

**SCUOLA DI PSICOTERAPIA COGNITIVA S.R.L.
ASSOCIAZIONE DI PSICOLOGIA COGNITIVA**

Direttore delle Scuole: *Prof. Francesco Mancini*

WORKSHOP

**“UN NUOVO APPROCCIO COGNITIVO-COMPORTAMENTALE
PER IL TRATTAMENTO DELLA DEPRESSIONE
E LA RUMINATION FOCUSED CBT (RFCBT)”**

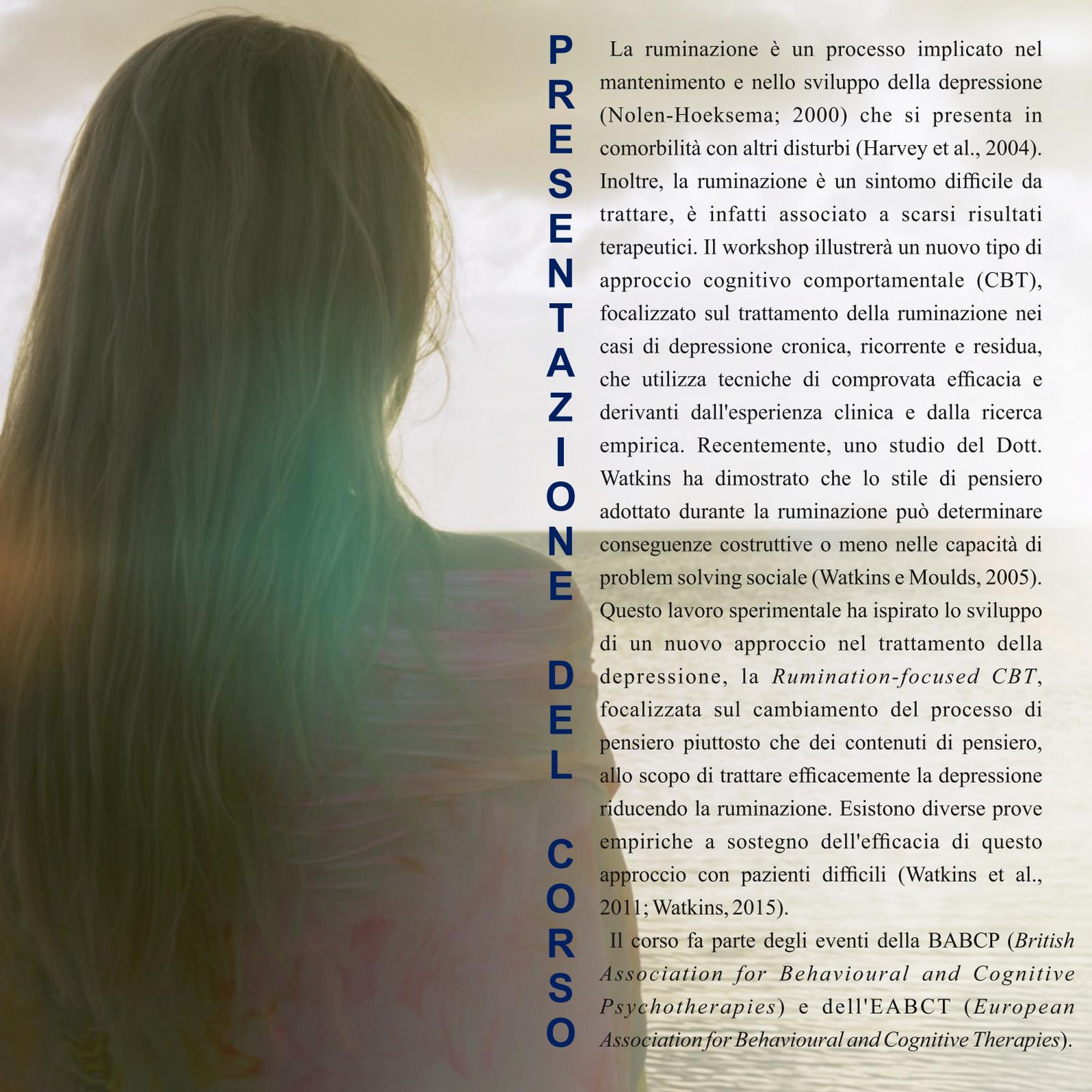
ROMA, 12/13 MARZO 2016

Prof. Watkins E.
Università di Exter (UK)



CENTRO CONGRESSI CAVOUR, VIA CAVOUR N. 50/A ROMA





P
R
E
S
E
N
T
A
Z
I
O
N
E
D
E
L
C
O
R
S
O

La ruminazione è un processo implicato nel mantenimento e nello sviluppo della depressione (Nolen-Hoeksema; 2000) che si presenta in comorbidità con altri disturbi (Harvey et al., 2004). Inoltre, la ruminazione è un sintomo difficile da trattare, è infatti associato a scarsi risultati terapeutici. Il workshop illustrerà un nuovo tipo di approccio cognitivo comportamentale (CBT), focalizzato sul trattamento della ruminazione nei casi di depressione cronica, ricorrente e residua, che utilizza tecniche di comprovata efficacia e derivanti dall'esperienza clinica e dalla ricerca empirica. Recentemente, uno studio del Dott. Watkins ha dimostrato che lo stile di pensiero adottato durante la ruminazione può determinare conseguenze costruttive o meno nelle capacità di problem solving sociale (Watkins e Moulds, 2005). Questo lavoro sperimentale ha ispirato lo sviluppo di un nuovo approccio nel trattamento della depressione, la *Rumination-focused CBT*, focalizzata sul cambiamento del processo di pensiero piuttosto che dei contenuti di pensiero, allo scopo di trattare efficacemente la depressione riducendo la ruminazione. Esistono diverse prove empiriche a sostegno dell'efficacia di questo approccio con pazienti difficili (Watkins et al., 2011; Watkins, 2015).

Il corso fa parte degli eventi della BABCP (*British Association for Behavioural and Cognitive Psychotherapies*) e dell'EABCT (*European Association for Behavioural and Cognitive Therapies*).

Obiettivi formativi:

Delineare le principali teorie e le ricerche rilevanti inerenti la ruminazione depressiva

Approfondire la Rumination-focused CBT, che include: le tecniche di attivazione comportamentale, l'analisi funzionale, la modifica del processo di pensiero, il training per lo spostamento dello stile di pensiero, gli esercizi esperienziali per contrastare la ruminazione incluso il rilassamento, la concentrazione e la compassione

Illustrare le tecniche di trattamento per la ruminazione attraverso video e metodi esperienziali

I partecipanti alla fine del corso:

- 1) saranno in grado di descrivere la natura e le conseguenze della ruminazione nella depressione;
- 2) conosceranno i diversi approcci CBT per la ruminazione nella depressione;
- 3) potranno sperimentare nuove tecniche focalizzate sul processo per modificare la relazione che i pazienti hanno con i loro pensieri ruminativi.

Relatore

Dott. Edward Watkins: è esperto di tematiche inerenti la psicopatologia sperimentale e del trattamento della depressione, in particolare i suoi interessi riguardano la comprensione e il trattamento della ruminazione e del rimuginio. E' socio fondatore del *Mood Disorders Centre*, Università di Exter (UK), una società che collabora con l'Università di Exter e il Devon Partnership NHS Trust, specializzata nella ricerca e nel trattamento della depressione. E' specializzato in psicologia clinica ed esperto nella psicoterapia cognitiva per la depressione.

Il programma di ricerca del Dr. Watkins è focalizzato sullo studio della ruminazione, definita come uno stile di pensiero non costruttivo, ripetitivo, focalizzato sul sé, i problemi, gli errori e le perdite. Il progetto utilizza metodi sperimentali per la comprensione dei meccanismi alla base della ruminazione e promuove la ricerca di esito per sviluppare interventi per la depressione e l'ansia più efficaci. La ricerca ha ricevuto premi e fondi come il *Principal Investigator from the Wellcome Trust*, da parte del *UK Medical Research Council* (MRC) e ha ricevuto il *NARSAD Young Investigators Award*. Recentemente, il conferimento del *Wellcome Trust Capital award* ha consentito di aprire un nuovo centro di ricerca clinica ad Exter. Alcuni dei contributi chiave riguardano la dimostrazione dell'esistenza di tipi distinti di ruminazione focalizzata sul sé, caratterizzati da differenti conseguenze funzionali (Watkins, 2008); lo sviluppo e la valutazione di una versione della CBT modificata che ha come target la ruminazione nella depressione (Watkins et al., 2007, 2011); l'integrazione di tecniche mindfulness per la prevenzione delle ricadute nel trattamento della depressione (Kuyken et al., 2008); infine, lo sviluppo di un intervento di auto-auto guidato per ridurre la ruminazione e la depressione (Watkins et al., 2009; 2012). Il Prof. Watkins ha ricevuto il *May Davison Award* 2004 da parte della *British Psychological Society* per i suoi contributi allo sviluppo della psicologia clinica.

Riferimenti bibliografici:

- Harvey, A., Watkins, E., Mansell, W., & Shafran, R. (2004). Cognitive behavioural processes across psychological disorders: A transdiagnostic approach to research and treatment. Oxford University Press.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 504-511
- Watkins, E.R. (2004). Adaptive and Maladaptive Ruminative self-focus during Emotional Processing. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1037-1052.
- Watkins, E. (2008). Constructive and Unconstructive Repetitive Thought. *Psychological Bulletin*, 134, 163-206.
- Watkins, E.R. (2015). Psychological Treatment of Depressive Rumination. *Current Opinion in Psychology*, 4:32-36.
- Watkins, E.R., & Moulds, M. (2005). Distinct modes of ruminative self-focus: Impact of abstract versus concrete rumination on problem solving in depression. *Emotion*, 5, 319-328.
- Watkins, E.R., Scott, J., Wingrove, J., Rimes, K.A., Bathurst, N., Steiner, H., Kennell-Webb, S., Moulds, M., & Malliaris, Y. (2007). Rumination-focused Cognitive Behaviour Therapy for Residual Depression: a case series. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2144-2154.
- Watkins, E.R., Mullan, E.G., Wingrove, J., Rimes, K., Steiner, H., Bathurst, N., Eastman, E., & Scott, J. (2011). Rumination-focused cognitive behaviour therapy for residual depression: phase II randomized controlled trial. *British Journal of Psychiatry*, 199, 317- 322.

Responsabili dell'evento:

Dott.ssa Francesca Romana Righi
e-mail: righi@apc.it

Dott.ssa Roberta Trincas
e-mail: trincas.roberta@gmail.com



IL CORSO E' RIVOLTO A PSICOLOGI, MEDICI, PSICHIATRI E PSICOTERAPEUTI

E' prevista la traduzione consecutiva in italiano.

A conclusione del workshop sara' rilasciato un attestato di partecipazione

E' PREVISTO L'ACCREDITAMENTO ECM (9 CREDITI)

COSTO

Quota di 149,00 euro iva inclusa per le iscrizioni pervenute entro l'11 gennaio 2016.

Quota di 169,00 euro iva inclusa per le iscrizioni pervenute dopo l'11 gennaio 2016 e non oltre il 27 febbraio 2016.

SARA' RISERVATO LO SCONTO DEL 30% SULLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE PER I SOCI SITCC LAZIO IN REGOLA CON I PAGAMENTI.

ISCRIZIONE E MODALITÀ DI PAGAMENTO

Per iscriversi è necessario compilare la scheda online

(<http://www.apc.it/prof-watkins-depressione-e-rumination-focused-roma-12-13-marzo-2016>)

e versare la quota di partecipazione prescelta **entro le scadenze sopraindicate**, a mezzo bonifico bancario a : **Scuola di Psicoterapia Cognitiva srl , Banca Popolare dell' Emilia Romagna IBAN IT87K0538703202000001606300**

In caso di rinuncia al corso la quota versata non sarà restituita.

SEDE E ORARI DEL CORSO

Il Corso si terrà presso centro Congressi Cavour, via Cavour n. 50/a Roma

Orario di sabato 12 marzo 2016: 09.00-13.00/14.00-18.00

Orario di domenica 13 marzo 2016: 09.00-13.00

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

SPC s.r.l - Viale Castro Pretorio, 116 - Roma WEBSITE: www.apc.it

Per informazioni : Sig. Franco Cicaloni email: iscrizioniworkshop@apc.it