

**Progetto: L'evento 6888**

**Titolo: Efficacia emotiva. Un intervento breve per la regolazione delle emozioni che integra ACT e DBT**

**Metodo Didattico:**

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

Il volume presenta un protocollo di intervento che combina tecniche derivate da trattamenti efficaci, focalizzati sulle emozioni e transdiagnostici. Questo programma fornisce al terapeuta strategie concrete per aiutare i pazienti a migliorare la loro consapevolezza emotiva, a utilizzare l'accettazione consapevole, le strategie di coping per regolare le emozioni e a scegliere azioni flessibili e basate sui propri valori. Una lettura obbligatoria per chiunque voglia diventare professionista di regolazione delle emozioni.

**Programma:**

Durata ore 8 Corso attivo dal 1 marzo 2026 al 28/02/2027

**Piano Formativo**

INDICE

Presentazione dell'edizione italiana, di Nicola Maffini	p. 11
1. Terapia dell'efficacia emotiva	p. 13
2. Consapevolezza emotiva	p. 26
3. Accettazione consapevole	p. 40
4. Cavalcare l'onda emotiva	p. 52
5. Azione basata sui valori (parte prima)	p. 68
6. Azione basata sui valori (parte seconda)	p. 82
7. Rilassamento e autoconsolazione	p. 94
8. Pensieri coping e accettazione radicale	p. 108
9. Distrazione e time-out	p. 124
10. Mettere insieme i pezzi	p. 139
Bibliografia	p. 149
Gli autori	p. 153

**Obiettivi Formativi Tecnico Professionali**

Fornisce strategie operative e integrate, derivate da trattamenti evidence-based, per aumentare la consapevolezza e la regolazione emotiva dei pazienti. Si propone come manuale formativo essenziale per sviluppare competenze avanzate nella regolazione delle emozioni in psicoterapia.

**Acquisizione obiettivi formativi 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**

107€

**Destinatari e numero di crediti ECM:**

Tutte le Professioni

**N. Crediti:**

8

**Test valutazione Finale:**

**Progetto: L'evento 6888**

**Titolo: Efficacia emotiva. Un intervento breve per la regolazione delle emozioni che integra ACT e DBT**

Questionario ECM a risposta chiusa composto da 24 domande

**Responsabile del corso (o responsabile scientifico):**

Maria Assunta Giusti

**Docenti**

**Matthew McKay**

Matthew McKay, PhD, è professore al Wright Institute, una scuola superiore universitaria di Psicologia a Berkeley, California. È co-direttore della Bay Area Trauma Recovery Clinic, ed in passato è stato direttore della clinica CBT di Berkeley. Ha condotto ricerche approfondite sulla Terapia dell'Accettazione e dell'Impegno (ACT) ed ha scritto più di 35 libri di psicologia e di self-help, tra cui "Couple skills", "ACT for Couple Skills", "Then Anger Hurts Your Relationship", "Thoughts & Feelings" e "The Dialectical Behavior Therapy Skills Workbook".

**Aprilia West**

Aprilia West è un'esperta nell'applicazione della scienza comportamentale contestuale e tiene corsi di formazione professionale collaborando con coach e clinici in tutto il mondo. In qualità di psicologa, coach, formatrice, autrice, ricercatrice indipendente e consulente per il cambiamento comportamentale, la Dott.ssa Aprilia West vanta oltre 20 anni di esperienza di lavoro con fondatori, leader, creativi, team e organizzazioni. La Dott.ssa West è riconosciuta a livello internazionale per la sua competenza in materia di flessibilità psicologica, efficacia emotiva, processo decisionale e cambiamento comportamentale. Le sue pubblicazioni guidano terapeuti e coach nell'applicazione di interventi che aiutano i clienti a ottimizzare la salute mentale, il benessere, la creatività e le prestazioni.