



THE
Compassionate Mind
FOUNDATION



Compassionate Mind
ITALIA



Associazione di
Psicologia Cognitiva



Scuola di Psicoterapia Cognitiva

COMPASSION FOCUSED THERAPY

Corso Avanzato

IL CORSO RILASCIAM CREDITI ECM (24 CREDITI)

**28, 29 FEBBRAIO & 1 MARZO GIUGNO 2020 (orario: 9-18 -
DOMENICA 9-17)**

**MILANO – HOTEL LOMBARDIA
Viale Lombardia, 74**



Dr. Nicola Petrocchi

E' psicologo e psicoterapeuta cognitivo comportamentale, Adjunct Professor di psicologia alla John Cabot University (Roma). Dopo più di 7 anni di collaborazione con Paul Gilbert ha fondato la **Compassionate Mind Italia**, l'unica associazione riconosciuta dalla fondazione inglese per la diffusione, ricerca e formazione nella Compassion Focused Therapy (CFT). Nicola è trainer supervisore di CFT sia in contesti Italiani che internazionali, e ha condotto con Paul Gilbert numerosi corsi e ritiri esperienziali.



Dott.ssa Antonella D'Innocenzo

E' psicologa, psicoterapeuta cognitivo comportamentale ed è esperta nella diagnosi e riabilitazione dei disturbi cognitivi. E' istruttrice di interventi basati sulla Mindfulness, membro e trainer della Compassionate Mind - Italia.

PER ISCRIZIONI E INFORMAZIONI:

www.compassionatemind.it

Il corso è organizzato dalla *Compassionate Mind - ITALIA* in collaborazione con la Scuola di psicoterapia Cognitiva s.r.l e l'Associazione di Psicologia Cognitiva ed è riconosciuto da The Compassionate Mind Foundation (UK)

Compassionate Mind - Italia è un'associazione direttamente gemellata con *The Compassionate Mind Foundation* (UK) (www.compassionatemind.co.uk) che ha lo scopo di promuovere in Italia la ricerca e la formazione nella Compassion Focused Therapy.

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 avanzato fornito dal presente corso permetterà ai partecipanti di approfondire le diverse applicazioni della CFT: in particolare, verrà analizzato il meccanismo dell'autocritica e le differenti tecniche di analisi funzionale, immaginative ed esperienziali con cui l'autocritica viene trattata in CFT. Si esplorerà l'origine evoluzionistica della colpa e della vergogna e le pratiche che permettono

di gestire queste emozioni attraverso l'attivazione della motivazione compassionevole. Un focus importante sarà dato a procedure avanzate che prevedono l'utilizzo di uno specchio e quelle immaginative che hanno lo scopo di riscrivere memorie traumatiche di vergogna con il "sé compassionevole". Si esploreranno procedure di CFT volte a migliorare la regolazione del terapeuta in seduta, sia attraverso pratiche immaginative (il supervisore compassionevole) sia attraverso la comprensione delle motivazioni che animano lo scambio terapeutico. Il training è a carattere altamente esperienziale: alle fasi di apprendimento frontale, si alternano numerosi momenti di role-playing e pratica personale. I partecipanti sono invitati a portare e discutere di casi clinici che stanno seguendo utilizzando le procedure di CFT apprese nel primo livello

A chi è rivolto il corso?

Il training è aperto agli psicologi, psicoterapeuti, e ai medici (psichiatri o neuropsichiatri infantili) **CHE ABBIANO GIÀ CONSEGUITO IL PRIMO LIVELLO DI COMPASSION FOCUSED THERAPY (IN ITALIA, IN INGHILTERRA O IN ALTRI PAESI)**. Il corso permetterà ai partecipanti di integrare subito le tecniche apprese all'interno della propria pratica clinica.

IL CORSO HA UN NUMERO MASSIMO DI 40 PARTECIPANTI. Coloro che volessero iscriversi dopo che questo numero è stato già raggiunto saranno inseriti in una lista d'attesa.

È PREVISTO L'ACCREDITAMENTO ECM (24 CREDITI).

La partecipazione al training avanzato permetterà di essere inseriti nella lista di terapeuti italiani di CFT consultabile nel sito www.compassionatemind.it

Trainer

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=8bNSWREAAAAJ&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.

Antonella D'Innocenzo è psicologa, psicoterapeuta cognitivo-comportamentale, formata all'APC-SPC ed è esperta nella diagnosi e riabilitazione dei disturbi cognitivi. È istruttrice di interventi basati sulla Mindfulness, membro fondatore e trainer della Compassionate Mind - Italia. Da anni collabora con Nicola nella messa a punto di ritiri esperienziali di Compassion Focused Therapy.

Programma generale

- Breve overview riassuntiva del modello teorico e delle principali tecniche della CFT
- Lavorare con i differenti sé: tecniche avanzate
- Autocritica: origini, analisi funzionale e tecniche di intervento (immaginative e con sedie)
- Lavorare con i “blocchi, paure e resistenze” alla compassione.
- Colpa e vergogna: background teorico, differenze e tecniche di intervento
- Imagery with rescripting utilizzando il Sè compassionevole - razionale e dimostrazione pratica
- Formulazione del caso in Compassion Focused Therapy – razionale, dimostrazione e role playing in coppie
- La relazione terapeutica: attivare la motivazione compassionevole per gestire i cicli interpersonali disfunzionali
- La compassion focused therapy per prendersi cura del terapeuta: the compassionate Inner supervisor
- Discussione di casi clinici portati dai partecipanti

Il programma dettagliato dell'evento verrà consegnato all'arrivo.

