

Corso introduttivo di Rational Emotive Behaviour Therapy

Organizzazione del Corso

Il Corso si svolgerà in un week-end per complessive 23 ore, nelle seguenti date:

- 23 novembre dalle 14:00 alle 19:00
- 24 novembre dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 19:00
- 25 novembre dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 19:00

· *Numero massimo dei partecipanti: 20*

· *Condizioni di ammissione:* laurea in psicologia o medicina.

· *Frequenza:* presenza obbligatoria a tutti gli incontri per il rilascio dell'attestato e dei crediti ECM.

· *Certificazione:* al termine del corso verrà rilasciato un certificato di partecipazione e crediti ECM (se richiesti all'atto dell'iscrizione).

Sede: Via Aurelia, 773, 00165 Roma c/o Centro Congressi ARSO.

Docenti:

· *Dott.ssa Gabriella Giordanella Perilli*, P.hD, Direttore Scuola di Psicoterapia Integrata e Musicoterapia, Psicologo, Psicoterapeuta, Association for Music and Imagery Primary Trainer.

· *Dott. Roberto Cicinelli*, Vicedirettore e Didatta Scuola di Psicoterapia Integrata e Musicoterapia, Psicologo, Psicoterapeuta.

Costo

· *Iscrizione:* € 50,00

· *Costo del Corso:* € 300,00 (senza ECM), € 350,00 (con ECM).

Modalità di pagamento: iscrizione entro 17 novembre 2012

Quota entro 23 novembre 2012.

Pagamento tramite bonifico a: Associazione Musilva – c/c N. 4451, Banca delle Marche, ABI 06055 – CAB 03207 – CIN W, codice IBAN: IT63W0605503207000000004451, specificando i riferimenti del corso e la rata (es: iscrizione oppure saldo).

Nota: la quota comprende la frequenza alle lezioni e materiale didattico.

Iscrizione: inviare la seguente documentazione:

1. domanda di iscrizione (scaricabile dal sito www.musilva-spim.it nella sezione corsi)
2. copia del certificato di laurea
3. ricevuta di pagamento della quota di iscrizione al Corso.

Opzioni per l'invio:

- e-mail a info@musilva-spim.it
- posta ordinaria a: Ass. Musilva, V.le Prospero Colonna, 61 – 00149 Roma.

- Fax 06-55285182

Termine iscrizione: 17 novembre 2012

Crediti ECM: richiesti

Per informazioni:

info@musilva-spim.it

Telefono: 06-55285943

Segreteria Organizzativa : Dott.ssa Laura Nardecchia, 333-9675841

Direttore Corso: Dott. Roberto Cicinelli

Rational Emotive Behaviour Therapy

"Gli uomini non sono disturbati dalle cose, ma da ciò che pensano sulle cose"
Epitteto

La RET, Rational Emotive Therapy, considerata da molti come uno dei primi esempi di approccio cognitivo – comportamentale ai problemi psicologici presentati dagli essere umani, ha sviluppato le proprie teorie di base partendo dalle brillanti formulazioni enunciate agli inizi degli anni '60 da Albert Ellis, suo fondatore.

Divenuta successivamente REBT, Rational Emotive Behavior Therapy, (Ellis 1974), essa si colloca idealmente nell'ambito delle terapie cognitive con cui presenta molti punti in comune ma anche alcune differenze. La REBT infatti, che potrebbe essere meglio concettualizzata come una psicoterapia multimodale intesa ad intervenire profondamente su tutte le principali aree del comportamento umano, benchè condivida i tre concetti fondamentali delle psicoterapie cognitive:

- ❖ l'attività cognitiva influenza il comportamento ed i processi emotivi;
- ❖ l'attività cognitiva può essere analizzata e modificata;
- ❖ il cambiamento del comportamento e dei processi emotivi può essere raggiunto o facilitato attraverso il cambiamento cognitivo;

non presenta gerarchie funzionali rispetto alle tre grandi aree di indagine e di intervento: i pensieri, le emozioni ed i comportamenti; le quali sono considerate separate e distinte soltanto a livello esemplificativo ma vengono ipotizzare indissolubili le une dalle altre.

