



I MERCOLEDI' DEL COGNITIVISMO

**Offerta formativa
Studi Cognitivi e Formazione CH**

**Gratuita e aperta a tutti gli
interessati.**

Dalle 19.00 alle 20.30

**presso IUFPF
Istituto Universitario Federale
per la Formazione Professionale**

Via Besso 84
Lugano Massagno

Programma

29 aprile 2015 dalle 19.00 alle 20.30

**LA TERAPIA COGNITIVO
COMPORTAMENTALE DELL' INSONNIA**

Dott. Alberto Parabiagli

Negli ultimi venti anni sono state elaborate e sperimentate strategie ad orientamento cognitivo-comportamentale per la cura dell'insonnia (Morin & Espie, 2003; Edinger & Means, 2005; Epstein & Pardon, 2005). In particolare, sono stati messi a punto dei modelli di intervento psicologico che hanno dimostrato una buona efficacia clinica e sono risultati superiori ai farmaci ipnotici di ultima generazione (Morin et al., 1999; Sivertsen et al., 2006). Molti sono i pazienti che, dormendo poco e male, possono trarre beneficio da questo programma d'intervento. Esso, infatti, comprende ed associa diverse strategie comportamentali e cognitive (psicoeducazione, programmazione del sonno, ristrutturazione delle credenze disfunzionali riguardo al sonno) e cerca così di intervenire su più livelli e modificare i molteplici fattori che concorrono alla genesi del disturbo.

Dr. Alberto Parabiagli, MD, PhD

*Laboratorio di Epidemiologia e Psichiatria Sociale
IRCCS Istituto di Ricerche Farmacologiche 'Mario
Negri'*

06 maggio 2015 dalle 19.00 alle 20.30

**LA TEORIA DELL' ATTACCAMENTO UNA
PROSPETTIVA EVOLUZIONISTA**

Dott. Walter Sapuppo

In un'ottica cognitivo-evoluzionista, particolare attenzione viene rivolta allo studio e alla valutazione empirica del sistema motivazionale interpersonale dell'Attaccamento. Questo a causa delle molteplici implicazioni che tale teoria comporta nello sviluppo cognitivo-affettivo del soggetto e nella pratica clinica.

Bibliografia consigliata:

- Main M. (2008), *L'attaccamento. Dal comportamento alla rappresentazione*. Milano: Raffaello Cortina Editore.

- Liotti G. (2005), *La dimensione interpersonale della coscienza*. Roma: Carocci.

Dott. Walter Sapuppo

Psicologo, Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamentale, Adult Attachment Interview Certified Coder. Docente presso le Scuole di Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale "Studi Cognitivi", Milano. E' stato Professore a Contratto presso il CDL in "Psicologia Clinica" e Docente al Master di II Livello in "Psicodiagnostica clinica dell'individuo e delle istituzioni" presso la Seconda Università degli Studi di Napoli. Socio Ordinario della Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva (SITCC) e della Society for Psychotherapy Research (SPR).

20 maggio 2015 dalle 19.00 alle 20.30

MAGREZZA NON E' BELLEZZA

Dott.ssa Sandra Sassaroli

Nella breve relazione si descrivono i fattori di rischio dei Disturbi dell'alimentazione, le caratteristiche psicologiche pre esordio, i fattori di mantenimento del disturbo e infine si dà qualche indicazione di cura e di gestione sia per i pazienti che per le famiglie.

Dott.ssa Sandra Sassaroli

Nata a Roma nel 1951, laureata in medicina nel 1975, specializzata in psichiatria dal 1980. Psicoterapista di indirizzo cognitivo. Ha contribuito con i suoi libri e le sue pubblicazioni su riviste internazionali allo sviluppo del cognitivismo in Italia. In particolare ha dato contributi importanti allo sviluppo del modello cognitivo dei disturbi alimentari e d'ansia. E' Direttore della scuola di psicoterapia cognitiva: "Studi Cognitivi" di Milano.

**PER MOTIVI ORGANIZZATIVI È GRADITA
LA CONFERMA AL SEGUENTE INDIRIZZO
E-MAIL**

info@studicognitivieformazione.ch

PER INFORMAZIONI

Sig.ra Monica Battistelli
C/o Sede Via Lambertenghi 2
6500 Lugano

Fisso: +41 (0) 91 921 15 10
Mobile: +41 (0) 79 883 89 11

27 maggio 2015 dalle 19.00 alle 20.30

**Presentazione della Scuola
Studi Cognitivi e formazione CH
di Lugano.**

Partecipano:

Dott.ssa Sandra Sassaroli
Dott. Francesco Centorame
Dott.ssa Tania Maierini