

Titolo:

Tecniche di regolazione emotiva in psicoterapia cognitivo-comportamentale

Provider ECM e Segreteria Organizzativa: Ecmclub srl (ID 4946), Via Gallarate 106, 20151 Milano

Evento n. 4946 - XXXXXX

Tipologia: FAD

Crediti ECM: 9

Accreditato per le seguenti figure sanitarie:

Psicologo

Medico Chirurgo

Educatore professionale

Infermiere

Infermiere pediatrico

Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

Sede piattaforma

Ecmclub srl

Via Gallarate 106, 20151, Milano 20151

<https://corsi.ecmclub.org/>

Data e durata

Data inizio: 30 marzo 2026

Data fine: 29 marzo 2027

Durata effettiva attività formativa: 6

Numero partecipanti: 5.000

Obiettivo formativo: Documentazione clinica. Percorsi clinico-assistenziali diagnostici e riabilitativi, profili di assistenza - profili di cura. (3)

Razionale del corso

La regolazione emotiva è oggi riconosciuta come una competenza centrale nei processi di cura, nella relazione terapeutica e nel trattamento dei disturbi psicologici e sanitari. Le emozioni non sono soltanto esperienze soggettive: influenzano comportamento, fisiologia, decisioni, motivazione, capacità di apprendere e di mantenere relazioni significative. Quando la regolazione emotiva è compromessa, possono emergere ansia, impulsività, somatizzazioni, evitamento, depressione, difficoltà relazionali e scarsa aderenza ai trattamenti.

Questo corso nasce dall'esigenza crescente, nei contesti sanitari e psicologici, di comprendere meglio come funzionano le emozioni e come intervenire in modo efficace, basandosi su modelli scientificamente fondati. Le evidenze mostrano infatti che la disregolazione emotiva non riguarda solo i disturbi psicologici: è presente nei pazienti con dolore cronico, malattie organiche, neurodivergenze, fragilità evolutive e condizioni traumatiche.

Il corso è rivolto a psicologi, medici, infermieri, educatori professionali e terapisti della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva, con l'obiettivo di fornire una cornice solida e condivisa per comprendere la regolazione emotiva e applicare tecniche basate sulla psicoterapia cognitivo-comportamentale e sugli approcci della terza onda.

Il **primo modulo** esplorerà i fondamenti teorici e neuroscientifici della regolazione emotiva, il ruolo dello sviluppo e del trauma, i modelli cognitivi e transdiagnostici, e le credenze disfunzionali legate alle emozioni. Il **secondo modulo** sarà dedicato alle applicazioni pratiche: tecniche corporee e cognitive, interventi basati sulla mindfulness, modelli di terza onda, strategie transdiagnostiche e adattamenti per specifici contesti clinici e sanitari. Verrà inoltre affrontato un tema spesso trascurato ma essenziale: la regolazione emotiva del professionista, fondamentale per prevenire stress, burnout e compassion fatigue.

Questo corso è stato proposto perché oggi più che mai la competenza emotiva non è un accessorio clinico, ma una parte integrante della cura. Comprendere, riconoscere e lavorare con le emozioni permette non solo di migliorare gli esiti terapeutici, ma anche di rendere più sostenibile e umana la pratica professionale.

Programma del Corso

MODULO 1

Fondamenti teorici e disregolazione emotiva

MODULO 2

Tecniche di regolazione e applicazioni cliniche

Responsabile Scientifico e Docente

Ilaria Valerii

Nome / Cognome	Codice fiscale	Laurea	Specializzazione	Affiliazione
Ilaria Valerii	VLRLRI93H54H501B	Psicologia	Psicologia Clinica	Psicoterapeuta in libera professione, Roma