

**ACT avanzato III edizione – Workshop esperienziale sui processi dell'Acceptance and Commitment Therapy
Webinar, 17/18 ottobre 2026**

Nome e id provider: Ideas Group srl n. 352 – Firenze

Destinatari: Medico chirurgo – Psicologo

Crediti: 15

Obiettivo formativo: 1

Responsabile scientifico: Giovambattista Maria Lino Presti

Panoramica

L'ACT, sviluppata da Hayes, Strosahl e Wilson (1999; 2013), è un modello di intervento con una forte componente esperienziale che ha dimostrato la sua efficacia in oltre 400 trial clinici randomizzati in diversi contesti clinici e non. La psicoterapia ACT si è dimostrata efficace nel trattamento di ansia, depressione, pensieri e rituali ossessivi, ricordi traumatici, dolore cronico, stress, burnout e difficoltà relazionali.

Durante il workshop cercheremo di rispondere alle domande “Come applicare l'ACT nella pratica?”, “Quali sono gli obiettivi che si possono raggiungere?”, “Funzionerà anche per i miei pazienti?”.

L'ACT fornisce prospettive e strumenti che aiutano i pazienti a trattare i pensieri e le emozioni più complesse con apertura e curiosità, in modo che abbiano un impatto meno doloroso e limitante sulla persona. Durante il workshop vedremo come mettere a fuoco ciò che è importante e significativo per i pazienti e invitarli ad utilizzare i propri valori come guida nelle scelte quotidiane.

Il workshop sarà basato su esperienze pratiche e saranno proposti una serie di esercizi di mindfulness e attività esperienziali svolti in piccoli gruppi o in coppia. Questa metodologia interattiva favorirà un apprendimento coinvolgente e profondo, consentendo ai partecipanti di applicare in modo immediato le competenze apprese durante il workshop.

Sabato 17 ottobre 2026

Dalle 9.30 alle 13.00

La giornata di sabato inizierà alle ore 9:30 con una introduzione sull'ACT, dove esploreremo la teoria alla base del modello e le sue differenze rispetto ad altri approcci terapeutici. Verranno presentati i sei processi centrali dell'ACT, tra cui l'accettazione, la defusione cognitiva, il contatto con il momento presente, il sé come contesto, i valori e l'azione impegnata. Verrà presentato un esercizio esperienziale di mindfulness, utile per aprire il workshop e orientare i partecipanti verso l'approccio ACT.

Durante la mattinata, ci concentreremo su come gestire pensieri ed emozioni spiacevoli utilizzando le tecniche di defusione e accettazione, strumenti fondamentali per aiutare i pazienti a prendere distanza dai pensieri potenzialmente ostacolanti. Verranno proposti esercizi pratici per integrare queste tecniche nella propria pratica clinica, con momenti di lavoro in piccoli gruppi per favorire l'applicazione e la discussione.

Dalle 14.00 alle 17.30

Dopo la pausa pranzo, a partire dalle 14:00, ci sposteremo sul tema dei valori e dell'azione impegnata. I partecipanti apprenderanno come supportare i pazienti nell'identificazione dei propri valori personali e nell'utilizzarli come guida per prendere decisioni significative nella vita quotidiana. Saranno proposti esercizi esperienziali per esplorare i propri valori e lavorare con i pazienti in questo ambito. Anche in questo caso, il lavoro in piccoli gruppi o in coppie permetterà di sperimentare direttamente l'applicazione delle tecniche.

Verranno approfonditi esercizi di mindfulness, illustrando come possano facilitare la flessibilità psicologica e favorire un cambiamento concreto nel comportamento delle persone. Attraverso discussioni di casi clinici, analizzeremo come l'ACT possa essere applicata a difficoltà come ansia e depressione.

Domenica 18 ottobre 2026

Dalle 9.30 alle 12.30

La seconda giornata inizierà alle ore 9:30. Questa sessione sarà dedicata principalmente all'integrazione delle procedure ACT nella pratica clinica. Attraverso la discussione di casi clinici specifici, i partecipanti avranno l'opportunità di esplorare come applicare l'ACT a contesti reali, affrontando anche eventuali resistenze o difficoltà nel processo terapeutico.

La chiusura del workshop sarà dedicata a una riflessione collettiva sulle esperienze vissute durante le due giornate. Verranno fatte domande e proposti esercizi conclusivi di mindfulness per accompagnare i partecipanti nella fase finale dell'esperienza formativa.

CURRICULA DOCENTI EVENTO

GIOVANNI ZUCCHI (C.F. ZCCGNN77D24H223C)

Giovanni Zucchi è psicologo clinico e psicoterapeuta. Responsabile della Riabilitazione Alcolologica dell'Ospedale "Maria Luigia" di Monticelli Terme (PR). Socio fondatore ACBS e Past President ACT-Italia, attualmente membro del Consiglio Direttivo. Impegnato in modo attivo nello studio, nella ricerca, nella diffusione e soprattutto nell'utilizzo clinico dell'Acceptance and Commitment Therapy – ACT, della Compassion Focused Therapy – CFT e di altri approcci di terza generazione. Ha curato l'edizione italiana di libri, quali "Fare ACT – Una guida pratica per professionisti all'Acceptance and Commitment Therapy" e "Fare TFC – Guida pratica per professionisti alla terapia Focalizzata sulla Compassione" (ed. Franco Angeli, Milano). Dal 2007 fornisce il suo contributo come formatore rispetto a questi argomenti.