



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

SYLLABUS DEL CORSO

Disturbi d'Ansia e dell'Umore: Valutazione e Tecniche di Intervento

2526-1-F5110P004

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.

Autonomia di giudizio

Attraverso l'analisi di casi clinici, lo studio critico di protocolli di intervento e la discussione guidata di articoli scientifici, studentesse e studenti sviluppano la capacità di valutare in modo autonomo la pertinenza e l'efficacia degli strumenti di valutazione e delle tecniche di trattamento adottate nei disturbi d'ansia e dell'umore. Il corso stimola il pensiero critico nell'integrare dati clinici, conoscenze teoriche e linee guida evidence-based, e nel formulare ipotesi cliniche e decisioni terapeutiche fondate, anche in presenza di situazioni complesse o incerte. Le modalità d'esame — che prevedono domande aperte e analisi di vignette cliniche — promuovono l'indipendenza di giudizio nella valutazione e progettazione dell'intervento clinico.

Abilità comunicative

Il corso promuove lo sviluppo delle abilità comunicative attraverso la discussione in aula di casi clinici, la redazione di relazioni diagnostiche e terapeutiche, e la simulazione di restituzioni al paziente in forma scritta o orale. Viene

posta particolare attenzione all'uso di un linguaggio clinico preciso, etico e comprensibile, in linea con le convenzioni internazionali e le buone pratiche psicologiche. L'esame prevede domande aperte che richiedono la capacità di argomentare le scelte valutative e terapeutiche in modo coerente, strutturato e professionalmente adeguato.

Capacità di apprendere

Il corso fornisce basi teoriche e operative che permettono a studentesse e studenti di proseguire in modo autonomo l'approfondimento clinico, sia nell'ambito dei disturbi d'ansia e dell'umore, sia in altri ambiti psicopatologici. Le attività didattiche — tra cui esercitazioni pratiche, lavori individuali e di gruppo, visione commentata di sedute e role-play clinici — incoraggiano l'acquisizione di un metodo di studio attivo e riflessivo, utile sia nella formazione avanzata (scuole di psicoterapia, dottorati) sia nella futura pratica professionale.

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, ed è composto da domande a risposta multipla e una domanda aperta. 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 all'esame.

La valutazione dell'apprendimento tiene conto di:

- la padronanza dei contenuti teorici e clinici sui disturbi d'ansia e dell'umore;
- la capacità di selezionare e applicare strumenti di valutazione e tecniche d'intervento appropriate;
- la coerenza nella formulazione del caso e nella definizione del piano terapeutico;
- l'interpretazione critica dei dati clinici e delle scelte di intervento;
- la chiarezza espositiva e l'uso corretto del linguaggio tecnico-clinico.

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
