



ISTITUTO DI RICERCA E INTERVENTO PER LA SALUTE
Viale Lunigiana 40
20124 Milano
Tel: 02 94.38.28.21
Fax: 02.947.555.96
E-Mail: amministrazione@spazioiris.it
www.spazioiris.it



Certificato N° ES-0326/2017

DENOMINAZIONE E ID DEL PROVIDER; SPAZIO IRIS – ID PROVIDER 4995

TITOLO ED EVENTUALE EDIZIONE: TRAINING DI PRIMO LIVELLO IN TERAPIA COGNITIVA BASATA SULLA MINDFULNESS PER IL DISTURBO OSSESSIVO COMPULSIVO

SEDI DI SVOLGIMENTO DELL'EVENTO; FAD CARTACEO

IL MATERIALE DIDATTICO ACCREDITATO SARA' INVIATO DALLA SEGRETERIA ORGANIZZATIVA E FRUIBILE OFFLINE ATTRAVERSO PROGRAMMI DI LETTURA (WORD, PDF, POWER POINT)

RESPONSABILE SCIENTIFICO DELL'EVENTO: FABRIZIO DI DONNA

DESTINATARI DELL'ATTIVITA' FORMATIVA; tutte le professioni sanitarie

OBIETTIVO FORMATIVO:

1 - Applicazione nella pratica quotidiana dei principi e delle procedure dell'evidence based practice (EBM - EBN - EBP);

ORARI DI INIZIO E DI FINE SUDDIVISI PER GIORNATE:

fad con invio di materiale cartaceo, disponibile dal 19 giugno 2026 fino al 21 giugno 2026

PROGRAMMA DETTAGLIATO DELLE DIVERSE SESSIONI:

- come funziona il DOC e dei processi e meccanismi cognitivi che attivano e mantengono i sintomi ossessivi
- Comprendere il ruolo centrale della meditazione di mindfulness nel facilitare i processi di decentramento, disidentificazione e dell'esposizione consapevole, che sono fondamentali nel trattare i problemi ossessivi
- Apprendere il ruolo dell'accettazione e dell'auto-compassione nel modificare in modo funzionale gli automatismi cognitivi e i meccanismi cognitivi patogeni del DOC
- Conoscere il rationale e le basi culturali e scientifiche del programma MBCT per il DOC
- Apprendere i principi di base e le caratteristiche chiave del modello MBCT per il DOC, nonché il formato delle sedute e la struttura del programma terapeutico
- Comprendere il programma e le attività terapeutiche di base per ciascuna delle undici sedute di gruppo del protocollo MBCT per il DOC
- Sviluppare e/o approfondire la propria pratica di mindfulness, sottolineando l'importanza sia delle pratiche meditative formali e sia della consapevolezza come modo di essere nella vita quotidiana, presupposti fondamentali per diventare insegnanti di MBCT per il DOC e per applicare efficacemente il programma con i pazienti
- Apprendere gli esercizi, le competenze e le linee guida di base necessarie per iniziare a utilizzare il programma MBCT per il DOC nel trattamento psicoterapeutico individuale.



ISTITUTO DI RICERCA E INTERVENTO PER LA SALUTE

Viale Lunigiana 40

20124 Milano

Tel: 02 94.38.28.21

Fax: 02.947.555.96

E-Mail: amministrazione@spazioiris.it

www.spazioiris.it



Certificato N° ES-0326/2017

NUMERO DI CREDITI RICONOSCIUTI: 24 crediti ecm

BREVE CURRICULUM BITAE DEI DOCENTI E MODERATORI:

Fabrizio Di Donna: Psicologo-psicoterapeuta, Istituto Italiano per la Mindfulness, Shanghai Jiao Tong University, Universitat de Barcelona