

**STUDI  
COGNITIVI  
FORMAZIONE**

**PROGRAMMA  
EVENTO FORMATIVO**

# PROGRAMMA EVENTO FORMATIVO ECM

## DETTAGLI EVENTO FORMATIVO

NOME EVENTO: TRATTAMENTO MCT PER IL DISTURBO D'ANSIA GENERALIZZATA	EDIZIONE: 1
DATA <sup>1</sup> : 01/02/24 AL 30/11/24	CREDITI ECM PREVISTI: 5
N. PROVIDER: 6137	DURATA <sup>2</sup> : 5 ORE
DENOMINAZIONE PROVIDER: STUDI COGNITIVI SPA	SEDE: ONLINE

## PROGRAMMA

La Terapia Metacognitiva (Metacognitive Therapy o MCT) è una forma di psicoterapia di recente sviluppo che ha introdotto un nuovo modo di concettualizzare e trattare i disturbi psicologici.

L'approccio MCT è basato su una teoria introdotta da Adrian Wells e Gerald Matthews (1994) ed è stato applicato inizialmente al trattamento del Disturbo d'Ansia Generalizzata (Wells, 1995, 2000). In seguito la Terapia Metacognitiva è stata estesa a tutti i disturbi d'ansia e alla depressione con numerose evidenze sull'efficacia del trattamento che propone (per una sintesi vedi Norma, van Emmerik e Molina, 2018).

La metacognizione è l'aspetto del funzionamento mentale che controlla i processi attentivi e di pensiero. Molte persone hanno dirette esperienze metacognitive, per esempio quando sono incapaci di ricordare il nome di una persona pur sapendo di conoscerlo. Questo esempio chiarisce come le componenti metacognitive lavorino per informare una persona che un ricordo è immagazzinato da qualche parte nella memoria anche se le persone non sono in grado di ricordarlo. Molti altri aspetti della metacognizione operano al di fuori della nostra coscienza.

Una delle caratteristiche dei disturbi psicologici come ansia e depressione è che il pensiero ripetitivo negativo (nelle forme di rimuginio o ruminazione) viene percepito come difficile da controllare o tendenzialmente produce prospettive distorte della realtà che alimentano stati d'animo negativi.

Questa modalità di funzionamento viene definita Sindrome Cognitivo-Attentiva (cognitive attentional syndrome o CAS). La CAS consiste solitamente in rimuginio, ruminazione, fissazione dell'attenzione su stimoli minacciosi e strategie di coping disfunzionali. La CAS è controllata da credenze e regole metacognitive.

La Terapia Metacognitiva ha come obiettivo ridurre questo stile di pensiero, vale a dire rimuovere la CAS, e riportarla sotto il controllo cosciente, aiutando i pazienti a sviluppare nuovi modi di reagire ai pensieri negativi attraverso nuovi modi di controllare l'attenzione e modificando regole metacognitive controproducenti.

Protocolli di intervento basati sulla teoria metacognitiva sono stati sviluppati per il trattamento dei disturbi d'ansia e della depressione (Wells, 2008).

Il corso presenta una introduzione tecnica all'applicazione del modello di trattamento MCT per i disturbi d'ansia e in particolare per il Disturbo d'Ansia Generalizzata.

Saranno presentati i fondamenti teorici del modello, le tappe di trattamento, molte esemplificazioni tecniche e simulazioni dettagliate sull'applicazione di ciascuna tecnica e una serie di indicazioni ed esempi per renderne l'applicazione efficace e superare ostacoli e imprevisti.

<sup>1</sup> In caso di eventi di più giorni, indicare la prima e l'ultima data

<sup>2</sup> Indicare il totale delle ore dell'evento (es. 8 h su 2 giorni: durata 16h)

## DESTINATARI DELL'ATTIVITÀ FORMATIVA

Psicologi psicoterapeuti  
 Medici psichiatri  
 Medici psicoterapeuti  
 Medici neuropsichiatri infantili

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

L'approccio MCT è omnicomprendivo ma tecnico e specifico. La sua applicazione può rappresentare solo uno dei possibili interventi a supporto di un paziente. L'indicazione per la MCY viene discussa durante il videocorso allo scopo di trasmettere conoscenza ai partecipanti relativamente anche al perimetro di applicazione della stessa. Questo garantisce:

1. applicazione eticamente corretta in relazione ai dati empirici,
2. possibilità di identificare questo intervento come uno dei possibili e garantire al paziente la possibilità di scegliere anche in base alle proprie preferenze,
3. l'interconnessione tra diagnosi e piano di trattamento che favorisce una replica dei dati provenienti dalla ricerca e limita l'attuazione inappropriata dell'intervento.

## OBIETTIVO FORMATIVO AGENAS

### Obiettivi formativi di sistema

1. Applicazione nella pratica quotidiana dei principi e delle procedure dell'evidence based practice (EBM EBN EBP)

## STRUTTURA DEL CORSO

MODULO 1: Introduzione alla Terapia Metacognitiva  
 MODULO 2: Presentazione del Disturbo d'Ansia Generalizzato (GAD)  
 MODULO 3: Il modello metacognitivo del GAD  
 MODULO 4: La formulazione del caso  
 MODULO 5: La Familiarizzazione con il modello  
 MODULO 6: Introduzione alla consapevolezza distaccata e rinvio del rimuginio  
 MODULO 7: Modificare le credenze metacognitive di incontrollabilità  
 MODULO 8: Modificare le credenze metacognitive di pericolo  
 MODULO 9: Modificare le credenze metacognitive positive  
 MODULO 10: Prevenzione delle ricadute e dati di efficacia

## RELATORI E RESPONSABILE SCIENTIFICO

DOCENTE	CV BREVE (MAX 100 PAROLE)
Gabriele Caselli	Svolge attività di psicoterapia cognitivo comportamentale e di direzione, formazione e insegnamento di psicoterapia cognitivo comportamentale in molti Istituti italiani. Ha pubblicato ricerche empiriche su modelli e trattamenti cognitivo comportamentali per l'abuso di sostanze e disturbi da dipendenza, ansia e disturbo ossessivo compulsivo. I suoi principali risultati scientifici sono l'esplorazione del ruolo svolto dal pensiero desiderante, dai processi di rimuginio e dalle convinzioni di controllo nell'abuso di sostanze e nei disturbi della dipendenza.

---

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Terapia Metacognitiva dei Disturbi d'Ansia e della Depressione - Adrian Wells - Erikson, 2008

Rimuginio. Teoria e Terapia del Pensiero Ripetitivo - Gabrielle Caselli, Giovanni M. Ruggiero, Sandra Sassaroli - Milano: Raffaello Cortina Editore, 2017

The efficacy of metacognitive therapy: a systematic review and meta-analysis - Normann Noline and Nexhmedin Morina - Frontiers in Psychology 9, 2018