

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Papa Giovanni XXIII

## ***TECNICHE PSICO-CORPOREE IN PSICOTERAPIA***

*Un approccio integrato a emozioni-pensieri-corpo*

*IV Edizione – Milano, 2020*

### **Premessa**

Cos'è il corpo? Qual è la sua importanza in termini di benessere psicologico? A partire dalla dicotomia cartesiana, la cultura occidentale a cui apparteniamo tende a operare una netta distinzione tra mente e corpo. Tuttavia, gli operatori della salute, mentale e non, si sono spesso confrontati con tematiche e patologie che testimoniano come mente e soma non siano elementi scindibili. Quando si parla del corpo, infatti, non si parla di un oggetto che possediamo ma di ciò che siamo.

Per le professioni di aiuto diventa sempre più importante affiancare altri strumenti alle tecniche basate sulla parola e sulla conoscenza della mente. Conoscere il linguaggio del corpo, le sensazioni che in esso si radicano, le emozioni che da esso originano e in cui si situano, permette di offrire una cura autentica, completa e attenta ad ogni aspetto del funzionamento della persona. Oggi, la psicoterapia riscopre un interesse per il coinvolgimento del corpo nel lavoro clinico, nell'**aiutare i pazienti a viverci come integrati tra sensazioni corporee, emozioni e pensieri**.

Il corso si propone, quindi, di acquisire competenze atte a dare "voce" all'espressione dell'individuo attraverso esperienze che portino ad esperire un contatto tra i bisogni e le sensazioni del corpo, per imparare ad ascoltarne i messaggi.

---

**Studio Associato RiPsi®**

Milano - Como - Varese  
Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044

Fax 02.39256308 - [info@studioripsi.it](mailto:info@studioripsi.it)

[www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it)

## Obiettivi didattici

---

Il corso si propone di fornire ai partecipanti la conoscenza di **tecniche che si focalizzano sull'attenzione al corpo come tramite elettivo per la cura di molte sintomatologie** e come parte fondamentale del benessere personale.

Partendo dalle conoscenze neuro scientifiche attuali, verrà fornita una spiegazione di base sul funzionamento cerebrale che media le connessioni corpo-mente, a lungo trascurate dalla psicoterapia.

I partecipanti potranno accostarsi personalmente a tecniche che stimolano la capacità di radicarsi nello spazio e nel proprio corpo, di vivere il "qui ed ora", di osservare i movimenti spontanei del corpo connessi a pensieri e a emozioni.

Verranno inoltre suggerite modalità per valutare quali sono **le tecniche più adeguate per quello specifico paziente e quali i tempi in cui inserirle nel lavoro terapeutico**.

L'**approccio della psicotraumatologia**, che integra alla psicoterapia "della parola" le tecniche somato-sensoriali, **verrà utilizzato come base di partenza** per un corso che ha come scopo ultimo quello di fornire un punto di vista più ampio sulla persona, in modo che questa possa essere osservata nella sua globalità e presa in carico adottando le modalità più adatte.

Il corso non ha l'obiettivo di sostituire le tecniche terapeutiche già in possesso dei partecipanti, ma quello di fornire strumenti ad esse perfettamente integrabili.

Costruire una psicoterapia su misura per il paziente implica, anche, costruire un **bagaglio di tecniche e conoscenze su misura del terapeuta che imparerà a scegliere, liberamente, tra una gamma più ampia di approcci alla cura** e alla persona.

## Metodologia

---

Il corso sarà articolato in **parti teoriche**, volte a fornire tutte le informazioni indispensabili per la conoscenza delle tecniche, e in **esercitazioni pratiche** che vedranno il diretto coinvolgimento dei partecipanti.

Verranno anche fornite delle spiegazioni di base sul funzionamento del cervello e del ruolo che questo ha nella percezione dei vissuti corporei, emozionali e di consapevolezza di sé nelle persone vittime di trauma. Questo avrà un'utilità non solo per la **presa in carico del paziente post-traumatico o che ha subito stress di entità lieve versus grave**, ma anche per comprendere in modo più puntuale il funzionamento dell'essere umano, a prescindere dalla sua sintomatologia.

Saranno proposte attività individuali, a coppie e in gruppo, per poter sperimentare su di sé gli effetti delle metodologie proposte. Nel pieno rispetto delle volontà e delle scelte individuali, i corsisti saranno invitati a lasciarsi coinvolgere in prima persona nei percorsi esperienziali proposti.

