

Dettagli su quali informazioni inserire nel file PDF da caricare in Agenas alla voce del format “programma attività formativa”:

- Denominazione ed id del Provider: Sperling srl - 5606
- Titolo ed eventuale edizione: **Corso di qualifica Operatore Clinico di Training Autogeno**
- Sedi di svolgimento dell’evento: PIATTAFORMA MULTIMEDIALE
- Responsabile scientifico dell’evento: RAFFAELLA BERTO
- Destinatari dell’offerta formativa: PSICOLOGI E MEDICI
- Obiettivi formativi e area formativa:10
- TRAMITE LA PRATICA DEL TRAINING AUTOGENO SI POSSONO OTTENERE RISULTATI SORPRENDENTI SUL CONTROLLO DELLO STRESS E DELL'ANSIA AL FINE DI RAGGIUNGERE UNA GENERALE RIDUZIONE DELLA TENSIONE EMOTIVA E OTTIMIZZARE IL RECUPERO DELLE ENERGIE. IL TRAINING AUTOGENO È UTILE NELLA CURA DI INSONNIA, EMICRANIA, IPERTENSIONE, ATTACCHI DI PANICO E IN GENERALE IN TUTTE QUELLE PATOLOGIE IN CUI L'ASPETTO PSICOSOMATICO È RILEVANTE. IL TRAINING AUTOGENO È APPLICABILE ANCHE IN ALTRI CONTESTI, COME QUELLO SPORTIVO PER ESEMPIO, PERCHÉ FAVORISCE UNA MIGLIORE GESTIONE DELLE RISORSE E MIGLIORA LA CAPACITÀ DI CONCENTRAZIONE, FAVORENDO IL RAGGIUNGIMENTO DI MIGLIORI RISULTATI. È UNO STRUMENTO DI CONOSCENZA DI SÈ CHE AVVIENE IN MODO SPONTANEO E PERSONALE, GRAZIE AD UN PIACEVOLE ALLENAMENTO ALL'ASCOLTO DEL PROPRIO CORSO, INTESO COME INSIEME INSCINDIBILE DI PENSIERO E FISICITÀ.
- Orari di inizio e di fine suddivisi per giornate/Programma dettagliato delle diverse sessioni:

Sab. 16/5/2026	09:30/13:00	<u>1° esercizio: La Pesantezza</u> <i>Aspetti neurofisiologici, vissuti corporei e psicologici, indicazioni e controindicazioni;</i> <i>La Modificazione Autogena;</i> <i>Difficoltà ed inconvenienti della tecnica autogena;</i> <i>Le applicazioni in ambiti non clinici.</i>
	14:00/17:30	<u>2° esercizio: Il Calore</u> <i>Confronto tra partecipanti riguardo all’allenamento svolto a casa;</i> <i>Aspetti neurofisiologici, vissuti corporei e psicologici, indicazioni e controindicazioni;</i> <i>La Modificazione Autogena.</i>
Sab. 23/5/2026	09:30/13:00	<u>3° esercizio: Il Cuore</u> <i>Confronto tra partecipanti riguardo all’allenamento svolto a casa;</i> <i>Aspetti neurofisiologici, vissuti corporei e psicologici, indicazioni e controindicazioni;</i> <i>La Modificazione Autogena;</i> <i>Le applicazioni in ambiti non clinici;</i> <i>Il Training Autogeno di gruppo: indicazioni terapeutiche e modalità operative;</i> <i>Simulate di conduzione del Training Autogeno di base da parte dei partecipanti sotto la guida del docente.</i>
	14:00/17:30	<u>4° esercizio: Il Respiro</u> <i>Confronto tra partecipanti riguardo all’allenamento svolto a casa;</i> <i>Aspetti neurofisiologici, vissuti corporei e psicologici, indicazioni e controindicazioni;</i>

		<i>Analisi di casi proposti dal docente o dai partecipanti;</i> <i>Nuovi sviluppi e nuove prospettive applicative del T.A.;</i> <i>Introduzione alle Tecniche Autogene Superiori. Cenni sulla Neutralizzazione Autogena: l'Abreazione Autogena e la Verbalizzazione Autogena immagini, simboli e concetti fondamentali del Training Autogeno Superiore;</i> <i>Simulate di conduzione del Training Autogeno di base da parte dei partecipanti sotto la guida del docente.</i>
Sab. 6/6/2026	09:30/13:00	<i>5° esercizio: Plesso solare</i> <i>Confronto tra partecipanti riguardo all'allenamento svolto a casa;</i> <i>Aspetti neurofisiologici, vissuti corporei e psicologici, indicazioni e controindicazioni;</i> <i>Supervisione di casi trattati con il T.A. presentati dai partecipanti o proposti dal docente;</i> <i>Simulate di conduzione del Training Autogeno di base da parte dei partecipanti sotto la guida del docente;</i> <i>La progettazione di un corso di T.A. di gruppo.</i>
	14:00/17:30	<i>6° esercizio: Fronte fresca</i> <i>Confronto tra partecipanti riguardo all'allenamento svolto a casa;</i> <i>Supervisione di casi trattati con il T.A. presentati dai partecipanti o proposti dai docenti;</i> <i>Aspetti neurofisiologici, vissuti corporei e psicologici, indicazioni e controindicazioni;</i>
Sab. 13/6/2026	09:30/13:00	<i>Simulate di conduzione del Training Autogeno di base da parte dei partecipanti sotto la guida del docente;</i> <i>Esame di conduzione</i>

- Numero dei crediti riconosciuti: 42
-
- Breve CV dei docenti e dei moderatori:

Nome Cognome	Professione	Disciplina	Ente di appartenenza/libera professione	Descrizione attività professionale/formativa
Raffaella Berto	Psicologo	Psicoterapia	Libera professione	Psicologa, Psicoterapeuta, Operatore clinico di Training Autogeno, Mindfulness Professional Trainer, Mindfulness Clinical Therapist, MBSR Teacher Trainer, MBCT Therapist

Il provider, ai sensi dall' art. 47 del DPR n.445/2000, consapevole delle conseguenze previste dall'art. 76, dichiara:

- di aver fornito all'interessato l'informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679; artt. 68, 70, 76, 96 Accordo Stato-Regioni 2017 "La formazione continua nel settore salute"- Rep. Atti 14/CSR del 2.2.2017 - Par. 4.6, lett. j) Manuale Nazionale di Accreditamento per l'Erogazione di Eventi ECM);

- di aver informato l'interessato che il programma dell'evento ECM, di cui le suddette informazioni contribuiscono a formarne il contenuto minimo, verrà inserito nel catalogo degli eventi E.C.M. tenuto dall'ente accreditante;