Luogo

Hotel Lombardia Milano s.r.l.
Viale Lombardia, 74/76 - 20131 Milano
Tel. 02.2824849 r.a. - fax 02.2893430
e-mail: info@hotellombardia.com
<https://hotellombardia.com/it/>

Quota di iscrizione e cosa comprende

La quota di iscrizione è **330 euro (IVA INCLUSA)** per iscrizioni pervenute **entro il 15 GENNAIO 2020**.
La quota di iscrizione è **380 euro (IVA INCLUSA)** per iscrizioni pervenute **dopo il 15 GENNAIO 2020**.
La quota deve essere versata al momento dell'iscrizione stessa. Le iscrizioni non accompagnate dalla copia del bonifico bancario non saranno considerate valide.

In caso di rinuncia durante lo svolgimento del training o oltre 21 giorni prima del suo inizio, sarà comunque dovuta l'intera quota di frequenza. Il corso ha un numero massimo di 40 partecipanti.

Vedi **Pagamento**.

Certificazioni

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) e riconosciuto 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.

È PREVISTO L'ACCREDITAMENTO ECM (24 CREDITI).

Iscrizioni

Per iscriversi al training è necessario inviare la scheda scaricabile cliccando [QUI](#), compilata in ogni sua parte, allegata al pagamento della quota di iscrizione. Le domande saranno accettate in ordine di arrivo, fino a esaurimento dei posti a disposizione.

Se non riesci ad aprire la pagina dell'iscrizione digita questo sul tuo browser:
<https://forms.gle/xq9xuLVdb6shesrC7>

L'iscrizione verrà confermata solo al momento del pagamento della quota che è da effettuarsi successivamente al completamento della domanda. La conferma avverrà dopo ricezione della ricevuta del bonifico.

In caso di raggiungimento del tetto limite di partecipanti i nuovi iscritti verranno inseriti in lista di attesa. In caso di cancellazione da parte di altri partecipanti i suddetti verranno immediatamente contattati per completare la loro iscrizione.

Pagamento

Il pagamento deve essere effettuato tramite bonifico bancario a:

COMPASSIONATE MIND ITALIA

Indirizzo: Via Marcantonio Colonna 44, 00192, Roma

Banca: CREDIT AGRICOLE

Indirizzo banca: Viale Liegi, 41. 00198, Roma (Italia)

IBAN: IT39Q0623003203000036042425

Vi preghiamo di mandare la ricevuta di avvenuto pagamento all'indirizzo:
francesco.placchi@compassionatemind.it

Politiche di cancellazione dell'iscrizione

Se le circostanze cambiano e hai necessità di cancellare la tua iscrizione, per favore informa *Compassionate Mind – Italia* il prima possibile sia che la tua iscrizione sia stata confermata sia che tu sia inserito nella lista di attesa.

Se ti sei semplicemente iscritto senza aver effettuato il pagamento, basterà effettuare la cancellazione della tua iscrizione contattando *Compassionate Mind – Italia*.

Se hai già effettuato il pagamento, sarà attuato il seguente regolamento di cancellazione, inteso a massimizzare le possibilità di altri partecipanti in lista di attesa di partecipare al ritiro.

Per cancellazioni entro il 31 GENNAIO 2020	Per cancellazioni oltre il 31 GENNAIO 2020
La quota verrà rimborsata per intero	La quota verrà interamente trattenuta

Se sei inserito nella lista di attesa e sei già a conoscenza del fatto che non potrai partecipare, per favore informa *Compassionate Mind - Italia*. Nel momento in cui il tuo nome dovesse essere ancora in lista di attesa e si dovesse liberare un posto, provvederemo immediatamente a comunicartelo e potrai così confermare la tua partecipazione.

Per maggiori informazioni

Francesco Placchi: francesco.placchi@compassionatemind.it o al numero +39 3382449662

Pagina Facebook: Compassionate Mind Italia

Sito: www.compassionatemind.it

Testi di approfondimento in Italiano

Gilbert, P. (2010). *Compassion Focused Therapy: Distinctive Features*. London: Routledge
(Traduzione italiana: Petrocchi, N. (Ed). *Terapia Focalizzata sulla Compassione, Caratteristiche Distintive*. Franco Angeli, Milano, 2012).

Petrocchi, N., & Couyoumdjian, A. (2012). L'impiego delle tecniche della terapia focalizzata sulla compassione per promuovere il processo di accettazione in psicoterapia. *Cognitivismo Clinico*, 9, p. 178-190, ISSN: 1724-4927 (<http://www.apc.it/wp-content/uploads/2013/03/5-PetrocchiPE.pdf>)

Gilbert, P., & Choden (2019) – *Mindful Compassion*. Edizione Italiana a cura di Simone Cheli & Nicola Petrocchi - <https://www.fioritieditore.com/prodotto/mindful-compassion/>