

Disturbi d'ansia e attacchi di panico: diagnosi e tecniche di intervento

Descrizione

Il corso Disturbi d'ansia e attacchi di panico: diagnosi e tecniche di intervento, FAD sincrono, ossia in diretta web, organizzato dal Centro di Psicologia Clinica e Psicoterapia di Studio Associato RiPsi (Provider standard accreditamento n° 6162), si propone di fornire ai partecipanti le conoscenze di base per effettuare una concettualizzazione dei principali disturbi d'ansia ritenendola il primo tassello fondamentale per affrontare la cura e la gestione delle varie sfaccettature caratteristiche delle problematiche ansiosa. In secondo luogo, si propone di fornire esempi pratici per applicare alcune tecniche di gestione della sintomatologia ansiosa (ad esempio rimuginio, evitamento, pensiero catastrofico). L'ansia è di fatto un elemento molto presente e diffuso nei pazienti, anche quando si è davanti a psicopatologie più complesse e spesso richiede un trattamento a parte e focalizzato per abbassare l'attivazione emotiva del paziente e renderlo più rispondente ad altri interventi terapeutici necessari. I principali riferimenti teorici del presente corso si possono rintracciare all'interno della terapia cognitivo-comportamentale e di differenti integrazioni di nuova generazione che si focalizzano su tecniche che sfruttano la connessione mente e corpo per poter lavorare in modo più esaustivo e completo sulle manifestazioni dell'ansia. Verranno inoltre presentate brevemente alcune tecniche come l'EMDR e la Schema Therapy con l'obiettivo di applicarle al trattamento dei disturbi d'ansia e degli attacchi di panico.

Obiettivo formativo:

18 – Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere.

Calendario

Il corso è strutturato su due sessioni della durata complessiva di 14 ore:

– Sabato 18 e domenica 19 aprile 2026 , dalle ore 9,00 alle ore 17,00 (pausa pranzo)

12,30- 13,30)

Il corso è un FAD sincrono, ossia viene svolto online, in diretta web.

Programma didattico

- I disturbi d'ansia: inquadramento teorico, epidemiologia, eziologia
- Classificazione dei principali disturbi d'ansia e diagnosi differenziale
- Sintomatologia tipica
- Ciclo di mantenimento dell'ansia
- Psicoeducazione utile al paziente
- Strumenti diagnostici per i disturbi d'ansia
- Concettualizzazione dei disturbi d'ansia
- Struttura del Disturbo da Attacco di Panico: la paura della paura
- Livello secondario dell'ABC (ansia e depressione)
- Ansia sociale
- Cenni al Disturbo Ossessivo Compulsivo: i pensieri ossessivi e il dubbio ossessivo
- Disturbo d'Ansia Generalizzato
- Esercitazioni sulle tecniche principali:
 - Inquadramento della struttura del disturbo tramite ABC
 - Catastrofizzazione e tecniche per contenerla
 - Tecniche per gestire la fobia
 - Controllo e accettazione dell'incontrollabilità
 - Tecniche di respirazione
 - Accenni sull'uso dell'EMDR e della Schema Therapy con i disturbi d'ansia
 - Tecniche di gestione del rimuginio
 - Tecniche di gestione dell'evitamento

Docenti e Responsabili Scientifici

Silvia Schiavolin, Psicologa e Psicoterapeuta cognitivo-comportamentale. È insegnante di Mindfulness e Insegnante di 1° livello di MBCT-Mindfulness Based Cognitive Therapy per la depressione; è socia ACT (Associazione Italiana di Acceptance and Commitment Therapy) e CBT Italia (Società Italiana di Psicoterapia Cognitivo Comportamentale) e possiede un master in Neuropsicologia: valutazione, diagnosi e riabilitazione. Lavora in ambito clinico come libero professionista principalmente con utenti di età adulta, conduce gruppi mindfulness e ha un'esperienza decennale come ricercatrice avendo partecipato a diversi progetti nazionali e internazionali in ambito neurologico.

Micaela Fratus, Psicologa, Psicoterapeuta cognitivo-comportamentale (Studi Cognitivi). Si è formata in ipnosi presso Ipnomed ed è terapeuta EMDR. Esercita la libera professione a Milano presso il centro Psymind e a Corbetta presso il Centro Medico Corbetta. È membro dello staff di Relief, primo pronto soccorso psicologico con sede a Milano. Per Ripsi conduce, in associazione ad altri specialisti, il training in EMDR e il corso sulla formazione in ipnosi.

ECM e attestati

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione. È in corso l'accREDITAMENTO ECM (21 crediti).

Destinatari

Sono ammessi al corso: Psicologi, Psicoterapeuti, Psichiatri, Neuropsichiatri infantili. Numero massimo di iscritti: 50 persone. Le iscrizioni termineranno al raggiungimento del numero massimo di partecipanti.