---

**Studio Associato RiPsi®**

Milano - Como - Varese

Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044

Fax 02.39256308 - [info@studioripsi.it](mailto:info@studioripsi.it)

[www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it)

## **Destinatari, calendario, costi, crediti ECM**

---

### **Destinatari**

Sono ammessi al corso Psicologi, Psicoterapeuti, Psichiatri, Neuropsichiatri Infantili, Medici iscritti ad una scuola di psicoterapia. Numero massimo di iscritti: 30 persone. Le iscrizioni termineranno al raggiungimento del numero massimo di partecipanti.

### **Calendario**

Il corso prevede sei lezioni della durata di sette ore ciascuna (dalle 9,30 alle 17,30, con pausa pranzo dalle 13,00 alle 14,00). Di seguito il calendario degli incontri: 1 e 2 febbraio, 7 e 8 marzo, 28 e 29 marzo.

La sede del corso è Milano, presso l'Hotel Ibis in Via Finocchiaro Aprile 2 (adiacenze Stazione Centrale, M3 Repubblica) o in alternativa presso la sede di Studio RiPsi in Via Sidoli 6 Milano.

### **Costi e crediti ECM**

Il costo del corso è di €600,00 (più IVA).

E' previsto uno sconto del 10% per coloro che hanno frequentato in precedenza un corso promosso da Studio RiPsi.

E' previsto uno sconto del 10% per gli iscritti a Giovani Psicologi Lombardia.

E' previsto uno sconto del 10% per gli studenti universitari.

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione. Saranno erogati circa 42 crediti ECM.

---

**Studio Associato RiPsi®**

*Milano - Como - Varese*

Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044

Fax 02.39256308 - [info@studioripsi.it](mailto:info@studioripsi.it)

[www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it)

## Staff: docenti e responsabili

---

**Samanta Artico**, Psicologa, Psicoterapeuta a orientamento gestaltico, terapeuta EMDR, esperta in PNEI e in tecniche di gestione dello stress. Abilitata all'uso professionale del "Metodo Ege", si è occupata della valutazione e quantificazione del danno da mobbing e della corretta identificazione di altri disagi lavorativi collaborando presso l'"Unità clinico-psicologica per il disagio familiare e lavorativo" dell'A.O. Fatebenefratelli di Milano.

Attualmente esercita in ambito privato con adolescenti e adulti e conduce gruppi prevalentemente incentrati su lavori corporei.

**Fabio Cotti**, Psicologo, Psicodiagnosta, Psicoterapeuta. Socio fondatore di Studio Associato RiPsi. Svolge (ha svolto) attività di consulenza e docenza per istituzioni pubbliche e private, tra cui: ASST Ovest Milanese (Neuropsichiatria Infantile e dell'Adolescente), ASST Lariana, ASST Bergamo Ovest, Università degli Studi di Milano-Bicocca, Università degli Studi di Pavia, Università degli Studi di Bergamo, Scuola di Psicoterapia Breve Integrata, Comune di Como. E' (è stato) Consulente Tecnico d'Ufficio – in casi di affido/adozione di minori e in casi di valutazione/quantificazione in percentuale del danno biologico di natura psichica – presso: Tribunale Ordinario di Milano, Tribunale per i Minorenni di Milano, Tribunale di Varese, Tribunale di Como, Tribunale di Udine. Esercita la libera professione in ambito clinico e peritale. E' autore di contributi e ricerche in psicologia clinica.

**Stefania Fabozzi**, Psicologa, Psicoterapeuta a orientamento gestaltico, diplomata in tecniche di rilassamento, terapeuta EMDR. Lavora come psicologa in contesti legati alle tossicodipendenze e alcol dipendenze ed in progetti legati alla prevenzione da sostanze in carcere (San Vittore, Opera, Bollate) e nelle scuole. Lavora come psicologa in studio privato e in sportelli scolastici. Crea e conduce laboratori di rilassamento, gestione dello stress, accompagnamento al parto e post-parto.

**Roberta Mor**, Psicologa, Psicodiagnosta, Psicoterapeuta a orientamento gestaltico, terapeuta EMDR. Consulente presso enti privati, svolge la libera professione prevalentemente come psicologa clinica e psicodiagnosta. Insegnante di "Scienze Umane" per il corso di studi liceale corrispondente, ha collaborato con comunità per la presa in carico di minori e di adolescenti. Ha svolto attività di consulenza per l'Università degli Studi di Milano-Bicocca.

