UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

COURSE SYLLABUS

Anxiety and Mood Disorders: Assessment and Intervention Techniques

2425-1-F5108P004

Area di apprendimento

MODELLI E TECNICHE DI INTERVENTO E DI RIABILITAZIONE

Obiettivi formativi

Conoscenza e comprensione

- Inquadramento diagnostico dei disturbi d'ansia e dell'umore.
- Principali modelli e tecniche di intervento in ambito cognitivo-comportamentale di seconda e terza generazione.
- Basi teoriche, aspetti tecnici, dati di efficacia e ambiti di applicazione delle varie strategie di intervento.

Capacità di applicare conoscenza e comprensione

- Promozione delle competenze cliniche.
- Padroneggiamento delle tecniche di intervento da applicare flessibilmente nel trattamento del disagio psicologico nelle sue diverse espressioni.

Contenuti sintetici

Il corso si propone di approfondire l'inquadramento diagnostico dei principali disturbi d'ansia e dell'umore, presentando una rassegna dei modelli di intervento evidence-based sviluppati negli ultimi anni in ambito cognitivo-

comportamentale e integrato (“terza ondata”). Il corso è finalizzato a promuovere le competenze cliniche dello/a studente/studentessa e fornirgli/le una serie di strategie di intervento da applicare flessibilmente al trattamento del disagio psicologico nelle sue diverse espressioni. Uno specifico approfondimento sarà dedicato al trattamento delle problematiche d'ansia e depressive in pazienti con problematiche neuropsicologiche e i loro familiari.

Programma esteso

- Disturbi d'ansia e depressione: inquadramento diagnostico.
- La terapia razionale emotiva comportamentale - REBT (Ellis).
- La terapia cognitivo-comportamentale - CBT (Beck).
- Le terapie metacognitive e basate sulla mindfulness.
- Problematiche d'ansia e depressione in pazienti con problematiche neuropsicologiche e i loro familiari.

Prerequisiti

Una buona conoscenza dei fondamenti della Psicologia clinica e della Psicopatologia consente una fruizione più consapevole dei contenuti del corso.

Metodi didattici

La didattica (in italiano) sarà di natura prevalentemente erogativa. Oltre alle lezioni frontali in aula, parte della didattica avverrà tramite applicazioni pratico-cliniche delle competenze acquisite: discussione di articoli scientifici, casi clinici, lavori di gruppo su materiali clinici e discussione di tematiche relative all’assessment.

Tutto il materiale (dispense delle lezioni e, quando possibile, articoli scientifici) viene reso disponibile sul sito e-learning del corso, perché sia fruibile anche dagli studenti non-frequentanti.

Modalità di verifica dell'apprendimento

L’esame è scritto, e prevede 25 domande a risposta multipla (punteggio massimo 25, senza penalità) e una domanda aperta (punteggio massimo 5, senza penalità). Il voto finale è dato dalla somma delle due prove.
Non sono previste prove in itinere.
Durante il corso, sono previsti seminari a frequenza consigliata che daranno diritto a un bonus di due punti all’esame.
Gli studenti/le studentesse Erasmus possono contattare il/la docente per concordare la possibilità di studiare su una bibliografia in lingua inglese e/o la possibilità di sostenere l'esame in inglese.

Testi di riferimento

L'esame verterà, oltre che sulle slide e il materiale presentati a lezione e caricati sul sito E-learning, sullo studio e

la consultazione dei seguenti testi:
TESTI DI STUDIO:

1. Sarracino, D., Ruggiero, G.M. (2025). Le basi della terapia cognitiva. 1. L’ABC e la terapia razionale emotiva comportamentale. Milano: Raffaello Cortina.
2. Beck, J. (2021). La terapia cognitivo-comportamentale (TERZA EDIZIONE, a cura di A. Montano). Roma: Astrolabio 2022. Capitoli 3, 6, 10, 12, 14, 15, 17, 18.
   TESTI DI LETTURA E APPROFONDIMENTO:

- Clark., D.A., Beck., A.T. (2016). Il manuale dell'ansia e delle preoccupazioni. La soluzione cognitivo comportamentale. Verona: Positive Press 2011.
- Ellis, A. (1998b). Che ansia! Come controllarla prima che lei controlli te. Trento: Erickson 2013.
- Documento Finale della Consensus Conference sulle terapie psicologiche per ansia e depressione. Scaricabile da: https://www.iss.it/documents/20126/0/Consensus_1_2022_IT.pdf Allegato 4: pp. 52-64.

Sustainable Development Goals

SALUTE E BENESSERE