



Liberi per sempre  
dalla paura patologica

Seminario con **Giorgio Nardone**

# LA TERAPIA DEGLI ATTACCHI DI PANICO

La terapia più rapida ed efficace

ACCREDITATO ECM

6/NOV/2016 | **Arezzo** | ore 9.30-18.00

## LA TERAPIA DEGLI ATTACCHI DI PANICO

La terapia più rapida ed efficace

*La paura è ciò di cui ho più paura*

(Montagne)

Nulla, nell'esperienza dell'uomo, è forte quanto la paura.

Questo non deve stupirci poiché la paura è la nostra percezione più importante, quella in grado di innescare risposte rapide che ci consentono di reagire al meglio alle situazioni di pericolo.

Solitamente la paura non è molto apprezzata dagli esseri umani in quanto è ritenuta una debolezza da superare o una sensazione da temere tanto che **nulla spaventa di più della paura stessa**, ovvero la paura della paura.

Chi soffre di attacchi di panico è **terrorizzato dalla reazione** che una condizione di paura estrema può provocare.

Il paradosso è quello di spaventarsi a causa delle reazioni psicofisiologiche dell'organismo, quando invece rifiutarle o combatterle non fa che esasperarle e porta alla perdita di controllo.

È in virtù di questa apparentemente assurdità che la terapia dell'attacco di panico deve essere basata su di una strategia paradossale tale da far scoprire al soggetto che, se cerca volontariamente la paura questa svanisce, se la alimenta deliberatamente la azzerava ovvero *"aggiungo la legna per spegnere il fuoco"*.

Da oltre trenta anni **Giorgio Nardone** ed i suoi collaboratori studiano gli attacchi di panico e la sua più idonea terapia e hanno sviluppato il trattamento più efficace ed efficiente nel panorama delle psicoterapie.

#### DESTINATARI:

Medici, Psicologi, Psicoterapeuti.

#### OBIETTIVI DEL SEMINARIO:

- Il protocollo aggiornato della terapia breve strategica per la risoluzione degli attacchi di panico.
- Comunicare efficacemente con il paziente panicante.
- Aumentare la propria capacità di intervento terapeutico con il paziente con disturbi da attacchi di panico.
- Vedere dal vivo un intervento di Giorgio Nardone.

#### Programma



09.30-10.00 Iscrizione e accoglienza al seminario

#### 10.00-12.00 **COS'È E COME FUNZIONA IL PANICO**

- Storia del criterio diagnostico: attacchi di panico
- Come si forma una patologia fobica
- Il panico come paradosso psico-fisiologico

12.00-12.15 *Pausa Caffè*

#### 12.15-13.30 **LE SOLUZIONI CHE SPIEGANO I PROBLEMI**

- Trent'anni di ricerca-intervento sul disturbo da panico: l'evitamento, la richiesta d'aiuto, il controllo che fa perdere il controllo.
- Le prime formulazioni ed evoluzioni della terapia: la tecnica della peggiore fantasia, la ristrutturazione della paura dell'aiuto e dell'evitamento, tecniche suggestive e dello spostamento dell'attenzione.
- Il modello evoluto per gli attacchi di panico: il controparadosso terapeutico validato scientificamente, le ristrutturazioni e le tecniche evocative replicabili.

13.30-14.45 Pausa pranzo

#### 14.45-16.30 **LA TERAPIA IN AZIONE**

- Il dialogo strategico e la diagnosi-intervento durante la prima seduta: discriminare l'originalità del disturbo e la sua regolarità come forma di attacco di panico.
- Prescrizioni e ristrutturazioni per creare il rapido cambiamento terapeutico.
- Metodi e tecniche per consolidare il cambiamento realizzato.
- Progressione della terapia sino all'ultima seduta.
- Dimostrazione "dal vivo" o presentazione di un caso clinico video registrato.

16.30-16.45 *Pausa Caffè*

#### 16.45-18.00 **DIBATTITO E INTERAZIONE CON IL PUBBLICO**

- Seconda dimostrazione "in diretta" della terapia con un volontario
- Discussione finale e chiusura dei lavori

GIORGIO  
NARDONE



**Giorgio Nardone**, fondatore insieme a **Paul Watzlawick**, di cui è l'unico diretto allievo ed erede, del *Centro di Terapia Strategica di Arezzo* (ove svolge la sua attività di Psicoterapeuta e coach) è considerato la figura di maggior spicco della tradizione della scuola di Palo Alto. Egli è internazionalmente riconosciuto tanto per la sua creatività che per il suo rigore metodologico. Sintesi questa tra l'"artista" e lo "scenziato" che gli ha permesso di creare decine di innovative **tecniche terapeutiche** e di formulare **protocolli di trattamento specifici**, alcuni dei quali veri e propri "best practice" della psicoterapia come nel caso dei disturbi fobici ossessivi e compulsivi e dei disordini alimentari.