**Maria Silvana Patti**, Psicologa, Psicoterapeuta a indirizzo psicodinamico. Terapeuta EMDR e Certified Sensorimotor Psychotherapist. Da anni si occupa di disturbi post traumatici semplici e complessi e della patologia trauma correlata. Coordina il Servizio Diagnosi e Terapia del Trauma Psicologico e il Master in Psicotraumatologia dell'ARP di Milano.

**Responsabile scientifico:** Roberta Mor, Studio Associato RiPsi

**Direzione didattica:** Fabio Cotti, Studio Associato RiPsi

---

**Studio Associato RiPsi®**

Milano - Como - Varese

Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044

Fax 02.39256308 - [info@studioripsi.it](mailto:info@studioripsi.it)

[www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it)

## Programma didattico

---

- **Connessioni mente-corpo, respirazione e arousal**

*Illustrazione dei “cervelli” dell’essere umano*

*La teoria polivagale*

*Continuum di consapevolezza*

*Alla scoperta del “qui ed ora”*

Saranno fornite conoscenze di base relative alle strutture cerebrali coinvolte nel funzionamento di pazienti post-traumatici e non. Verranno illustrate le basi neurali che giustificano e sostengono l'importanza dell'attenzione alla respirazione e del coinvolgimento del corpo durante il lavoro clinico.

Vi saranno delle pratiche svolte in plenaria e in piccoli gruppi che consentiranno di sperimentare in prima persona alcuni degli aspetti teorici precedentemente spiegati.

- **Tecniche di stabilizzazione**

*Tecniche di stabilizzazione in pazienti post-traumatici*

*La “messa in sicurezza” del paziente*

Sarà svolto un inquadramento teorico delle tecniche di stabilizzazione in pazienti post traumatici e non. Ci si concentrerà, in particolare, sul concetto di ‘messa in sicurezza’ e sulla sua importanza ai fini di favorire l'efficacia di qualsiasi tipo di intervento.

Il tutto verrà intervallato da esercitazioni pratiche in plenaria e in piccoli gruppi.

- **PNEI e Gestione dello stress**

*Elementi di PNEI*

*Respirazione consapevole*

*Tecniche di meditazione*

*Attivazioni corporee*

Saranno forniti gli elementi teorici di base riguardanti la meditazione, con particolare riferimento alle evidenze scientifiche più recenti, rispetto alla sua efficacia nel trattamento dello stress e della sintomatologia ansiosa e algica.

- **Le tecniche di rilassamento**

*Il rilassamento guidato di Jacobson*

*Il training autogeno*

Saranno forniti accenni storici e teorici circa le principali tecniche di rilassamento con particolare riferimento al rilassamento guidato di Jacobson e al Training Autogeno.

La parte teorica sarà intervallata da sperimentazioni pratiche delle tecniche proposte.

---

**Studio Associato RiPsi®**

*Milano - Como - Varese*

Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044

Fax 02.39256308 - [info@studioripsi.it](mailto:info@studioripsi.it)

[www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it)

- **Approcci psico-corporei**

*La Bioenergetica*

*La Gestalt*

*Il contatto con sé e con l'altro*

*La distanza tra sé e l'altro*

Sarà svolto un breve excursus sull'evoluzione in psicoterapia, e non solo, delle concezioni legate al corpo. Verranno presentate le teorie psicocorporee della Bioenergetica e della Gestalt.

Passando dalla teoria all'esperienza verranno proposti esercizi volti a stimolare la consapevolezza del corpo e della multi-sensorialità. Verranno proposti lavori a orientamento gestaltico che prevedono l'uso del corpo e dello spazio.

---

**Studio Associato RiPsi®**

*Milano - Como - Varese*

Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044

Fax 02.39256308 - [info@studioripsi.it](mailto:info@studioripsi.it)

[www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it)

SCHEDA DI ISCRIZIONE

**TECNICHE SOMATO-SENSORIALI IN PSICOTERAPIA**

Edizione Milano 2020

Il sottoscritto:

Cognome: \_\_\_\_\_ Nome: \_\_\_\_\_

Data di nascita \_\_\_\_\_ Luogo di Nascita: \_\_\_\_\_

Codice Fiscale \_\_\_\_\_ Partita IVA \_\_\_\_\_

Qualifica: \_\_\_\_\_ Laurea in: \_\_\_\_\_

Residente a \_\_\_\_\_ Via \_\_\_\_\_ n° \_\_\_\_\_ CAP \_\_\_\_\_

Tel \_\_\_\_\_ Cell \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

DATI PER LA FATTURAZIONE (se differenti da quelli sopra indicati)

