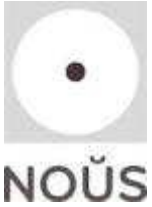




OSPEDALE SAN RAFFAELE
ISTITUTO DI RICOVERO E CURA A CARATTERE SCIENTIFICO



“Mindfulness e comportamenti di dipendenza: il programma Mindfulness-based Relapse Prevention (MBRP)”

relatrice

Neharika Chawla - PhD Washington University – Seattle

Milano 14-15 Luglio 2014

Il workshop, organizzato dal Servizio Alcoldipendenze dell’Ospedale San Raffaele e da Nous – Scuola di Psicoterapia, si rivolge a psicologi, psicoterapeuti, medici, educatori e altre figure sanitarie e sarà condotto dalla Dott.ssa Neharika Chawla, autrice del testo “Mindfulness-based Relapse Prevention for Addictive Behaviors: A Clinician’s Guide”.

La presentazione del protocollo MBRP darà priorità allo svolgimento della pratica di Mindfulness e alle condivisioni, lasciando sullo sfondo la componente di didattica formale secondo l’approccio di apprendimento esperienziale promosso dagli autori del manuale.

Il workshop intende inoltre rappresentare una tappa di un più ampio percorso che prevede un’ulteriore tranche di formazione utile per la efficace somministrazione del protocollo secondo le linee guida e nel rispetto dell’aderenza allo stesso, e lo sviluppo di un progetto di ricerca che abbiamo interesse a promuovere sul territorio italiano.

In quest’ottica abbiamo dedicato una piccola parte della seconda giornata alla presentazione di specifici quesiti clinico-esperienziali, presentabili (in forma di brevi filmati o trascrizioni di condivisioni di gruppo o schede) da parte di coloro che hanno già iniziato a cimentarsi con il protocollo e che saranno oggetto di discussione con N. Chawla. Questa sezione maggiormente interattiva non è da intendersi come una supervisione o come una presentazione “in stile congressuale”, ma come una valida occasione di costruttivo confronto con una delle ideatrici del programma.

Chi fosse interessato a partecipare attivamente a quest’ultima sezione è invitato a contattarci per maggiori dettagli e a inviarci il materiale da visionare entro la fine di Maggio; verranno selezionati alcuni contributi maggiormente idonei alla finalità didattica del workshop.

Il workshop sarà tenuto in lingua inglese e ci avvarremo della traduzione consecutiva.

Sono inoltre stati richiesti i crediti formativi ECM. Il costo della partecipazione al workshop (compresi i crediti formativi) sarà di 200 euro + IVA per le due giornate.

Modalità di iscrizione: inviare la scheda anagrafica debitamente compilata, unitamente alla contabile del bonifico bancario al seguente indirizzo mail alcool.dipendenze@hsr.it. Le iscrizioni verranno accettate in ordine d'arrivo.

Modalità di pagamento:

Coordinate Bancarie Europee: IBAN: IT79 B 02008 09432 000101972801

Coordinate Bancarie Internazionali: BIC CODE: UNCRITMMOMI

Intestazione C/C: OSPEDALE SAN RAFFAELE S.R.L. Via Olgettina, 60 – 20132 Milano
C.F. e P.IVA 07636600962

Causale: iscrizione workshop MBRP + Nome Cognome

Responsabile scientifico: Mariagrazia Movalli

Segreteria e coordinamento: Martina Testa e Marina Devoti

Per maggiori informazioni: alcool.dipendenze@hsr.it/tel. 02 26433226

Sede: NOUS - Via Piranesi, 14 – 20123 – Milano

Il Servizio Alcoldipendenze OSR

PROGRAMMA DELLE GIORNATE

LUNEDÌ 14 LUGLIO

8.30 Registrazione dei partecipanti

9.00 Breve meditazione d'apertura e riflessione sulle intenzioni, presentazione dei partecipanti
Razionale dell'approccio all'apprendimento esperienziale della Mindfulness
Presentazione del programma di svolgimento del workshop
Introduzione ai modelli RP (Relapse Prevention) e MBRP

10.30 Coffee Break

11.00 **SESSIONI** (esercizi di pratica e condivisione)
Sessione 1: Pilota automatico e ricaduta
Sessione 2: Consapevolezza degli eventi scatenanti e del craving

13.30 PRANZO

15.00 Sessione 3: Mindfulness nella vita quotidiana

16.30 Coffee Break

17.00 Sessione 4: Mindfulness nelle situazioni ad alto rischio

18.00 Chiusura della giornata

MARTEDÌ 15 LUGLIO

8.00 Sessione 5: Accettazione e azione efficace
Sessione 6: Vedere i pensieri come pensieri

10.00 Coffee Break

10.30 Sessione 7: Cura di sé e stile di vita equilibrato
Sessione 8: Supporto sociale e proseguimento della pratica

12.30 PRANZO

14.00 Sezione dedicata ai quesiti clinico-esperienziali e alla presentazione del materiale

15.30 Coffee Break

16.00 Ripresa dei lavori

17.30 Conclusione dei lavori e compilazione questionari ECM