

PROVIDER	GIUNTI PSICOLOGIA.IO
ID PROVIDER	6228

TITOLO DELL'EVENTO	Mindful Eating - IL KIT
TIPOLOGIA	FAD
RESPONSABILE SCIENTIFICO	DANIEL GIUNTI
DESTINATARI	Tutti i professionisti sanitari
CREDITI	5

ACQUISIZIONE COMPETENZE TECNICO-PROFESSIONALI	FRAGILITA' (MINORI, ANZIANI, TOSSICO-DIPENDENTI, SALUTE MENTALE) TUTELA DEGLI ASPETTI ASSISTENZIALI E SOCIO-ASSISTENZIALI (22)
ACQUISIZIONE COMPETENZE DI PROCESSO	DOCUMENTAZIONE CLINICA. PERCORSI CLINICO-ASSISTENZIALI DIAGNOSTICI E RIABILITATIVI, PROFILI DI ASSISTENZA - PROFILI DI CURA (3)
ACQUISIZIONE COMPETENZE DI SISTEMA	LINEE GUIDA - PROTOCOLLI – PROCEDURE (2)

PROGRAMMA	Il kit di Mindful Eating offre un'ampia gamma di meditazioni e pratiche pensate per supportare psicologi e psicoterapeuti che lavorano con persone che presentano difficoltà nel rapporto con il cibo, comportamenti alimentari problematici o disturbi clinici quali bulimia e binge eating. Questo materiale non si tratta di un percorso lineare, ma è da considerarsi come una vera e propria "cassetta degli attrezzi", da cui i professionisti possono attingere in base alle specifiche esigenze terapeutiche o di crescita personale dei propri clienti. Le meditazioni e gli esercizi sono organizzati in tre capitoli tematici: -Kit 1 "Le Radici", include pratiche di mindfulness fondamentali per l'autocompassione, la gestione dello stress e la gratitudine. Questi elementi costituiscono la base di un lavoro efficace sul comportamento alimentare. -Kit 2 "Il Fusto", rafforza il percorso, affrontando la consapevolezza e l'accettazione del corpo, promuovendo il processo di guarigione. -Kit 3 "Le Foglie", si concentra su esercizi e meditazioni specifiche relative al cibo e al comportamento alimentare. Obiettivi - Fornire strumenti pratici e teorici che permettano ai professionisti di integrare la mindfulness e la mindful eating nel loro approccio clinico. Gli obiettivi principali includono:
------------------	--

	- Ampliare gli strumenti del terapeuta per la gestione di sintomi e comportamenti disfunzionali nell'ambito del comportamento alimentare. - Offrire strumenti per migliorare la consapevolezza alimentare nei clienti, favorendo l'interruzione di pensieri disfunzionali e promuovendo una relazione più sana e consapevole con il cibo. - Facilitare il processo di guarigione attraverso pratiche mirate che coinvolgono la consapevolezza delle emozioni, la gestione dello stress e l'autocompassione. - Dotare i professionisti di schede e tracce audio pronte all'uso, da utilizzare come materiale di esplorazione e cambiamento durante le sedute, ma anche come monitoraggio dei progressi dell'intervento e offrire supporto continuativo ai pazienti anche al termine del percorso terapeutico.
--	---

DOCENTI	
Maria Teresa Giordano	Sono Maria Teresa Giordano, psicologa e psicoterapeuta cognitivo costruttivista Terapeuta EMDR e DBR, Sessuologa F.I.S.S., facilitatrice di Mindfulness e Trainer di MB-EAT. La mia formazione è molto varia, a causa di una forte passione per la psicologia e una curiosità quasi patologica... Se, per un certo periodo, ho pensato che essermi aperta a tanti ambiti potesse essere uno svantaggio, ora mi rendo conto di quanto ciò mi abbia aiutata ad avere una visione più integrata dell'essere umano e a proporre una terapia che tenga in considerazione la nostra complessità e di come ogni aspetto della vita vada a influenzare e a confluire negli altri. Il mio primo amore fu la neuropsicologia, incontrata all'università "La Sapienza" di Roma dove mi sono laureata con lode in Diagnosi e Riabilitazione dei Disturbi Cognitivi (2010). A seguito della Specializzazione in Psicoterapia Cognitivo Costruttivista (2014), conseguita presso la "Scuola di Specializzazione Centro Clinico Crocetta" di Torino, la mia attività lavorativa si è concentrata sempre di più sulla psicoterapia e consulenza clinica, svolta in studi privati nel territorio di Asti, Alba e Canale (CN). Nel 2019 ho avuto modo di riprendere la mia prima passione, lavorando al Centro per i Disturbi Cognitivi e per le Demenze presso l'Azienda Ospedaliero-Universitaria S.Luigi Gonzaga di Orbassano (TO), dove svolgo attività di valutazione neuropsicologica e sostegno individuale e di gruppo ai caregiver. Per quanto riguarda la mindfulness, la psicologia del comportamento alimentare e la loro fusione è stato un crescendo di attrazione e ricerca... in breve incontro la mindfulness nel mio percorso di studi e continuo ad approfondirla personalmente, partecipando ad un gruppo MBSR e professionalmente (Seminario di Mindfulness Based Therapy, 2013 e programma di formazione come facilitatore in mindfulness, 2019). Scopro la psicologia del comportamento alimentare fondamentalmente per risolvere una difficoltà personale e poi me ne appassiono e decido di formarmi per concentrare la mia attività su questo ambito. Dal 2016 seguo corsi in Mindful Eating per adulti e bambini e Corsi di approfondimento in Psicologia del comportamento alimentare. Da allora organizzo programmi di Mindful Eating individuali e di gruppo, offro interventi rivolti a persone affette da binge eating e bulimia, all'interno di un'ottica integrata, collaborando con altre figure professionali. In ultimo, nasce ViviMindful, con la collaborazione di Vincenzo Menniti (psichiatra, psicoterapeuta e istruttore MBSR): un progetto di divulgazione

	(attraverso i social) e di avvicinamento alla mindfulness applicata al comportamento alimentare, allo stress e alla sessualità.
Vincenzo Menniti	Specialista in psichiatria, psicoterapeuta cognitivo comportamentale Istruttore Mindfulness MBSR e MBCT. Dirigente medico I livello ASL CN2 Specialista nel trattamento di Disturbi dell'Umore e Disturbi d'Ansia