Intestazione \_\_\_\_\_ Indirizzo \_\_\_\_\_

Codice Fiscale \_\_\_\_\_ Partita IVA \_\_\_\_\_

**dichiara** di aver provveduto al pagamento della caparra, pari ad € 200,00, con bonifico bancario di cui allega copia del versamento alla presente via mail (info@studioripsi.it) o fax (02 39256308);

**si impegna** a versare l'importo restante almeno 15 giorni prima dell'inizio del corso (previa comunicazione della Segreteria), ossia:

- € 532,00 (IVA inclusa) se non possiede Partita IVA, o per chi adotta il regime forfettario (vedi oltre)

- € 414,35 (IVA inclusa) se possiede Partita IVA, per versamento Ritenuta d'Acconto

**dichiara** di adottare il regime forfettario ai sensi dell'art. 1, comma 58, legge n. 190/2014 che dispensa dall'operare le ritenute alla fonte su fatture ricevute:  Sì  No

**richiede** i crediti ECM:  Sì  No

**fornisce** i dati per l'emissione della fattura elettronica:

Indirizzo PEC..... Codice destinatario SDI.....

*Estremi per bonifico:*

Beneficiario: Studio RiPsi

Banca: Intesa San Paolo

IBAN: IT26A0306909441100000012100

Causale: "cognome" – tecniche psico corporee 2020

DATA

FIRMA

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Studio Associato RiPsi®**

Milano - Como - Varese

Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044

Fax 02.39256308 - info@studioripsi.it

www.studioripsi.it

**Privacy:**

lo Studio Associato RiPsi La informa che i dati personali da Lei forniti all'atto dell'iscrizione saranno oggetto di trattamento per tutti gli adempimenti relativi al corso, e soltanto in relazione alle finalità strettamente connesse e strumentali al corso, secondo le disposizioni del Regolamento europeo (UE) 2016/679 (GDPR).

I Suoi dati personali verranno conservati sul nostro server, ubicato nella sede organizzativa dello Studio Associato RiPsi in Milano (MI)-20129, Via Sidoli n. 6.

Il titolare del trattamento dei dati è lo Studio Associato RiPsi, che procederà allo stesso nel rispetto della suddetta normativa in materia di tutela della privacy.

Le Sue informazioni personali potranno essere utilizzate per l'invio gratuito di documentazione e di materiale informativo relativo a future iniziative promosse dallo Studio Associato RiPsi.

Con la compilazione e la sottoscrizione della presente "Scheda di iscrizione", Lei dichiara di aver preso visione dell'informativa sul trattamento dei dati personali resa ai sensi dell'art. 13 del Regolamento Europeo (EU) 2016/679 (GDPR) pubblicata sul sito [www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it) (al seguente link: <http://www.studioripsi.it/informativa-sulla-privacy/>), e di averla ben compresa.

\*\*\*

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_ acconsente a che lo Studio Associato RiPsi ponga in essere le attività sopra descritte per le quali il consenso rappresenti la base giuridica del trattamento e, per tale motivo:

**esprimo il consenso**  **NON esprimo il consenso** al trattamento dei miei dati personali inclusi quelli considerati come categorie particolari di dati.

**esprimo il consenso**  **NON esprimo il consenso** alla comunicazione dei miei dati personali a enti pubblici e società di natura privata per le finalità indicate nell'informativa.

**esprimo il consenso**  **NON esprimo il consenso** al trattamento delle categorie particolari dei miei dati personali così come indicati nell'informativa.

*Il conferimento dei dati per le finalità di cui ai punti che precedono è facoltativo, ma un Suo eventuale rifiuto ad esprimere il consenso comporterà l'impossibilità per lo Studio Associato RiPsi di dare seguito alla Sua richiesta di iscrizione e/o all'erogazione del servizio.*

Data: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

---

**Studio Associato RiPsi®**

Milano - Como - Varese  
Via Sidoli 6, 20129 Milano

Tel. 02.49457024 - Tel. 335.7026044  
Fax 02.39256308 - [info@studioripsi.it](mailto:info@studioripsi.it)  
[www.studioripsi.it](http://www.studioripsi.it)