Non si reputa concepibile una cognizione che non presenti contemporaneamente un aspetto emotivo e comportamentale, così come non può essere data una emozione che non sottenda un tacito significato cognitivo e non presenti correlati comportamentali.

Una ulteriore e significativa differenza tra la REBT e gli altri approcci cognitivo – comportamentali risiede nella enfasi filosofica che si riflette in quelli che Ellis (1989) identifica come i principali obiettivi di una psicoterapia: la tolleranza verso se stessi e gli altri, l'auto interesse, l'interesse sociale, l'auto orientamento, la flessibilità, l'accettazione dell'incertezza, l'impegno verso gli interessi vitali, l'utilizzo del pensiero scientifico; proponendo una visione proattiva dell'uomo che pur condizionato da vari elementi fisiologici, culturali e ambientali, rimane agente propulsivo verso una ricerca attiva della propria autorealizzazione e della propria felicità.

Integrando nel suo corpus teorico l'insieme delle discipline che si interessano della mente e dei processi che in essa avvengono come la linguistica, le neuroscienze, l'antropologia, ecc. la REBT ha maturato una concezione dell'individuo che potremmo definire olistico – funzionale, dove viene riconosciuta la grande complessità dell'essere umano e del suo funzionamento che non può essere scomposto in comportamenti, emozioni e cognizioni come se questi fossero processi separati e non invece intrinsecamente interconnessi in una organizzazione unitaria di funzioni interdipendenti.

La REBT rappresenta quindi un sistema molto complesso ed articolato per approcciare il problema del cambiamento ed impiega un metodo multidimensionale che affronta contemporaneamente i problemi clinici sulle tre direttrici cognitivo, emotivo, comportamentale e che comprende una ampia varietà di tecniche che i terapeuti REBT possono impiegare selettivamente come: l'automonitoraggio dei pensieri, la biblioterapia, il role-playing, il modelling, l'immaginazione razionale emotiva, gli esercizi anti-vergogna, i metodi di rilassamento, il condizionamento operante, la desensibilizzazione sistematica, l'addestramento per le abilità di coping, la dissuasione cognitiva DIB, l'analisi cognitiva strutturata RSA, il flooding, lo skill training ecc.

La REBT non è certo l'ultima e definitiva parola in fatto di psicoterapia, ma è certamente l'antesignana di una concezione integrata delle discipline che si occupano a vario titolo delle molteplici modalità attraverso le quali si esplica l'agire umano e quindi, diversamente dagli altri orientamenti, promuove ed auspica il superamento delle proprie ipotesi, mirando a formulare una teoria generale che sia sufficientemente complessa da rendere ragione della complessità dell'essere umano.

Bibliografia essenziale:

- Beck A.T. (1979). *La depressione*, Torino: Boringhieri.
- Beck A.T., Emery G. (1988). *L'ansia e le fobie*, Roma: Astrolabio.
- Beck A.T., Freeman A. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*, New York: Guilford press.
- Dobson K.S. (2002). *Psicoterapia cognitivo – comportamentale*, Milano: McGraw – Hill.
- De Silvestri C. (1981). *I fondamenti teorici e clinici della Terapia Razionale Emotiva*, Roma: Astrolabio.
- De Silvestri C. (1999). *Il mestiere di psicoterapeuta*, Roma: Astrolabio.
- Dèttore D. (2003). *Il disturbo ossessivo – compulsivo*, Milano: McGraw – Hill.
- Ellis A. (1974). *Disputing Irrational Beliefs*, New York: Institute for Rational Emotive Therapy.
- Ellis A. (1989). *Ragione ed emozione in psicoterapia*, Roma: Astrolabio.
- Guidano V.F. (1988). *La complessità del Sé*, Torino: Boringhieri.
- Nardi B. (2001). *Processi psichici e psicopatologia nell'approccio cognitivo*, Milano: Franco Angeli.
- Wolpe J. (1980). *Tecniche di terapia del comportamento*, Milano: Franco Angeli.