

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: **Training Autogeno - Corso di qualifica Operatore Clinico di Training Autogeno – ed. 2027**
- Sedi di svolgimento dell’evento: PIATTAFORMA MULTIMEDIALE
- Responsabile scientifico dell’evento: RAFFAELLA BERTO
- Destinatari dell’offerta formativa: PSICOLOGI E MEDICI (DISCIPLINA: PSICOTERAPIA, NEUROLOGIA E PSICHIATRIA).
- 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, PERCHÈ 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:

Data	Orario	Lezione
Sab. 15/05/2027	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. 29/05/2027	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</i>

		<i>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. 05/06/2027	09:30/13:00	<u>5° esercizio: Plesso solare</u> <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	<u>6° esercizio: Fronte fresca</u> <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. 12/06/2027	9:30/17:30	<i>Simulate di conduzione del Training Autogeno di base da parte dei partecipanti sotto la guida del docente;</i> <i>Esame di conduzione</i>

– 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 e psicoterapeuta cognitivo-comportamentale, dal 2005 svolge attività clinica presso l'Istituto Wolpe di Besozzo e lo Studio Ferrario di Gallarate, occupandosi di assessment psicodiagnostico, biofeedback e trattamento dei principali disturbi psicologici in bambini, adolescenti e adulti. Esperta in tecniche di rilassamento e mindfulness, conduce protocolli MBSR presso il CSPP di Busto Arsizio e corsi di Mindfulness, Training Autogeno e benessere psicologico in contesti formativi, tra cui APL e l'Istituto Omeonatura di Lugano. Dal 2022 collabora con Med House Srl nell'ambito delle cure palliative, offrendo supporto psicologico a domicilio a pazienti e caregiver. Accanto all'attività clinica, integra percorsi di crescita personale, volontariato e terapie assistite con gli animali, considerandoli strumenti preziosi per il benessere e la consapevolezza. La sua pratica si fonda su un approccio umano e attento, guidato dall'ascolto, dalla curiosità e dalla gentilezza, con l'obiettivo di accompagnare le persone in un percorso di trasformazione e sviluppo personale.

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;