



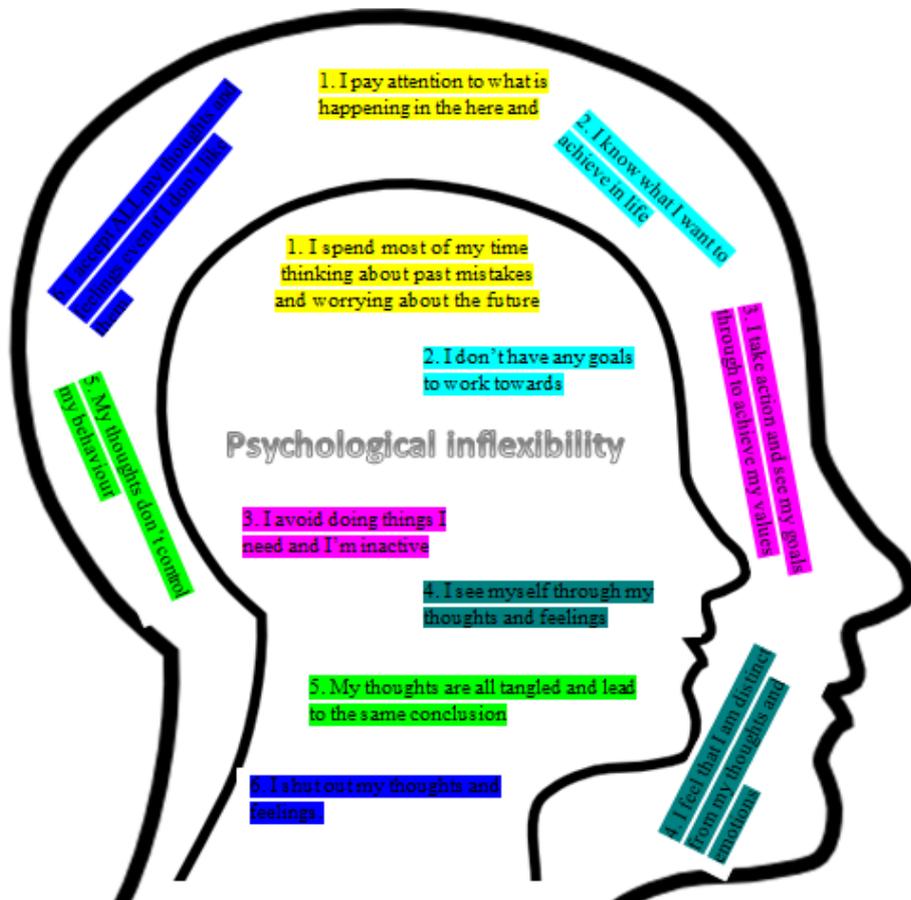
EVENTI E FORMAZIONE DELL'OPL



corso Buenos Aires, 75
20124 Milano
Tel. +39 0267071596
Fax +39 0267071597
PEO: segreteria@opl.it
PEC: segreteria@pec.opl.it
sito: www.opl.it



piazza Castello, 2
20121 Milano
www.casadellapsicologia.it



Fare ACT: un'introduzione alle basi dell'Acceptance and Commitment Therapy

Mercoledì **15 maggio 2019** dalle 21:00 alle 22:30 online e presso la Casa della Psicologia, piazza Castello 2 - Milano

L'Acceptance and Commitment Therapy (Hayes, Strosahl & Wilson, 1999), è uno dei più recenti sviluppi nel panorama dei modelli di psicoterapia CBT ed è curiosamente controintuitiva, per i pazienti ma anche per il terapeuta che decide di utilizzarla. Imparare l'ACT è un po' come mettere gli sci la prima volta: il maestro ci guarda e ci invita candidamente a buttare il peso a valle, noi ricambiamo lo sguardo spaventati perché è esattamente il contrario di quello che faremmo trovandoci di fronte a un ripido pendio. L'ACT ci invita a mettere alla prova una "nuova" modalità di stare di fronte alla sofferenza emotiva, rinunciando a inefficaci tentativi di controllo e muovendosi in modo flessibile verso gli obiettivi legati ai valori personali più profondi.

I partecipanti al webinar saranno accompagnanti in una brevissima discesa tra i processi dell'ACT verso la flessibilità psicologica, attraverso una descrizione dei processi chiave dell'hexaflex ACT ed alcuni esserci esperienziali.

Relatore: **Francesco Dell'Orco e Anna Prevedini**

ISCRIZIONE ALL'EVENTO

www.opl.it/eventi/1537/Webinar.php

EVENTI WEBINAR

webinar@opl.it - www.opl.it/news/4289/Webinar.php

Responsabile Luca Mazzucchelli

Si rilasciano **attestati di partecipazione** a studenti di psicologia ed allievi delle scuole di psicoterapia, validi per il rilascio di crediti formativi.