

TRAINING DI BASE IN TERAPIA RAZIONALE EMOTIVA COMPORTAMENTALE (REBT)

Conduttore: Prof. Mario Di Pietro

Associate Fellow e Supervisore dell'Albert Ellis Institute di New York

Obiettivi.

L'obiettivo che il training si pone è quello di formare professionisti ad instaurare una relazione terapeutica o di aiuto secondo i metodi della REBT, fornendo strumenti operativi che consentano di gestire il percorso terapeutico in modo efficace, sia in termini di tempo che di risultati.

I partecipanti apprenderanno a:

- applicare a una vasta gamma di problematiche cliniche la concettualizzazione del caso secondo il modello REBT;
- identificare e affrontare cognizioni disfunzionali del cliente applicando specifiche tecniche cognitive, emotive e comportamentali;
- comprendere la differenza tra CBT standard e REBT;
- inserire la REBT in una prospettiva di CBT di terza generazione.

Struttura e contenuti.

Il training prevede lezione frontale, dimostrazioni pratiche ed esercitazioni controllate sugli aspetti fondamentali della REBT.

Verranno presentati argomenti relativi alla teoria generale e clinica della REBT e verranno esposte le procedure attinenti:

- il modello REBT dell'emozione
- l'identificazione delle principali categorie di pensiero irrazionale
- la scelta degli scopi terapeutici
- le strategie di dissuasione cognitiva
- esercizi antivergogna e di assunzione di rischio
- l'immaginazione razionale emotiva
- la programmazione specifica di homework

Oltre a seguire spiegazioni sulle tecniche, i partecipanti effettueranno esercitazioni di peer counseling che serviranno a sperimentare come mettere in pratica quanto viene descritto.