



Educazione Continua in Medicina

Scheda Evento

Denominazione Provider AZIENDA ULSS N. 9 SCALIGERA

Titolo TERAPIA COGNITIVA BASATA SULLA MINDFULNESS PER IL DISTURBO OSSESSIVO COMPULSIVO – PRIMO LIVELLO

ID Evento 23-281814

Tipologia Evento RES

Data Inizio 28/03/2025

Data Fine 11/04/2025

Date Intermedie 03/04/2025

Durata 21:00

Professioni / Discipline

Educatore professionale	Educatore professionale Educatore professionale iscritto agli elenchi speciali ad esaurimento di cui art. 1 del DM 9 agosto 2019
Infermiere	Infermiere
Medico chirurgo	Privo di specializzazione Psichiatria Psicoterapia
Psicologo	Psicologia Psicoterapia
Tecnico della riabilitazione psichiatrica	Tecnico della riabilitazione psichiatrica Tecnico della riabilitazione psichiatrica iscritto agli elenchi speciali ad esaurimento di cui art. 1 del DM 9 agosto 2019

Numero partecipanti 50

Obiettivo Strategico Nazionale (4) Appropriatelyzza delle prestazioni sanitarie, sistemi di valutazione, verifica e miglioramento dell'efficienza ed efficacia. Livelli essenziali di assistenza (LEA)

Obiettivo Strategico Regionale (1) Appropriatelyzza delle prestazioni sanitarie in conformità ai LEA

Costo 0.00

Crediti 21.0

Responsabili Scientifici

Nome	Cognome	Qualifica
GIUSEPPE	IMPERADORE	DIRETTORE DIPARTIMENTO SALUTE MENTALE

Docente/ Relatore/
Tutor

Nome	Cognome	Ruolo	Titolare/Sostituto
FABRIZIO	DIDONNA	DOCENTE	titolare

Verifica
Apprendimento

Prova scritta (comprende anche il project work, l'elaborato e le domande aperte)

Segreteria
Organizzativa

Nome	Cognome	Email	Telefono	Cellulare
MARIAELENA	BERTANI	mariaelena.ber ta ni@aulss9.veneto .it	045.8074606	0

Programma

Razionale

Gli obiettivi di questo corso di formazione sono comprendere il razionale, il programma e i contenuti del modello, nonché condividere diversi esercizi e pratiche del programma con i partecipanti e consentire loro di apprendere le competenze di base necessarie per iniziare ad applicare il modello di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo nella psicoterapia individuale.

Il programma del corso prevede: 1. Fenomenologia del Disturbo Ossessivo Compulsivo, caratteristiche cliniche ed eziologiche; 2. Razionale e basi culturali e scientifiche del modello di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo; 3. Principi di base e caratteristiche chiave del modello di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo; 4. Formato delle sedute e struttura del programma Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo; 5. Video di sedute di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo in gruppo o in setting individuale; 6. Esercitazioni con i partecipanti.

Il programma integra l'apprendimento didattico, esperienziale e in piccoli gruppi e prevede la condivisione di pratiche meditative statiche e dinamiche (ad es. Yoga / movimenti consapevoli, camminata consapevole, ecc.).

Vengono esplorati i contenuti e il programma di ogni seduta del protocollo di Terapia Cognitiva Basata sulla Mindfulness per il Disturbo Ossessivo Compulsivo, utilizzando video di gruppi reali e descrizioni dei temi delle sedute e fornendo il materiale e le dispense da dare ai pazienti e i trascritti delle diverse pratiche e meditazioni guidate.

