

Terapia Dei Pensieri

1222.139

Un'introduzione organica e completa alla psicoterapia cognitiva. I più recenti modelli cognitivi della valutazione e dell'intervento psicoterapico sono fatti oggetto di un'accurata trattazione, che si caratterizza per il frequente ricorso ad esempi concreti, tratti da trascrizioni integrali di sedute. Questa vivida presentazione della dimensione pratico-operativa della psicoterapia cognitiva acquata poi respiro sullo sfondo di un'originale ricostruzione storica dell'influenza delle scienze della mente sulle teorie del cognitivismo clinico, da quelle dei pionieri Beck ed Ellis, fino al più recente approccio 'metacognitivo', di cui lo stesso autore è uno dei più autorevoli esponenti.

239.309

Molte persone hanno standard di comportamento così elevati da compromettere il proprio benessere psicologico e, molto spesso, anche i rapporti con le persone che hanno accanto. Questo libro, grazie a un'esposizione agile ma scientificamente rigorosa, consente di penetrare la complessità dei diversi fattori che caratterizzano il perfezionismo patologico. Vengono analizzati gli aspetti cognitivi e comportamentali alla base di questo atteggiamento di estrema rigidità verso se stessi e gli altri e, attraverso tecniche di comprovata efficacia clinica, vengono forniti gli strumenti per valutare l'intensità del proprio perfezionismo e per affrontare adeguatamente i problemi a esso associati. Una parte del volume è dedicata interamente alle possibili

interazioni tra il perfezionismo e altri disturbi psicologici (come depressione, ansia, disturbi ossessivo-compulsivi, disturbi alimentari, fobia sociale, ecc.) e fornisce utili indicazioni terapeutiche per ognuna delle patologie trattate. Questa seconda edizione rivista e aggiornata affronta infine il possibile ritorno del perfezionismo e le strategie per debellarlo una volta per tutte.

Tutte le riforme della scuola hanno un tratto comune: cadono dall'alto. Sono riforme fatte da politici e tecnici, che da qualche decennio operano in Italia per fare della scuola gentiliana, fondata sulla separazione (inevitabilmente classista) tra sapere umanistico e formazione tecnico-professionale, una scuola-azienda al servizio del mercato e dei suoi valori competitivi. Ai docenti non resta che adeguarsi, sottoponendosi ad un tour de force formativo per mettersi al passo con i tempi, imparando le nuove parole d'ordine ministeriali e diventando semplici esecutori di un progetto politico-educativo pensato da altri. Discutendo con docenti, studenti, persone interessate a vario titolo all'educazione e alla scuola, gli autori cercano in questo libro una alternativa praticabile: una scuola realmente democratica, centrata sul dialogo e sulla relazione, in cui ci si educa all'impegno ed alla critica sociale. Non un ideale né un progetto di riforma dall'alto, ma un modo per ripensare dal basso l'insegnare e l'apprendere, e per ripensare, attraverso la scuola, la nostra stessa democrazia, minacciata da disimpegno, fascismi di ritorno, populismi, razzismi e chiusure pseudo-identitarie. Il testo introduce alle tecniche di base per l'agevolazione e il sostegno nel Micro- Counseling e nel

MicroCoaching. Vengono presentati gli interventi essenziali per consentire una preparazione propedeutica ai corsi professionali sia di Counseling che di MentalCoaching.

Questo libro suggerisce che l'introduzione della mindfulness nelle scuole, associata alla pratica occidentale del dialogo filosofico, rappresenta l'occasione per un cambiamento di paradigma in campo educativo. La mindfulness può essere uno strumento efficace per affrontare problemi sempre più diffusi nelle nostre scuole, come violenza e bullismo, disattenzione, difficoltà di concentrazione, burnout dei docenti. Per Vigilante, tuttavia, essa attua tutte le sue potenzialità solo se inserita in un progetto educativo più complesso.

1250.202

1222.135

Una guida consistente per tutti i professionisti della relazione d'aiuto che svolgono anche attività clinica con le coppie. Il testo Evidence-based raccoglie le migliori pratiche terapeutiche in ottica transdiagnostica per effettuare trattamenti integrati pluralistici efficaci basati sulle più recenti ricerche scientifiche.

