



Scuole di Psicoterapia Cognitiva



SPC



APC



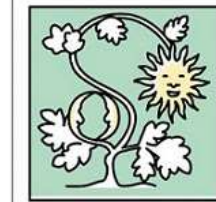
IGB



AIPC



SICC



Provider ECM accreditato

agena.s.

Provider Standard

ID 3958

Scuola di Psicoterapia Cognitiva

Corso ECM online

ASSERTIVITÀ E TRAINING ASSERTIVO: conoscenze e competenze di base per costruire e condurre un training assertivo

Dr.ssa Francesca Baggio; Dr.ssa Teresa Cosentino

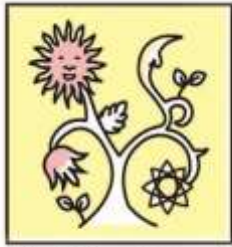
2-3-4 dicembre 2022

orari: venerdì 2 dicembre 14,00 - 18,00; sabato e domenica 3-4 dicembre 09,00 - 18,00

IL WORKSHOP SI SVOLGERÀ IN MODALITÀ ONLINE SU PIATTAFORMA ZOOM

È PREVISTO L'ACCREDITAMENTO DI 30 CREDITI ECM

Info: www.apc.it – iscrizioniworkshop@apc.it - 3473566781



Scuole di Specializzazione
in Psicoterapia Cognitiva

PRESENTAZIONE

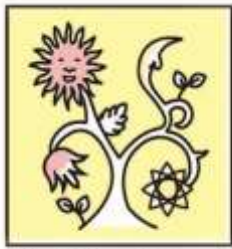
L'assertività è quella competenza relazionale che permette alla persona di riconoscere le proprie emozioni e bisogni e di comunicarli agli altri serenamente, mantenendo, nel contempo, una positiva relazione con gli altri; è la legittima espressione dei propri diritti, interessi, sentimenti e convinzioni evitando la violazione o negazione dei diritti altrui.

Il training assertivo ha l'obiettivo di aiutare la persona a saper esprimere apertamente e serenamente cosa vuole, sente e desidera nei vari contesti della vita quotidiana, riconoscere e difendere i propri diritti nel rispetto di quelli altrui, in ultima analisi, ad avere una vita più in linea con i propri valori. Uno strumento dunque prezioso per promuovere il benessere e migliorare la qualità della vita della persona, in ambito clinico e nella popolazione generale (ad esempio in ambito scolastico, aziendale, sportivo).

Lo scopo della formazione è di **far acquisire ai partecipanti conoscenze e competenze utili a un miglioramento sia del proprio stile interpersonale sia delle proprie skills professionali.** La modalità di lavoro sarà estremamente interattiva e pratica, l'allenamento delle proprie e altrui abilità assertive avverrà attraverso questionari, simulate, attivazioni e giochi, discussioni.

La prima giornata di corso sarà dedicata all'approfondimento teorico e pratico di varie abilità assertive e di modalità per incrementarle negli utenti/pazienti. L'obiettivo sarà **presentare ai partecipanti le diverse abilità assertive, con gli ingredienti cognitivi e comportamentali,** e consentire loro di apprendere gli strumenti e le tecniche per implementarle e potenziarle, attraverso l'allenamento personale, attività e giochi pratici.

Si forniranno ai partecipanti **gli strumenti per progettare un training assertivo.**



Scuole di Specializzazione
in Psicoterapia Cognitiva

DOCENTI

DR.SSA FRANCESCA BAGGIO

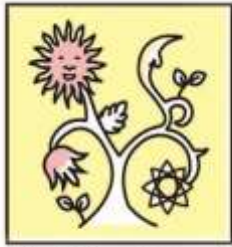
Psicologa e psicoterapeuta,

didatta di training di base per la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva APC ed SPC (Associazione di Psicologia Cognitiva e Scuola di Psicoterapia Cognitiva s.r.l.) sede di Verona e docente di project su abilità sociali, assertività e training assertivo a Verona e Ancona.

DR.SSA TERESA COSENTINO

Psicologa e psicoterapeuta,

conduttrice di project sul Training Assertivo per la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva APC ed SPC (Associazione di Psicologia Cognitiva e Scuola di Psicoterapia Cognitiva s.r.l.), presso le sedi di Roma, Lecce e Napoli.