Oltre all'ambito clinico le sue ricerche e attività sono rivolte alla Comunicazione ed al Problem Solving Strategico applicato ai contesti manageriali ed alla performance artistica e sportiva. Le sue formulazioni teoriche-applicative sono ritenute una vera e propria "Scuola di Pensiero" a cui si ispirano studiosi e professionisti in tutto il mondo. Da decenni tiene conferenze e seminari specialistici e ha presentato sino ad ora il suo lavoro in **oltre 36 differenti paesi**.

Oggi oltre 30 sono i **progetti di ricerca-intervento** realizzati per la messa a punto di trattamenti specifici per le più importanti forme di psicopatologie e oltre 40 sono i **testi pubblicati** a firma di **Giorgio Nardone** e dai suoi collaboratori che riportano gli esiti delle ricerche condotte presso l'Istituto di Arezzo; opere tradotte in oltre 10 lingue alcune delle quali come *L'arte del cambiamento*, *Manuale di terapia strategica e ipnosi senza trance* e *Paura panico fobie*, *La terapia in tempi brevi* da oltre 25 anni sono divenuti veri e propri **classici best/long seller** nelle librerie di tutto il mondo e altri come *Brief Strategic Therapy*, *Philosophy, techniques and research* sono utilizzati come libro di testo dalle più importanti Università internazionali.

[www.giorgionardone.com](http://www.giorgionardone.com)

La Scuola



*Una tecnologia abbastanza evoluta  
nei suoi effetti  
non è dissimile da una magia.*

(Clarke)

Il **Centro di Terapia Strategica** di Arezzo è l'**istituto di ricerca, training e psicoterapia** fondato nel 1987 da **Giorgio Nardone** e **Paul Watzlawick**.

È anche sede della **Scuola di Specializzazione** post-laurea per Medici e Psicologi in Psicoterapia Breve Strategica (*Brief Strategic Therapy Giorgio Nardone's Model*) riconosciuta ufficialmente dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca (MIUR), per il rilascio del titolo di Psicoterapeuta.

L'Istituto fu fondato con l'obiettivo di far evolvere il modello del **Mental Research Institute di Palo Alto** (*Brief Therapy*) in direzione di una più avanzata tecnologia terapeutica che permettesse maggiori risultati a livello di efficacia e di efficienza dei trattamenti e lo rendesse adattabile alle differenti culture e calzante, grazie a strategie e stratagemmi costruiti "ad hoc", alle più importanti forme di psicopatologia.

Questo progetto iniziale si è consolidato in oltre **30 progetti di ricerca** realizzati che hanno condotto alla messa a punto di altrettanti **originali protocolli terapeutici** che rappresentano, attualmente, in molti casi, il best practice del settore.

[www.centroditerapiastrategica.com](http://www.centroditerapiastrategica.com)



Da oltre 30 anni  
continue innovazioni terapeutiche.

*Ogni problema profana un mistero;  
a sua volta il problema  
è profanato dalla soluzione*

(E. M. Cioran)

**Attività formative del Centro di Terapia Strategica:**

- Scuola di Specializzazione post-laurea per Medici e Psicologi in Psicoterapia Breve Strategica (*Brief Strategic Therapy Giorgio Nardone's Model*) riconosciuta dal MIUR
- Master in terapia breve strategica
- Scuola di formazione biennale in terapia breve strategica
- Training intensivi e residenziali
- Supervisioni cliniche
- Summer simposium

 **Centro di Terapia Strategica**  
RESEARCH, TRAINING & PSYCHOTHERAPY INSTITUTE

**PROSSIMI OPEN DAY  
DELLA SCUOLA DI  
SPECIALIZZAZIONE:**

sabato **17 dicembre 2016**  
sabato **21 gennaio 2017**  
sabato **18 febbraio 2017**

Pzza S. Agostino, 11- 52100 Arezzo | Tel. +39 0575 295992 - 354853 | Fax: +39 0575 350277

PIVA 01443360514 | REA AR n.105850

[www.centroditerapiastrategica.com](http://www.centroditerapiastrategica.com) | [info@centroditerapiastrategica.com](mailto:info@centroditerapiastrategica.com)