La natura dell'insight è chiarita e analizzata nella sua complessità e costituisce nel testo un progetto metodologico di ampia portata... Una discussione pluriennale, su questo tema di elevata rilevanza ha prodotto l'elaborazione di un documento originale controfirmato dai maggiori esponenti di tutte le scuole di psicoterapia

Le pratiche e le tecniche psicoterapeutiche per affrontare le principali patologie legate all'alimentazione. Secondo le linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, la terapia cognitiva è il trattamento psicoterapeutico migliore per i disturbi alimentari. È un metodo di cura che nella formula

standard privilegia il trattamento della sopravvalutazione del peso e dell'aspetto corporeo nella costruzione dell'autostima e per combattere il timore pervasivo di non essere perfetti in ogni aspetto della vita. Il libro propone una variante originale del trattamento cognitivo dei disturbi alimentari con un modello che aggiunge alle normali componenti tre nuovi bersagli terapeutici: il primo è rivolto a sedare i processi di rimuginio; il secondo si concentra sulla tendenza patologica a controllare non solo l'alimentazione ma ogni aspetto della vita; l'ultimo è invece teso a intervenire sulle esperienze relazionali, in particolare quelle che riguardano le critiche e i commenti subiti da parte delle figure di riferimento, come per esempio i genitori. Il nuovo approccio permette di migliorare la comprensione della patologia dei disturbi alimentari e incrementare l'efficacia del trattamento. Il volume raccoglie riflessioni e analisi di un pool internazionale di esperti della materia.

Il volume è concepito come compendio guida per i professionisti psicoterapeuti che basano le strategie metodologiche e le tecniche d'intervento sull'evoluzione delle più recenti evidenze scientifiche. • Valutazione transdiagnostica • Generare relazioni terapeutiche adeguate e compatibili • Selezionare ed effettuare trattamenti personalizzati efficaci • Effettuare verifiche documentabili dei risultati progressivi conseguiti

Questo volume si pone come l'occasione per un gruppo di psicoterapeuti provenienti da paradigmi teorici e concettuali differenti d'interrogarsi sul lavoro clinico e psicoterapico con il malato oncologico delineando percorsi teorici, ma soprattutto esperienziali. La scelta del curatore di far rispettare ai vari autori un impianto comune, permetterà facilmente al lettore di cogliere, pur nei differenti stili espositivi, aspetti di continuità piuttosto che sottolineare altrettanto importanti elementi di discontinuità. L'intento di

questo volume è infatti quello di guardare all'interno della "nostra cassetta degli attrezzi" per cercare di capire cos'è che cura, con quali strumenti cioè affrontare le angosce, gli sconquassi dell'immagine corporea, il vivere nell'incertezza, gli squilibri familiari e interpersonali dei pazienti, mostrando la complessità dei fattori in gioco e l'articolazione delle strategie operative, per arrivare non a una contrapposizione tra i diversi modelli presentati, ma a una teoria dell'azione terapeutica. Per queste caratteristiche riteniamo che il volume sia utile non solo a chi già lavora o intende approcciarsi al malato oncologico, ma a coloro che, lavorando con patologie gravi e/o avanzate, devono affrontare l'esplorazione di zone d'ombra dove si annidano paure ferali, rabbie e perdita. La funzione educativa del cammino a piedi.

"C'era una pianta rigogliosa, che si espandeva verso il cielo con i suoi grandi rami e le sue foglie verdi come smeraldo: tutti venivano a guardarla, ad ammirarla. Aveva trovato il suo posto nel parco e quindi nel mondo: donava freschezza, pace, serenità a coloro che si affidavano alla sua ombra." La nutrizione studia scientificamente gli elementi essenziali per il mantenimento in vita, l'alimentazione è il relativo comportamento che fa sì che l'individuo possa raggiungere il fine di una adeguata nutrizione. Purtroppo, come è ben noto, quando si parla di comportamento umano, il tutto si complica notevolmente per cui la ricerca e l'utilizzazione del cibo disponibile è influenzato da molteplici fattori interni, e non certo ultima la percezione del sé corporeo, e esterni, ambientali, sociali ecc. Si rende perciò necessario per tutti i clinici che vogliano occuparsi di disturbi quali il sovrappeso o il sottopeso e alla psicopatologia connessa alla percezione del proprio corpo, fare una particolare attenzione al momento diagnostico, qui inteso come presa di contatto e tentativo di comprensione della persona che ha un problema, una sofferenza, una sindrome organica, psicologica o mista.