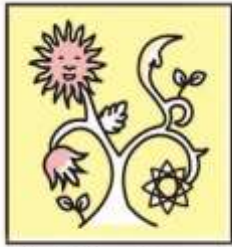
Scuole di Specializzazione
in Psicoterapia Cognitiva

PROGRAMMA

Venerdì 02 dicembre 2022 ore 14,00-18,00

Dr.ssa Francesca Baggio; Dr.ssa Teresa Cosentino

- L'assertività e il Training Assertivo: cenni storici e prove d'efficacia
- I tre stili comunicativi principali, passivo, aggressivo e assertivo, nella componente verbale e non verbale, ingredienti cognitivi e caratteristiche comportamentali
- Condurre l'Assessment dello stile interpersonale, utilizzando test, questionari e il colloquio clinico
- Psicoeducazione: come allenare a riconoscere il proprio e gli altrui stili comunicativi
- Rimuovere gli ostacoli all'assertività e creare la motivazione al cambiamento



Scuole di Specializzazione
in Psicoterapia Cognitiva

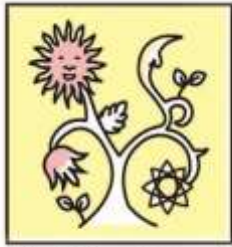
PROGRAMMA

Sabato 03 dicembre 2022 ore 09,00-13,00 / 14,00-18,00

Dr.ssa Francesca Baggio

Implementare un Training Assertivo in un setting di Gruppo

- Progettare un Training Assertivo di gruppo, individuando obiettivi, strategie e tecniche adatte
- Moduli sulle Abilità Assertive:
 - ✓ Esprimere sé stessi, le proprie idee ed emozioni, il riconoscimento dei propri diritti
 - ✓ Saper fare una richiesta La gestione delle richieste e il dire di no
 - ✓ Fare e ricevere una critica
 - ✓ La gestione del disaccordo e del conflitto
- Pausa pranzo
- Costruiamo un training assertivo: lavori di gruppo in cui si costruiranno dei training su utenti/problematiche/focus proposti dai partecipanti e/o dalle docenti
- Supervisione dei lavori di gruppo: i training creati dai vari gruppi saranno commentati assieme



Scuole di Specializzazione
in Psicoterapia Cognitiva

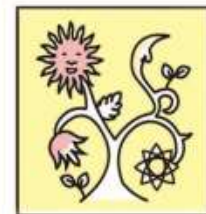
PROGRAMMA

Domenica 04 dicembre 2022 ore 09,00-13,00 / 14,00-18,00

Dr.ssa Teresa Cosentino

Implementare un Training Assertivo in un setting Individuale

- Progettare un Training Assertivo individuale: definire obiettivi, strategie e le tecniche adatte
- Moduli sulle Abilità Assertive:
 - ✓ Esprimere sé stessi, le proprie idee ed emozioni, il riconoscimento dei propri diritti
 - ✓ Saper fare una richiesta La gestione delle richieste e il dire di no
 - ✓ Fare e ricevere una critica
 - ✓ La gestione del disaccordo e del conflitto
- Pausa pranzo
- Costruiamo un Training Assertivo individuale: lavori in piccoli gruppi su casi clinici proposti dalla docente
- Supervisione dei lavori di gruppo: i Training progettati dai vari gruppi saranno commentati assieme



Scuole di Specializzazione
in Psicoterapia Cognitiva

MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

Il corso si svolgerà in modalità online attraverso la piattaforma ZOOM.

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Corso rivolto a Specializzandi in Psicoterapia, Psicologi abilitati alla Psicoterapia, Medici Psicoterapeuti, Medici Psichiatri e Medici Neuropsichiatri Infantili.



È PREVISTO L'ACCREDITAMENTO DI 30 CREDITI ECM

QUOTA E MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- ❖ € 250,00+iva (**€ 305,00**) quota agevolata per iscrizioni **entro il 4 novembre 2022**
- ❖ € 300,00+iva (**€ 366,00**) quota standard per iscrizioni successive al 4 novembre

Per iscriversi è necessario compilare la scheda online e versare contestualmente la quota di partecipazione.

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

Scuola di Psicoterapia Cognitiva srl

IBAN IT87K0538703202000001606300

causale "Assertività Dicembre 2022"

IN CASO DI RINUNCIA NON È PREVISTO IL RIMBORSO DELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE