



**Scuola di Specializzazione
in Psicoterapia
Cognitivo-Comportamentale**

Direttore e Fondatore dott. Giovanni Lo Savio

PIANO DIDATTICO

Istituto Tolman

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitivo Comportamentale

Riconosciuta Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca

“Il mestiere dello Psicoterapeuta è come quello di un artigiano, che conserva un sapere antico e lo offre con esperienza. L'Istituto Tolman è quel laboratorio, quella bottega in cui imparare con umiltà a sporcarsi le mani. Perché la Psicologia è una Scienza, e la Psicoterapia è Scienza Applicata al Servizio della Persona. Allora non contare i giorni, ma fa sì che essientino!”

Lo scopo della formazione

Lo scopo è quello di formare Psicoterapeuti competenti ed efficaci che, attraverso un'intensa relazione terapeutica, restando aperti all'esperienza del momento presente e centrati nel qui ed ora, sappiano offrire interventi fondati sui principi delle Scienze Cognitive e Comportamentali e cuciti su misura sulla Persona, i suoi valori e il suo contesto attraverso una formulazione del caso individualizzata.

In linea con la recente corrente definita *Process-based CBT* (Hofmann & Hayes, 2018), la Scuola mira a sviluppare negli allievi le competenze centrali per offrire interventi processuali basati sui più accreditati trattamenti *evidence-based* di 1°, 2° e 3° generazione del panorama cognitivo-comportamentale.

Il modello teorico di riferimento

Il modello di riferimento è la terapia cognitivo-comportamentale basata sui processi, modello che distilla i contributi teorici e le strategie terapeutiche più accreditate delle psicoterapie *evidence-based* di 1°, 2° e 3° generazione.

Da questa prospettiva uno degli scopi centrali della terapia è lo sviluppo della flessibilità psicologica e la promozione di una vita ricca e significativa per la Persona.

Le terapie lavorano per obiettivi condivisi a partire da un'accurata formulazione del caso, che tiene conto dei valori personali del paziente, promuovendo nel paziente abilità di accettazione e cambiamento attraverso una metodologia attiva ed esperienziale.

Le strategie terapeutiche operano su tre repertori di comportamento: il repertorio emotivo-fisiologico, il repertorio cognitivo-verbale, il repertorio comportamentale di coping (overt e covert). Cognizioni, emozioni e comportamenti sono in relazione funzionale tra loro, e sono espressioni di predisposizioni biologiche e di interazioni con il contesto attuale, storico e verbale.

Aspetti fondanti del modello cognitivo-comportamentale sono:

- lo studio empirico dei processi umani alla base degli eventi psicologici e del funzionamento fisiologico dell'uomo;

- la formulazione del caso (FC) individualizzata, una rappresentazione sufficientemente coerente della singolare esperienza della persona, che tiene conto della biologia, della storia di apprendimento, delle interazioni con il contesto attuale e storico, delle preferenze e valori della persona, in una prospettiva bio-psico-sociale;
- la concettualizzazione del caso, che permette di far dialogare la FC con modelli di funzionamento fisiologico e psicopatologico utili a definire obiettivi e ad indirizzare il piano terapeutico;
- il riferimento alle evidenze di efficacia presenti in letteratura per pianificare il trattamento, considerando le strategie più accreditate per il lavoro mirato su specifici processi o su specifiche costellazioni sintomatologiche;
- il monitoraggio dell'intervento, ovvero la scelta di misure utili per monitorare l'andamento dell'intervento, coerenti con i cambiamenti ricercati dalla persona e concordati con il terapeuta;
- l'epistemologia del contestualismo funzionale, per comprendere ciascun comportamento nell'interazione con il suo contesto (attuale e storico), e per selezionare azioni cliniche efficaci a favorire il cambiamento del paziente nella direzione dei suoi valori personali.

Un valore centrale ha la relazione terapeutica, uno dei predittori dell'efficacia del trattamento. Costruire un'efficace alleanza terapeutica significa sviluppare un'adeguato legame affettivo, condividere in modo esplicito il rationale di terapia e gli obiettivi, definire chiaramente compiti e ruoli. La relazione terapeutica è lo spazio di incontro in cui esplorare in modo esperienziale e con empirismo collaborativo i propri pattern cognitivi-emotivi-comportamentali, le proprie esperienze, motivazioni, valori. Nel contesto della relazione, il paziente e il terapeuta possono riconoscere e ampliare le prospettive più o meno esplicite, le regole più o meno rigide, che qualsiasi essere umano, nella corso dell'interazione con le sue relazioni significative, ha appreso e spesso cristallizzato, ricavandone premesse attraverso cui può rapportarsi e reagire alle relazioni attuali. Parte fondamentale del processo terapeutico è riconoscere e affrontare le rotture relazionali. La relazione terapeutica diviene strumento elettivo per osservare, evocare e validare i pattern disadattivi, e per promuovere comportamenti alternativi più efficaci per perseguire i propri valori.

Articolazione dell'offerta formativa

La formazione è articolata secondo 3 momenti

- Didattica

La didattica comprende: lezioni, formazione personale, esercitazioni, workshop, convegni, seminari, esami in itinere e di profitto, studio guidato, lavori di gruppo, preparazione della Tesi di Specializzazione. E' consentito un massimo di assenze pari al 20% delle ore annue di lezione.

Supervisione Plenaria d'aula (100 ore complessive nei 3 anni a partire dal 2° anno)

Totale ore di Didattica: 1200 ore di formazione nei 4 anni (300 ore annue)

- Tirocinio

Il tirocinio clinico comprende le ore svolte in contesti pubblici o privati accreditati, allo scopo di esercitare le competenze sviluppate nel corso della didattica e della supervisione.

Totale ore di Tirocinio: 720 ore (200 ore al 1° e 2° anno; 160 ore al 3° e 4°anno).

Per l'accesso all'Esame di Specializzazione bisogna svolgere un minimo di 600 ore di tirocinio.

- Supervisione

Supervisione personale (a partire dal 3° anno): 20 ore complessive nei due anni

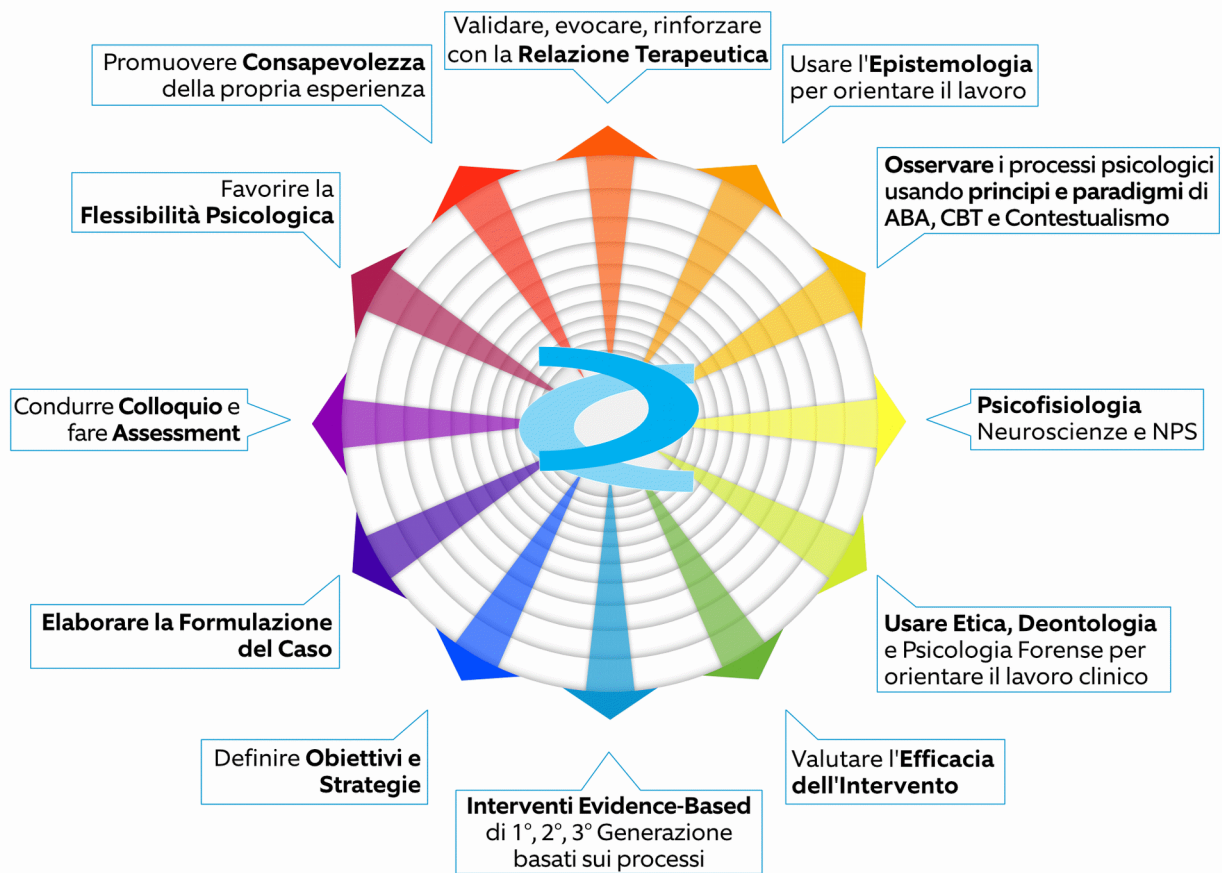
Supervisione in piccolo gruppo sui casi (a partire dal 3° anno): 60 ore complessive nei due anni

Supervisione Plenaria d'aula: 100 ore complessive nei 3 anni (all'interno della didattica)

Supervisione Specialistica Opzionale: fino a 20 ore a partire dal 1° anno

Totale ore di Supervisione: complessivamente 200 ore

Skill dello Psicoterapeuta Cognitivo Comportamentale



Istituto Tolman 2018

Obiettivi formativi e articolazione della formazione

Il primo biennio di Scuola

Acquisire competenze teorico-pratiche su:

- **aspetti storici ed epistemologici:** la prospettiva cognitivo-funzionale, il contestualismo funzionale e la CBT basata sui processi;
- **principi e paradigmi dell'analisi del comportamento** e del contestualismo funzionale;
- **principi e paradigmi delle terapie cognitive standard:** TC di A.T. Beck e J. Beck, REBT di A. Ellis, elementi di post-razionalismo e costruttivismo;
- **principali modelli di 1°, 2° e 3° generazione** (con particolare riferimento a CBT, ACT e TMC);
- **condurre i primi colloqui:** dall'accoglienza al consenso informato;
- **condurre l'assessment cognitivo-comportamentale:** raccolta della storia di vita, assessment trasversale, assessment focalizzato (ABC cognitivo e analisi funzionale comportamentale AF), assessment psicodiagnostico e testologico, assessment psicofisiologico;
- **osservare e misurare i repertori di comportamento** (overt e covert): repertorio emotivo-fisiologico, cognitivo-verbale, di coping;
- **elementi di psicopatologia** e diagnostica clinica;
- **elementi di metodologia della ricerca e valutazione della psicoterapia:** costruzione e valutazione di psicometrici, disegni di ricerca e studio del caso singolo;

- **elementi di psicofisiologia, neuroscienze e neuropsicologia clinica:** funzioni cognitive e valutazione NPS, network cerebrali e psicopatologia, eccitabilità corticale e interventi basati sui processi;
- **strategie terapeutiche per l'intervento:** psicoeducazione, tecniche cognitive, comportamentali, di rilassamento, di mindfulness e acceptance, skills training (assertività, ecc.);
- **strategie di intervento per l'età evolutiva e i disturbi del neurosviluppo;**
- **elementi di psicologia clinica forense:** etica, deontologia, segreto professionale e segnalazione e colloquio clinico in contesto giudiziario;
- **training specifici, workshop esperienziali, convegni, seminari;**

Nel primo biennio gli allievi svolgono le ore di supervisione e tirocinio

- **supervisione plenaria d'aula** (20 ore parte delle ore di didattica a partire dal 2° anno);
- **tirocinio clinico** 200 ore annue.

Il secondo biennio di Scuola

Acquisire competenze teorico-pratiche:

- **operare la formulazione del caso (FC) e la concettualizzazione** attraverso i principi e i paradigmi di base, e i principali modelli clinici;
- **condurre il colloquio clinico** per motivare al trattamento e ricognizione dei valori personali;
- **definire e concordare gli obiettivi terapeutici;**
- **definire il piano di trattamento e le strategie terapeutiche** in funzione della FC;
- **applicare strategie terapeutiche:** tecniche cognitive, comportamentali, di mindfulness e acceptance, skills training;
- **strategie e tecniche basate sulla relazione terapeutica (RT):** osservare, costruire e usare strategicamente la RT in terapia;
- **condurre interventi evidence-based** accreditati: interventi transdiagnostici basati sui processi, interventi disturbo-specifici (disturbi d'ansia, disturbi dello spettro DOC; disturbi del comportamento alimentare; disturbi dell'umore, ecc.), interventi su popolazioni specifiche (età evolutiva, adulti, coppie, famiglie, gruppi);
- **selezionare e applicare modelli clinici di 1°, 2° e 3° generazione:** CBT e REBT, ACT, TMC, BA, DBT, FAP, ecc.;
- **elementi di metodologia della ricerca e valutazione della psicoterapia:** studio del caso singolo, analisi parametriche e non parametriche;
- **elementi di psicologia clinica forense:** aspetti psicopatologici e colloquio clinico con autori e vittime di reato;
- **training specifici, workshop esperienziali, convegni, seminari;**

Nel secondo biennio gli allievi svolgono le ore di supervisione e tirocinio

- **supervisione plenaria d'aula** (restanti 80 ore)
- **supervisione personale, sui casi in piccolo gruppo** (si veda regolamento della supervisione)
- **tirocinio clinico** 160 ore annue.