L'analisi con metodiche scientificamente valide del caso clinico, dall'osservazione, al colloquio, all'anamnesi, alle metodiche di analisi laboratoristiche o psicofisiologiche, che, tutte, possono offrire preziosi dati per lo scopo finale della diagnosi, la prognosi ovvero una sorta di previsione, in questo caso con possibilità scientifiche di verifica. La messa in atto di questo insieme di metodologie, farà sì che anche i trattamenti, siano essi farmacologici, psicoterapeutici o misti, possano efficacemente essere valutati nella loro efficacia sino alla auspicabile guarigione. Si parla infine non solo di alimentazione e dei suoi disturbi ma, secondo l'opinione dell'autore, in maniera pertinente, di sovrappeso e sottopeso, volendo qui sottolineare che l'approccio multidimensionale e multidisciplinare che viene proposto nel testo, possa essere allargato a tutta quella serie di disturbi che provocano alterazioni più o meno consistenti nella silhouette, dall'obesità a sindromi come quella di Cushing, l'amenorrea ipotalamica, l'ovaio policistico. Sono infine stati raccolti una serie di casi clinici esplicativi tratti dall'esperienza diretta dell'autore che possono guidare il lettore ad una migliore comprensione di quanto spiegato nel testo. Per chi è utile quindi questo testo? Esagerando un po' forse un po' per tutti quelli che sono interessati ad approfondire questo tema, poi a tutti gli studenti universitari che si laureano in discipline sanitarie e sociali, specializzando psichiatri e psicoterapeuti e, all'interno della formazione continua, a tutti i professionisti del settore.

Terapia dei pensieri
Guarire il pensiero
La terapia essena per il risveglio
Venexia Editrice

Gli Esseni sono da sempre riconosciuti quali terapeuti dell'anima e del corpo. Eredi di una tradizione millenaria, portano avanti tutt'oggi la loro opera di guarigione dell'umanità e della terra. Le terapie essene

vedono nell'uomo l'essere globale abitato dal Divino e mirano al ristabilirsi dell'armonia totale della persona. Olivier Manitara, Maestro esseno, ci offre in questo testo indicazioni preziose per ottenere la guarigione globale dell'essere, iniziando dal risveglio della coscienza e dall'armonia del pensiero, e ci fornisce numerosi esercizi terapeutici di guarigione attraverso la concentrazione, la meditazione e le preghiere agli Angeli.

Gli ultimi anni hanno testimoniato un significativo aumento della ricerca nell'ambito del gioco d'azzardo patologico – una diagnosi purtroppo spesso trascurata dai medici, non sempre consci delle sue conseguenze a livello personale e sociale, e a volte nemmeno delle attuali possibilità di cura. Di fatto, oggi, i clinici possono scegliere tra diverse opzioni terapeutiche in grado di migliorare in modo incisivo la qualità di vita delle persone che soffrono di questa patologia disabilitante. Questo volume si presenta come una "guida clinica" che offre al lettore una panoramica omnicomprensiva sull'argomento dal punto di vista della salute pubblica, delle caratteristiche cliniche e della terapia, della psicoterapia e della psicofarmacologia, facendo il punto sullo stato dell'arte del recente, straordinario progresso in questo campo. Scritti dai maggiori esperti internazionali negli aspetti psichiatrici del gioco d'azzardo, i vari capitoli ne descrivono in dettaglio la fenomenologia clinica, l'eziologia e la terapia, evidenziando gli approcci clinici attuali che possono favorire una precoce identificazione, la remissione dei sintomi, e migliorare la stabilizzazione. Vengono inoltre

discusse nel libro la prevalenza e la definizione del problema ricreazionale e del gioco d'azzardo patologico, la relazione tra i differenti livelli di gravità e i suoi effetti sulla salute e sul benessere dei pazienti. I volume rappresenterà quindi per psichiatri, ricercatori e per tutti coloro che operano nel campo della salute mentale una fonte aggiornata di informazione sul questa importante patologia e sugli ultimi risultati della ricerca scientifica in questo campo.

Una giovane donna si presenta con una diagnosi di anoressia nervosa ed è convinta che il suo problema abbia radici magiche. Dei genitori si sentono impotenti rispetto al consumo di sostanze stupefacenti da parte del proprio figlio. Una coppia formata da un uomo e una donna di diversa razza si trovano in disaccordo su come educare i propri figli. Come possiamo aiutare questi pazienti proponendo un intervento che sia rispettoso delle differenze religiose, culturali, sociali e di genere? La presente opera cerca di dare delle risposte a queste difficili domande e si propone come valido strumento per i professionisti della salute mentale (psicologi, medici, assistenti sociali, educatori) che si occupano del trattamento di pazienti musulmani che vivono nel Nord America, in Australia e in Europa. Le tematiche e le tipologie di intervento discusse in questo libro, grazie al contributo di autorevoli esperti in materia, sono diverse e sfaccettate. Gli argomenti che erano stati ignorati nella precedente letteratura vengono qui ripresi e affrontati, pensiamo ad esempio alla terapia delle problematiche sessuali, al counseling sull'abuso di sostanze, al counseling universitario e agli interventi di prevenzione