Risultati attesi

Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi

Programma del 28/03/2025

Provincia Sede VERONA

Comune Sede VERONA

Indirizzo Sede VIA S.CAMILLO DE LELLIS 4

Luogo Sede CENTRO MARANI AULA INCONTRI

Dettaglio Attività

Ora Inizio	Ora Fine	Argomento	Docente/ Tutor	Risultato Atteso	Obiettivi Formativi	Metodologia Didattica
08:45	09:00	REGISTRAZIONE PARTECIPANTI				
09:00	10:30	Introduzione al Training La pratica di mindfulness Fenomenologia e	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazi one con dibattito

		meccanismi psicopatogeni del Disturbo Ossessivo-Compulsivo - Il programma MBCT for OCD: razionale, elementi chiave, struttura delle sedute		dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi		(metodologia frontale)
10:30	13:00	Analisi e comprensione della SEDUTA 1 - Essere nel presente come primo passo verso la libertà Esercizio di mindfulness - Discussione in gruppo: condivisione e commenti	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)
13:00	14:00	PAUSA				
14:00	16:00	Analisi e comprensione della SEDUTA 2 - Comprendere la relazione tra Mindfulness e Disturbo Ossessivo-Compulsivo, Esercizio di mindfulness , Video su MBSR e DOC, discussione	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)
16:00	17:00	Le tre cause della sofferenza e il DOC Video sulle cause della sofferenza - Analisi e comprensione della SEDUTA 3: Aiutare i familiari a supportare i pazienti DOC: scopi e linee guida Cosa non è utile (o Controproducente) fare; cosa è utile fare Analisi e comprensione della SEDUTA 4: Comprendere la propria sfiducia, sviluppare una sana fiducia Pratiche di mindfulness dalla seduta 4: VEP, meditazione seduta Discussione in gruppo: condivisione e commenti , Pratica breve	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)

Programma del 03/04/2025

Provincia Sede VERONA

Data di stampa: 21/05/2025

Comune Sede VERONA

Indirizzo Sede VIA S.CAMILLO DE LELLIS 4

Luogo Sede CENTRO MARANI AULA INCONTRI

Dettaglio Attività

Ora Inizio	Ora Fine	Argomento	Docente/Tutor	Risultato Atteso	Obiettivi Formativi	Metodologia Didattica
09:00	11:00	Pratiche del mattino, esercizi di mindfulness - Analisi e comprensione della SEDUTA 5: utilizzare i sensi per sviluppare fiducia Revisione degli Homework, Esercizi dalla Seduta 5 , Discussione in gruppo: condivisione e commenti	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)
11:00	13:00	Analisi e comprensione della SEDUTA 6: Sviluppare una relazione sana con i pensieri Fenomenologia e anatomia del "pensiero": Che cosa sono realmente i pensieri? Mente pensante e mente osservatrice - Esercizi dalla seduta 6	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)
13:00	14:00	PAUSA				
14:00	17:00	Visione Video Seduta 6 e Discussione in gruppo; Analisi e comprensione della SEDUTA 7: Accettazione come primo passo per cambiare ; Esercizi dalla Seduta 7 ; La metafora del bravo albergatore ; Discussione in gruppo: condivisione e commenti	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)

Programma del 11/04/2025

Provincia Sede VERONA

Data di stampa: 21/05/2025

Comune Sede VERONA

Indirizzo Sede VIA S.CAMILLO DE LELLIS 4

Luogo Sede CENTRO MARANI AULA INCONTRI

Dettaglio Attività

Ora Inizio	Ora Fine	Argomento	Docente/Tutor	Risultato Atteso	Obiettivi Formativi	Metodologia Didattica
09:00	11:00	Pratiche del mattino, esercizi di mindfulness Analisi e comprensione della SEDUTA 8: Il "fare" consapevole e l'esposizione consapevole	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)
11:00	13:00	Esercizi dalla seduta 8 Visi One Video Seduta 8 e discussione in gruppo Analisi e comprensione della SEDUTA 9: Coltivare auto compassione e auto perdono Esercizi dalla seduta 9: feedback e discussione Analisi e comprensione della SEDUTA 10: Imparare a prendersi dei rischi	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)
13:00	14:00	PAUSA				
14:00	17:00	Linee guida per condurre pratica ed inquiry Esercizio di mindfulness a coppie e condivisione Tea chbacks su vari esercizi del programma Esercizi e contenuti della seduta 10 Discussione di gruppo e condivisione delle riflessioni e commenti al training	DIDONNA	Raggiungere una chiara comprensione di come funziona il Disturbo Ossessivo Compulsivo e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessi	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione con dibattito (metodologia frontale)
17:00	17:15	VALUTAZIONE APPRENDIMENTO				