

Progetto: L'evento 6888

Titolo: Fare Act. Una guida pratica per professionisti all'Acceptance and Commitment Therapy

Metodo Didattico:

Il corso di formazione è erogato in modalità FAD asincrona con materiali cartacei. Il manuale verrà spedito ai corsisti

La nuova edizione, aggiornata e ampliata, del primo libro in italiano sull'Acceptance and Commitment Therapy. Scritto da un professionista di livello internazionale, il libro, grazie a una chiara spiegazione dei fondamenti e dei sei processi ACT (e a una vasta gamma di indicazioni e strategie per la pratica clinica), **è lo strumento essenziale per imparare a "FARE ACT"**.

Vogliamo aiutare i nostri pazienti a trovare un modo efficace per alleviare la loro sofferenza e vivere una vita più ricca e appagante?

L'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) ha dimostrato la sua potenza terapeutica in una vasta gamma di situazioni cliniche (**depressione, ansia, stress, dipendenze**, disturbi del **comportamento alimentare**), affrontate tramite l'analisi dei processi di base sintetizzati nel modello dell'*hexaflex*. L'uso innovativo della mindfulness e la focalizzazione sui valori distinguono l'ACT da altre prospettive cliniche della tradizione cognitivo comportamentale. **Fare ACT è una guida pratica completa a questo potente approccio sostenuto da evidenze**: ricca di strumenti, tecniche e strategie, guiderà i professionisti passo dopo passo attraverso l'intero modello ACT in modo coinvolgente e divertente, li aiuterà a comprenderne in modo approfondito la teoria e offrirà una serie di indicazioni e di consigli pratici da utilizzare immediatamente con i pazienti. In questa nuova edizione completamente aggiornata e ampliata sono presenti:

- indicazioni seduta per seduta per fare ACT in modo efficace;
- nuovi capitoli sulla self-compassion, la vergogna, l'esposizione;
- sezioni di "allenamento" e suggerimenti per superare gli "ostacoli della terapia";
- istruzioni per l'uso del nuovo e potente strumento "punto di scelta";
- una ricca serie di script, esercizi, metafore e fogli di lavoro.

Programma:

Durata 25 ore - Corso attivo dal 01/01/2026 al 31/12/2026

Indice

Presentazione all'edizione italiana

Premessa. Il tuo punto di scelta

Cosa c'è di nuovo?

Come usare questo libro

Parte I. Che cos'è l'ACT?

La sfida dell'essere umano

Essere agganciati

"Mindfulness" e altre parole equivoche

Tira fuori il te secchione

Parte II. Come iniziare

Prepararsi per il successo

Qual è il problema?

Da dove inizio?

Parte III. Le cose concrete

Creativa cosa!?

Mollare la lotta

Buttare l'ancora

Nota quel pensiero

Progetto: L'evento 6888

Titolo: Fare Act. Una guida pratica per professionisti all'Acceptance and Commitment Therapy

In profondità nella defusione
Il buffet della defusione
Barriere alla defusione
Foglie, ruscelli, nuvole e cielo
Il "sovraccarico di tecniche" e altri pericoli
Essere presenti
Sostenersi con gentilezza
Sapere ciò che conta
E se niente fosse importante?
Fare quello che serve
Cinquanta sfumature di accettazione
Le emozioni come alleate
Cosa ti blocca?
Il sé che nota
L'esposizione flessibile
La flessibilità cognitiva
Vergogna, rabbia e altre emozioni "problematiche"
Relazioni flessibili
Parte IV. Concludendo
Io e Tu
Una guida rapida su come sbloccarsi
Il viaggio del terapeuta ACT
Ringraziamenti
Appendice A. Risorse
Appendice B. Formazione continua
Appendice C. Ulteriori letture su ACT e RFT
Bibliografia
Gli Autori.

POTREBBERO I

Obiettivi formativi tecnico-professionali

Fare ACT è una guida pratica completa a questo potente approccio sostenuto da evidenze: ricca di strumenti, tecniche e strategie, guiderà i professionisti passo dopo passo attraverso l'intero modello ACT in modo coinvolgente e divertente, li aiuterà a comprenderne in modo approfondito la teoria e offrirà una serie di indicazioni e di consigli pratici da utilizzare immediatamente con i pazienti

Acquisizione competenze tecnico-professionali

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;

Quota di Partecipazione

99

Destinatari e numero di crediti ECM:

Tutte le Professioni

N. Crediti: 25

Progetto: L'evento 6888

Titolo: Fare Act. Una guida pratica per professionisti all'Acceptance and Commitment Therapy

Test valutazione Finale: Questionario ECM a risposta chiusa composto da 75 domande

Responsabile del corso(o responsabile scientifico):

Maria Assunta Giusti

Docenti

Russ Harris

Medico, Psicoterapeuta e Peer Reviewed Trainer ACT, Russ Harris è da sempre interessato agli aspetti psicologici della salute e del benessere degli individui, ed è conosciuto come uno dei pionieri dell'ACT.

Dopo aver usato i principi dell'ACT per lavorare su sé stesso, ora si occupa di formare persone e professionisti della salute mentale di tutto il mondo all'uso delle tecniche dell'ACT per risolvere un'ampia gamma di difficoltà psicologiche e migliorare la qualità della vita.

Autore di numerosi libri tra cui La Trappola della Felicità (2010) e Fare ACT. Una guida pratica per professionisti dell'Acceptance and Commitment Therapy (2021).

Attraverso i suoi libri ha contribuito alla diffusione dell'ACT tra i professionisti ma soprattutto tra i "non addetti ai lavori" e all'affermarsi di questo modello nel trattamento della sofferenza psicologica.

Vive a Melbourne, Australia