nella comunità. I capitoli sono arricchiti con tabelle, checklist e casi clinici che illustrano i concetti teorici e le strategie di cura. L'opera è unica per la sua ampia portata, poiché mette in evidenza tipologie di intervento che spaziano dal livello individuale a quello comunitario, dall'approccio psicoeducativo a quello psicoterapeutico declinato secondo i diversi paradigmi psicoanalitico, cognitivo-comportamentale e umanistico. Inoltre, vengono proposti dei capitoli che si focalizzano su tematiche peculiari quali il disagio sperimentato dai musulmani nati in occidente, dalle persone convertite all'Islam e da coloro che appartengono a delle minoranze etniche. Si tratta dell'unica guida attualmente presente sul mercato in grado di fornire ai professionisti della salute mentale le informazioni necessarie sull'efficacia delle cure per i pazienti musulmani e sulle modalità per contrastare lo stigma sociale e la vergogna che spesso ostacolano l'accesso ai servizi sanitari. Consapevoli dell'importanza di inquadrare qualsiasi forma di intervento all'interno della dimensione culturale e religiosa del paziente musulmano, gli autori propongono vasti riferimenti all'Islam, consentendo al lettore di approfondire anche questi aspetti che meno hanno a che fare con la pratica clinica ma che ne sono un corollario imprescindibile.

Contributi di: Marco Armiraglio, Laura Austoni, Francesca Barile, Lucio Bizzini, Giorgio De Isabella, Giuliano Geminiani, Fabio Giommi, Gianfranco Graus, Lorenza Isola, Furio Lambruschi, Walter Mascetti, Christine Meier, Rolando Peterniti, Rita Pezzati, Luigi Pintus, Giorgio Rezzonico, Lorenzo Rizzieri, Saverio

Ruberti, Fabio Veglia, Giovanni Zampato, Michele Zappella.

Questo libro, frutto della collaborazione di tre esperti dell'argomento, è una guida completa e pratica sulle cause, il trattamento e le implicazioni del disturbo bipolare, altrimenti definito come malattia maniaco-depressiva. Destinato a tutti coloro che soffrono di questa patologia, ma anche ai familiari che spesso la condividono intensamente, questo manuale prende in esame cause, sintomi e possibili terapie, fornendo inoltre una panoramica dei diversi tipi di supporto professionale che possono essere utili al paziente e a chi gli sta vicino. Il lettore troverà suggerimenti pratici su come affrontare e convivere con il disturbo, per esempio "monitorando" il proprio umore, oppure, su come gestire il denaro o risolvere problemi quali l'abitazione o le relazioni interpersonali, fino a come fruire degli aiuti offerti dalla società. La descrizione di storie reali - i box di sintesi posti alla fine dei vari capitoli - assieme ad indicazioni sulle organizzazioni cui fare riferimento e sugli web-forum dedicati a questo problema fanno sì che quest'opera possa fornire informazione e supporto a tutte le persone che devono affrontare la sconcertante turbolenza connessa al disturbo bipolare.

1250.221

Questo volume è la raccolta della massima parte dei lavori presentati al XV Congresso che l'AMISI ha organizzato insieme con la SIIC, la SEPI e la Fondazione AMISI Erickson: comunicazioni scientifiche, relazioni, letture magistrali, tavole rotonde, workshop. Si tratta di una cinquantina di autori che si

sono impegnati relazionando secondo l'orientamento che questo Convegno ha individuato. Intitolato a: "Evoluzione Personale e Psicoterapia Ipnotica - Specificità e potenzialità dell'approccio neo ericksoniano" ha richiamato i partecipanti a riflettere sulla Psicoterapia Ipnotica da diversi punti di osservazione, una opportunità per andare oltre la descrizione della sua applicazione clinica. Il Convegno ha stimolato il terapeuta a riflettere sulla propria qualità, per quel che riguarda la sua formazione, la sua crescita personale in relazione ad essa e l'approccio verso se stesso. Inoltre sono stati considerati sia la terapia che i punti di forza su cui essa si basa, e cioè, la relazione con il paziente, il profondo rapporto empatico che implica una sincera onestà nella comunicazione all'interno della coppia terapeutica, e di quei valori che questa schiettezza sottintende vale a dire ciò che noi, secondo Erickson, definiamo con il termine "Rapport". In ultimo, e non per importanza, il Congresso ha voluto mettere in luce il vissuto del terapeuta e la prerogativa della psicoterapia ipnotica che forma a operare in assenza di giudizio, con la disponibilità ad infrangere i propri preconcetti per accogliere il paziente nella sua unicità di espressione ed obiettivi.

Attraverso l'evocazione dell'immagine fiera e forte del leone che mangia, l'Autore espone al lettore una modalità altrettanto fiera e corretta del modo di mangiare che tuttavia l'uomo, generalmente, non mette più in atto. Lo invita a riflettere su comportamenti alimentari assurdi, ma diffusissimi; lo aiuta a riconoscere e a distinguere i vari stimoli che lo portano a mangiare senza avere

realmente fame e lo induce a riflettere su molti miti “dietologici”, ormai talmente radicati nell’immaginario collettivo da essere considerati erroneamente certezze tali da spingerlo verso conclusioni sbagliate.

This issue of CIRPIT REVIEW features the Cirpit Proceedings of three Conferences promoted by Cirpit Association in the year 2012, in collaboration with public and private institutions, universities and Philosophical Departments (CISRECO – ROMA TRE Univ, SIENA Univ.), which saw the participation of several Italian and foreign scholars of intercultural philosophy and inter-religious dialogue (Giacomo Marramao, Giuliano Boccali, V.Pérez Prieto, S.Gasparetti Landolfi, Giangiorgio Pasqualotto, Franz Martin Wimmer, Joseph Prabhu, Piergiorgio Solinas, Young-chan Ro, Michiko Yusa, Ralph Weber, Marcello Ghilardi, Giorgio Taffon, Augusto Cavadi, Achille Rossi, Giuseppe Cognetti, Roberta Cappellini). The Review also features contributions by Pietro Barcellona, Jacob Parappally, Gabriele Piana, Gianni Vacchelli, Filippo Dellanoce. The topics discussed regard the actual problems and perspectives of interculturality, pluralism and dialogue, focusing on the many different visions of the world, cultures, philosophies, behaviors, values, and with the problem of peace: the real practical question of human coexistence on the planet .Questo numero della Cirpit Review 4/2013 accoglie gli Atti di tre Convegni promossi dall’Associazione Cirpit, in collaborazione con alcune istituzioni pubbliche e private, università e dipartimenti filosofici (CISRECO -. Università ROMA TRE, Università di SIENA), che hanno visto la partecipazione di diversi

studiosi italiani e stranieri di filosofia interculturale e di dialogo interreligioso (Giacomo Marramao, Giuliano Boccali, V.Pérez Prieto, S.Gasparetti Landolfi, Giangiorgio Pasqualotto, Franz Martin Wimmer, Joseph Prabhu, Piergiorgio Solinas, Young-chan Ro, Michiko Yusa , Ralph Weber, Marcello Ghilardi, Giorgio Taffon, Augusto Cavadi, Achille Rossi, Giuseppe Cognetti, Roberta Cappellini). La rassegna ospita anche i contributi di Pietro Barcellona, Jacob Parappally, Gabriele Piana, Gianni Vacchelli, Filippo Dellanoce. Gli argomenti trattati riguardano gli attuali problemi e prospettive relative all'interculturalità, al pluralismo e al dialogo e sono incentrati sulle molteplici visioni del mondo, culture, filosofie, comportamenti, valori e sul problema della pace: la vera questione pratica della convivenza umana sul pianeta .

Controlla lo Stress e le Paure: Una guida per curare l'ansia e i disordini dovuti a traumi del Dott. Gustavo Kinrys Una veloce guida consultiva per chi preferisce tentare una soluzione naturale o alternativa prima di passare ai trattamenti convenzionali come i farmaci. Quando si realizza che ansia, stress e paura prevalgono su ogni aspetto della propria vita, il primo pensiero è quello di sbarazzarsi di tutte queste sensazioni soffocanti. Come ci si può riappropriare di quei preziosi minuti di vita ed essere veramente in pace con la propria mente? Controlla lo Stress e le Paure del Dott. Gustavo Kinrys vi guiderà in modo facile e veloce attraverso le varie opzioni per contrastare queste sensazioni naturalmente, prima di passare ai trattamenti e ai farmaci convenzionali. Dagli integratori come estratti d'erbe o

vitamine, alla meditazione, ma anche alle tecnologie emergenti, questa guida vi dirà quel che c'è da sapere sull'uso e i dosaggi, attraverso istruzioni dettagliate e facili da seguire, per portarvi sulla giusta strada del benessere.

[Copyright: 5cead806165c17517a2dcbf2a7fc092c](#)