CFT - contemplazione di questi elementi per generare compassione
- Benefici della compassione - studi di Psicofisiologia e neuroscienze
- Struttura del training sulla compassione - video
- Intro alle pratiche immaginative - istruzioni
- Compassione che deriva dagli altri - ricordi
- Creazione del luogo compassionevole
- La figura compassionevole – scritta e immaginata
- La figura compassionevole al lavoro su una nostra ansia
- Studi sulla figura compassionevole

# PROGRAMMA

## DOMENICA 24 NOVEMBRE 2019

09.00-18.00

- Sviluppare il sé compassionevole: tecnica dei ricordi, tecniche di visualizzazione e tecniche teatrali
  - Sviluppare la compassione verso sé stessi: tecnica dei sé multipli
  - Il sé compassionevole a lavoro con i differenti sé - visualizzazione
  - Il sé compassionevole al lavoro con emozioni difficili - visualizzazione
  - Intro all' autocritica – fattore transdiagnostico e importanza in psicoterapia
  - Analisi funzionale dell'autocritica - video
  - Il sé compassionevole al lavoro con l'autocritica - visualizzazione - esperienza a coppie
  - Lettera compassionevole - pratica a coppie
- 
- **ORE 18.00 – 18.30 - QUESTIONARIO ECM**

## **IL CORSO È A NUMERO CHIUSO ED È RIVOLTO A:**

- SPECIALIZZANDI IN PSICOTERAPIA;
- PSICOLOGI ABILITATI ALLA PSICOTERAPIA;
- MEDICI PSICOTERAPEUTI;
- MEDICI PSICHIATRI;
- MEDICI NEUROPSICHIATRI INFANTILI.

## **ECM (24 CREDITI):**

È PREVISTO L' ACCREDITAMENTO ECM PER LE SEGUENTI CATEGORIE PROFESSIONALI:

- PSICOLOGI ABILITATI ALLA PSICOTERAPIA;
- MEDICI PSICOTERAPEUTI,
- MEDICI PSICHIATRI,
- MEDICI NEUROPSICHIATRI INFANTILI.

## **ATTESTAZIONE**

Alla fine del corso verrà rilasciato un **attestato di partecipazione** al Training Base di Compassion Focused Therapy, rilasciato dalla **Compassionate Mind - Italia** ([www.compassionatemind.it](http://www.compassionatemind.it)) e **ricosciuto dalla fondazione inglese Compassionate Mind Foundation**. L'associazione italiana, è direttamente connessa alla Compassionate Mind Foundation (UK), e ha lo scopo di promuovere in Italia la ricerca e la formazione nella Compassion Focused Therapy.

**L'attestato permetterà di accedere ai livelli successivi di formazione in CFT, organizzati sia dall'associazione Italiana che dall'associazione Inglese.**

## **QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

- Il costo è di euro 300,00 + iva (**366,00 euro**).
- È prevista una quota agevolata di euro 250,00 + iva (**305,00 euro**) per specializzandi e specializzati delle nostre scuole APC/SPC/SICC/AIPC/IGB

## **MODALITÀ DI ISCRIZIONE**

Per iscriversi è necessario compilare la scheda online sul nostro sito [www.apc.it](http://www.apc.it) e versare la quota di partecipazione entro il 12 novembre 2019.

Il versamento deve avvenire tramite bonifico bancario sul conto intestato a :

**Scuola di Psicoterapia Cognitiva srl**

Banca Popolare dell'Emilia Romagna

**IBAN IT64L0538703202000001606301**

specificando nella causale "COMPASSION GROSSETO 2019".

**In caso di rinuncia non è previsto il rimborso della quota di partecipazione.**

**SEDE DEL CORSO:** SPC GROSSETO - Scuola di Psicoterapia Cognitiva - Via Giovanni Lanza, 26 - Grosseto

### **SEGRETERIA SCIENTIFICA**

Dr. Nicola Petrocchi- email: [nicola.petrocchi@gmail.com](mailto:nicola.petrocchi@gmail.com)

### **SEGRETERIA ORGANIZZATIVA**

SPC s.r.l. – **Provider ECM Standard ID 3958** - Viale Castro Pretorio, 116 - Roma WEBSITE: [www.apc.it](http://www.apc.it)

Per informazioni: Sig. Pietro Coletti Tel. 06/44361288 - email [iscrizioniworkshop@apc.it](mailto:iscrizioniworkshop@apc.it)